

Sistema familiar, ciclo evolutivo y proyecto de vida (1ª parte): La niñez o la orientación del ser.

Para Isabel, por las risas y los proyectos.

Introducción

Cuando me formé en Constelaciones Familiares, se daba mucha importancia a que la entrevista inicial con la persona que iba a configurar su sistema fuera breve y concreta. Preguntábamos por hechos ocurridos más que por sensaciones experimentadas. Cuando un cliente comenzaba a contarme como era su abuelo o como se relacionaban sus padres, me sentía una alumna aplicada cuando intentaba centrarle en lo que sucedió pues pretendía basarme exclusivamente en los sucesos (muertes, separaciones, enfermedades, participación durante la guerra...). Evidentemente, los tiempos han cambiado y el trabajo con Constelaciones Familiares ha ido evolucionando: se ha extendido y ampliado, ha ido profundizando y, en ocasiones, se ha fragmentado.

Ahora, por lo que a mí respecta, algunos de mis alumnos me miran interrogándome con los ojos cuando dejo hablar al cliente y le permito explayarse sobre vivencias que van más allá de lo ocurrido incluyendo su experiencia subjetiva. Son los que me han conocido en la etapa de la concreción e incluso me han oído postular la necesidad de basarnos en lo ocurrido más que en lo percibido. Sin embargo, de un tiempo a esta parte, me doy cuenta de que lo uno no quita lo otro, que la necesidad de conocer los sucesos no implica que no podamos tener en cuenta la interpretación que el cliente hace de los mismos. Evidentemente si un hecho ha cambiado el destino de una familia y por tanto de cada uno de sus miembros (nacieron o murieron gracias a ese hecho, pierden o disfrutan de sus padres o de sus hijos, se separan o no de un sistema familiar o colectivo, etc.) necesitamos tenerlo en cuenta pues es fundamental en nuestro trabajo. Pero de cara a algunas demandas dentro del marco de un taller y en la mayoría de las demandas en una sesión individual de asesoramiento, conviene tener en cuenta otras circunstancias internas y externas del cliente. Simplemente el poder escuchar el discurso del cliente, me permite a la hora de encarar el trabajo afinar mis devoluciones y sugerencias, bien confrontando su narrativa, bien aliándome con ella. En cuanto a los factores que más tengo en cuenta, además de su identidad y orientación sexual, su edad y su carácter (lo que incluye mecanismos de defensa, puntos ciegos y estilos interpretativos), considero fundamental explorar su proyecto de vida así como el de las personas con las que convive o mantiene vínculos. No es lo mismo que la persona tenga hijos pequeños o adolescentes, que su cónyuge esté satisfecho con su trabajo o se encuentre en una crisis vocacional, que su madre esté bien de salud o tenga dependencia funcional. Estos factores más circunstanciales nos pueden ayudar a encarar la demanda desde un lado u otro adaptándolo a las necesidades de supervivencia y crecimiento de la persona en el momento actual.

En cierta forma, se podría considerar que existen dos tipos de cambios en el sistema familiar, los cotidianos y los extraordinarios. Los primeros se

encuentran relacionados con el desarrollo evolutivo de los miembros que componen el sistema. Estos cambios se producen a través de la aparición y consolidación de dinámicas familiares que responden a las necesidades personales y circunstanciales de los distintos miembros de la familia. Estas dinámicas familiares necesitan ajustarse durante la adolescencia de los hijos, la jubilación de los padres, el proceso de abandono del nido, el deterioro asociado a la vejez, etc. Es decir, a medida que los hijos crecen, las relaciones familiares se adaptan a nuevas necesidades y exigencias. Al mismo tiempo no es lo mismo que un hijo tenga éxito o fracaso escolar, que un progenitor sea adicto al trabajo o haga uso del alcohol, que los retoños se emancipen con 20 o con 40 años, etc.

Por otra parte, los cambios extraordinarios son los que afectan a la propia estructura del sistema. Ante la llegada o partida de un miembro (por ejemplo, nacimiento de un hermano, muerte de un abuelo) o de todo el sistema (por ejemplo, cambiar de país de residencia) la dinámica familiar debe adaptarse, como ocurre en los cambios cotidianos, pero además el destino de todos los miembros del sistema se verá afectado vital y significativamente.

En esta serie de artículos me gustaría centrarme en los primeros cambios, los que he llamado cotidianos pues constituyen la base de gran parte de las consultas que me hacen colegas y amigos de cara a atender mejor las necesidades de sus hijos, alumnos o clientes (usuarios para los que atienden en centros públicos).

La niñez o la orientación del ser.

Tomando la metáfora del ciclo natural del día y de las estaciones, podemos ver el ciclo vital como una sucesión de cuatro etapas y sus respectivas transiciones. La infancia, sería la mañana o la primavera de la vida. La juventud correspondería al mediodía y la energía del verano. La madurez se relacionaría con el atardecer y el otoño, mientras que la vejez tendría relación con la noche y la quietud del invierno.

El primer tránsito, o el último según se mire, supone cruzar el umbral hacia la vida, desde el no-ser al ser. El alma entra en el mundo de los vivos gracias a un cuerpo que es gestado gracias a otro cuerpo, el de la madre. En el tránsito del nacimiento tanto la madre como el niño se aproximan a la frontera entre muerte y vida más que en la mayoría de los momentos que han experimentado o experimentaran. Muchas son las gestantes que miran con miedo el momento del parto, no tanto al dolor como a la posibilidad de que la criatura o ellas no sobrevivan al mismo. Este miedo se acrecienta enormemente cuando la gestante es madre de otro hijo ya que el riesgo de dejarle huérfano se torna angustiante. En esos casos es conveniente mirar a todas las mujeres de nuestro sistema que tuvieron que parir para que ahora nosotros estemos aquí. Mirarlas y agradecer su gestación y su parto. Mirarlas y respetar su destino, fuera cual fuera. Respetar el destino de las que sobrevivieron y de las que murieron. Respetar el destino de las que pudieron disfrutar de sus hijos y de las que no pudieron. Respetar el destino de las que sufrieron más dolor en el parto

y de las que sufrieron menos. Respetar el destino de las que parieron solas y de las que parieron acompañadas. Y muy especialmente, respetar el destino de las mujeres que se sintieron felices y compensadas al ver al niño vivo y de las mujeres que después de parir sintieron el dolor y el quebranto de la muerte de su hijo.

El niño nace en un sistema familiar que los padres crearon, en muchos casos, comprometiéndose explícitamente a compartir un destino. En otros casos, la unión del destino de ambos progenitores viene dado por la propia concepción de su hijo. Aunque no hubiera una relación previa o, incluso, sea producto de un acto de violación, la concepción del nuevo ser implica que los destinos se vinculan a través de esta nueva vida. Así, el recién nacido no sólo es el último en llegar al sistema, sino que durante toda su infancia su sistema de origen y su sistema actual serán el mismo. Este fenómeno, que ambos sistemas, actual y de origen, sean uno tiene importantes implicaciones de cara a como el niño se relaciona con los Órdenes del Amor y que dificultades presentan la aparición y/o existencia de desórdenes durante la infancia.

La excepción que confirma la importancia de este hecho es la adopción y la crianza de niños por alguien que no es su familia biológica de origen. En estos casos se puede observar la doble lealtad, hacia el sistema adoptivo y hacia el biológico, que los niños muestran a través de sus sueños, juegos, afectos y dificultades. La experiencia más habitual es que los niños adoptados “adoptan” a su vez a sus nuevos padres y a su nueva familia y que en este proceso también desarrollan lealtades y se implican con los destinos del sistema adoptivo. Al mismo tiempo sueñan repetidamente con sus compañeros de orfanato que siguen allí, o con fantasmas de su familia de origen o de su país, y los incluyen de maneras diversas.

A través de talleres de constelaciones y sesiones individuales de asesoramiento he conocido casos donde se muestra esta doble lealtad. Hay niños que incluyen a sus hermanos y/o compañeros de orfanato de maneras diversas: con fracaso escolar *-no tomo las oportunidades que vosotros no podéis disfrutar-*, con manchas en la piel *-os llevo conmigo allá donde vaya-*, con aislamiento social *-nadie os puede sustituir-*, etc. Al mismo tiempo presentan conductas que simbolizan la necesidad de inclusión en la familia: mimetización de gestos y gustos hasta el punto en ocasiones de incrementar sorprendentemente la semejanza física con los padres adoptivos; conductas compulsivas como atar con cuerdas todos los objetos del nuevo hogar o marcar el territorio (dejando restos de comida, orinando en rincones, escribiendo su nombre en paredes y muebles...); y, por supuesto, implicaciones de diversa índole y gravedad (identificaciones con miembros muertos del sistema adoptivo como los hijos no nacidos de sus padres, tomar un destino difícil para sí mismos, expiar culpas, etc.).

A este respecto ilustraría esta doble lealtad el caso de una niña de 8 años que estuvo a punto de perder el mismo ojo y a la misma edad que su madre adoptiva, que era tuerta. Con el trastorno que le causó la infección del ojo no sólo decía *“yo como tú mamá”* a su madre adoptiva, sino que también parecía un mensaje somático-simbólico para su madre biológica: *“ya que tú no puedes*

verme yo tampoco quiero ver". También sirve de ejemplo el caso de una hija adoptada, ya adolescente, a la que diagnosticaron un síndrome de ovario poliquístico, trastorno que había "heredado" de su madre adoptiva. De esta forma podía combinar la dificultad para tener hijos propios algún día, como su madre adoptiva que no pudo tenerlos, con el hecho de rechazar su imagen debido al hirsutismo y al acné asociados al síndrome, al igual que sentía que su madre biológica la había rechazado cuando nació.

El trabajo terapéutico en cualquier caso conviene orientarlo siempre hacia los mismos objetivos de inclusión y reconciliación. Ya sea con la propia persona, si es joven o adulta, ya sea con los padres del niño, es necesario incluir y respetar a los que tienen un destino más difícil. Los padres del niño adoptivo necesitan llevar en su corazón al sistema de origen de su hijo y asumir la culpa de disfrutarlo gracias a que ellos no pueden hacerlo. También necesitan llevar en su corazón a los niños, hermanos o compañeros de su hijo, de los que ha necesitado separarse para que se convierta en su hijo y por tanto en un nuevo miembro de la familia de origen paterna y de la familia de origen materna. Por su parte, el hijo adoptado necesita tomar la oportunidad que le ofreció su madre adoptiva al precio que le costó (no tener hijos propios) y además renunciar a una madre biológica que pudiera cuidarlo. De esta forma puede comprometerse a que el dolor de ambas madres, biológica y adoptiva, no sea en vano, cuidándose y haciendo lo mejor con lo que le han dado.

Sin embargo, la mayoría de las veces el niño es criado por sus padres biológicos. Sus padres son la puerta de entrada a este mundo. Les deben su vida, su cuerpo y también parte de su destino pues se desarrollaran a partir de lo que sus padres le den y no le den tanto a nivel afectivo (atención, cariño) y experiencial (educación, oportunidades), como a nivel sistémico (hermanos, convivencia o separación de los padres). Pero los niños no son sólo hijos de sus padres sino de dos sistemas familiares que se unen en ellos. El punto de partida del destino de un niño es previo a su nacimiento, el sistema de origen familiar y colectivo forma parte de él y configurará en gran medida su vida y su identidad. El bienestar del niño depende enteramente del sistema familiar al que pertenece y no posee un sistema actual propio que le permita relativizar esta dependencia o priorizar su propio bienestar. Por ello los Órdenes del Amor pueden particularizarse en relación a la infancia y la niñez.

Los niños y el Orden de Pertenencia

El primer orden, el de pertenencia o inclusión, se encuentra íntimamente unido a la conciencia del sistema. Ya que la conciencia familiar no permite la exclusión, si alguien de una generación anterior es excluido, alguien de una generación posterior lo incluirá a través de tomar su destino o uno parecido. De esta manera se "obliga" a los demás miembros del sistema a mirar esa condición o ese destino aunque el precio sea muchas veces el malestar o la enfermedad de la persona que así, con un movimiento de la conciencia, incluye.

De la misma forma que un miembro de la familia puede ser excluido, también pueden ser excluidos alguno de los aspectos del antecesor: podemos hablar y acordarnos de alguien y sin embargo excluir su destino difícil o su dolor. Podemos sentir que queremos mucho a nuestra madre y sin embargo podemos excluir algún aspecto de ella que nos resulte difícil mirar: su tristeza, su anhelo, su alcoholismo, etc. También podemos excluir de nosotros mismos un condicionante o aspecto intrapsíquico o biográfico: un atributo caracterial, un trauma, una enfermedad, etc. En el espacio terapéutico es fácil comprobar como los aspectos excluidos de uno mismo (lo que algunas corrientes humanistas consideran “en la sombra”, otros “polaridades no integradas”, otros “contenido inconsciente” o “ello”) necesitan ser incluidos, mirados y vistos por la persona o integrados. En caso contrario aparecerá un proceso indirecto de inclusión a través de mecanismos tales como:

- Inclusión a través del inconsciente: sueños, conductas compulsivas, comportamientos autodestructivos o de boicot hacia uno mismo.
- Inclusión a través del cuerpo: somatización y manifestación de síntomas que representan simbólicamente la persona o el aspecto excluido.
- Inclusión a través de la proyección: nos encontramos repetidamente con personas que incluyen lo que nosotros excluimos; cuanto más pretendamos mantener la inocencia y más intentemos auto-exculparnos, más perpetradores encontraremos alrededor.
- Inclusión por parte de nuestros hijos: si nosotros nos descartamos de aquellos aspectos excluidos por que los tememos o los juzgamos, los siguientes que lleguen tomarán “las cartas sin repartir” a través de identificaciones, emociones transferidas y otras implicaciones diversas.

Los niños son verdaderos artistas de actuar aquello que llevan en el inconsciente personal y sistémico de manera que lo incluyen en su cotidianeidad. Los padres que acuden a mi consulta buscando asesoramiento ante dificultades de sus hijos o de conflictos en su relación con ellos entienden fácilmente la idea de que *“los niños son como esponjas psíquicas”*, absorben las energías del ambiente sin darse cuenta. Entre estas energías las más evidentes son las emocionales: la niña que llora cada cumpleaños desde que tiene uso de razón, tomando para sí el duelo de su madre por los dos hijos no nacidos antes que ella; el niño que se muestra agresivo con los compañeros y que toma la frustración del padre ante el desfalco realizado por su socio; el desacuerdo de los padres que la hija transforma en temores crónicos, etc. Pero hay casos con implicaciones aún más graves y es cuando el niño toma la energía sistémica que deja el hueco de un miembro excluido. En esos casos sólo una mirada sistémica amplia, como la proporcionada por el trabajo con Constelaciones Familiares, permite liberar al niño de una carga excesivamente pesada que está amenazando su bienestar y su desarrollo. Aunque me extenderé más ampliamente en otro artículo sobre el tema, me gustaría ilustrar esta idea con algunos ejemplos:

- Una niña de 9 años que tiene fobia a que le corten las uñas y cuando lo hacen esconde las manos metiéndolas en las mangas del jersey y cruzando los brazos. Le pedí a la terapeuta que llevaba el caso que buscara en el sistema familiar de los padres alguien que hubiera estado internado en un psiquiátrico pues el gesto de la niña me recordaba a la imagen de una camisa de fuerza. En la siguiente sesión los padres le comentan que se trata de un secreto familiar y que un hermano del abuelo lleva internado en un psiquiátrico más de la mitad de su vida y que nadie habla de él.
- Un niño de 12 años que no sale de su cuarto y menos aún de su casa. La reclusión ha sido progresiva durante los dos últimos años y en el momento actual lleva sin salir ni una sola vez casi un mes. La familia tiene un perro y un gato, cuando hay que sacarles los esconde en su habitación para que orinen y defecuen allí, él tampoco quiere acudir al aseo y en numerosas ocasiones también evacua él mismo en el suelo de su habitación. Tampoco soporta subir las persianas ni que pase luz natural. Por más que la madre ha intentado pautas comportamentales dadas por el terapeuta, estas conductas no han cambiado y el niño sigue recluido en su casa. Al haber absentismo escolar, servicios sociales y fiscalía de menores intervienen. El caso mejoró sin llegar a la institucionalización del niño cuando se trabajó con la madre. A través del genograma se vio que su abuelo materno había muerto mientras era trasladado por tren a un campo de concentración. No me parece difícil suponer que las condiciones de hacinamiento del vagón era de encerramiento, oscuridad y sin oportunidad de defecar u orinar fuera del mismo. El niño, sin conocer la historia de su bisabuelo, había recreado el escenario de su muerte en su propio hogar y cotidianidad.
- Por último me gustaría comentar el caso de otra niña de 11 años que era victimizada repetidamente por sus compañeras de colegio. Hablando con los padres y comparando ambos genogramas, del padre y la madre, hay un hecho que se repite y es que ambas madres (abuela materna y paterna de la niña) fueron culpadas en su niñez por la muerte de un hermano menor. En el caso de la abuela paterna, su hermanito que estaba bajo su cuidado, murió por “unas fiebres”. Los padres la acusaron de no haberlos llamado a tiempo. Por parte de la abuela materna, el niño se había caído en una alberca mientras jugaban en la huerta de la casa. Ya que ambas abuelas llevaba esa culpa parecía que la niña intentaba expiarlas tomando el rol de “víctima propiciatoria” de sus compañeros. No fue necesario constelar ni hablar a los padres de los Órdenes del Amor, tan sólo se les comentó que pensarán sobre ese suceso en ambas familias, sobre el dolor de los padres, sobre el dolor de sus respectivas madres y el sentimiento de culpa que las había acompañado toda su vida. El padre tuvo oportunidad de hablar de esto con su madre, mientras que la madre prefirió no sacar el tema con su madre pero sí aceptó mi propuesta de dejarse sentir y escribió sobre ello. En cualquier caso, en la siguiente sesión estaban gratamente sorprendidos pues su hija había cambiado de actitud y ya no se dejaba avasallar ni maltratar por sus compañeras, además había comenzado a tener amigas. Años después todavía me comentan cuando tienen oportunidad del giro que dio la actitud de su hija a partir de sus respectivos “trabajos familiares”.

Con niños es prioritario tener en cuenta el Orden de Pertenencia. Son capaces de cualquier cosa por sentirse incluidos en su sistema familiar y esto conlleva también cubrir expectativas de los padres (en afirmativo desarrollar talentos, gustos y conductas que los padres desean aún a costa de sacrificar sus propios intereses; y en negativo cumplir con los peores temores de los padres: ser tímidos, suspender, no tener amigos, enfermar, ser maltratados, etc.). También conlleva tomar el lugar de aquel que fue excluido en un vano intento de sustitución que añade dolor al dolor. Cuando la conducta de un niño comienza a ser inexplicable y para describirlo se empiezan a utilizar expresiones del tipo “*está endemoniado*”, “*parece el Dr. Jekyll y Mr. Hyde*”, “*tiene una enfermedad de causa desconocida*”, “*se trata de un caso imposible*” es cuando debemos plantearnos que pieza del puzzle sistémico nos falta y generalmente la encontraremos haciendo el genograma y permitiéndonos jugar a las adivinanzas: “*¿de qué personaje se está disfrazando nuestro protagonista, el niño, en un escenario que no corresponde a la misma obra?*”.

Los niños y el Orden de Jerarquía

Los niños no entienden demasiado el concepto de jerarquía desde la dimensión temporal, quién llegó antes y quién llegó después, pues no conocen otra vida que su infancia y en los pocos años que tienen no han experimentado a sus padres, abuelos, hermanos y demás familiares en otros roles. Para ellos todos llegaron a la vez porque cada uno es abuelo o padre o hermano de una forma atemporal, no tienen experiencia suficiente ni criterios desarrollados para poder relativizar. Cada momento del niño puede ser eterno y tanto la dicha como el dolor los sienten como absolutos. Por el contrario, sí entienden bien el concepto de jerarquía desde la idea de “mayores” y “pequeños”: sus padres y profesores son “mayores” y ellos son “pequeños”; los “pequeños” dependen de los “mayores” para casi todo, para comer, para aprender, para sentirse seguros y muy especialmente para sentirse valiosos. Desde el punto de vista del niño eso quiere decir que más vale que papá y mamá se sientan bien, estén contentos o al menos presentes, porque de lo contrario su seguridad se ve amenazada.

Cuando en un taller explico el orden de jerarquía suelo utilizar una imagen, la de un niño que al oír hablar a sus padres sobre la dificultad de llegar a final de mes saca su cerdito hucha y se lo ofrece con la esperanza de solucionar así la preocupación de sus padres. El gesto es tan amoroso como inútil y una forma adecuada de responder sería del tipo: “*muchas gracias cariño pero son asuntos de mayores y mamá y papá se ocupan de ellos*”. En este ejemplo se puede ver claro pero hay numerosos casos donde los padres necesitan configurar la imagen de alguna manera (constelando con personas o muñecos, con una representación desde el psicodrama o a través de una escultura familiar, con el dibujo de la familia técnica u otras técnicas) para darse cuenta de cómo los hijos están poniéndose al servicio de sus padres e intentan cubrir las necesidades que perciben de ellos. El principal efecto, además del gran desorden familiar que se produce, es el de que el niño deja de orientarse hacia sus propias necesidades de supervivencia y crecimiento lo que puede suponer dificultades para desarrollarse a medio y largo plazo. Muchos son los casos

que permiten ejemplificar esta tendencia natural de los niños en sacrificar su bienestar en un tierno y vano intento de incrementar de alguna manera el bienestar de sus padres (incluida la relación entre ellos):

- Dos hermanos que se turnan para enfadar a una mamá deprimida que de otra forma se quedaría en la cama.
- Una niña de dos años que no come para que sus padres formen equipo, y se miren, a la hora de la cena.
- Un niño que pasa las tardes en casa de su abuela donde hace las tareas escolares pero, como el padre considera que la abuela es dañina para el niño, estas tareas nunca están completas o correctamente realizadas.
- Una niña que es abusada por su abuelo y no se lo cuenta a sus padres para que no haya problemas en la familia.

Así que para los niños, aunque sea inconscientemente, tiene sentido sacrificar su bienestar por el de sus padres o de la familia pues en definitiva dependen de ellos. Si sus padres no están bien tampoco tienen garantías de que les vayan a cuidar o atender como necesitan. Es decir, a un nivel de supervivencia tanto el apego como la pertenencia al clan constituyen un vínculo "a vida o muerte": la conciencia del niño y la conciencia familiar actúan a la par en pos de la permanencia y de la homeostasis del sistema. Pero ¿qué es lo que podría estar sucediendo simultáneamente a nivel de alma?

Metafóricamente hablando se puede hacer un símil y considerar que, al igual que la vida es un regalo de los padres, el alma es un regalo del sistema. En el proceso de individuación nuestra alma necesita separarse de alguna manera del alma familiar. La vocación, la creación de nuestro propio sistema familiar y el asentimiento ante nuestro destino y el de los nuestros formarían parte de este proceso de individuación. Pero claro, en la niñez esto no se ha podido producir todavía, así que el alma individual y el alma familiar se encuentran todavía unidas y sus caminos todavía indiferenciados: el destino del niño y el destino familiar se solapan en lo bueno y en lo difícil.

Podemos considerar que tanto el movimiento de la conciencia como el del alma son movimientos de inclusión, en tanto que miran o recuperan a la persona o al destino excluido. Sin embargo, los movimientos del alma no sólo respetan el primer orden del amor sino también el segundo y tercer orden. El movimiento del alma no sólo incluye sino que además posiciona a la persona en un buen lugar, en un lugar de fuerza, ya que la inclusión se realiza teniendo también en cuenta los principios de jerarquía y de compensación. Por lo tanto, alguien que llega después no toma para sí el destino difícil de alguien que llegó antes pues lo que finalmente conseguiría con esta forma de incluir es responder al dolor con dolor, provocando aún más sufrimiento en el sistema. El movimiento del alma permite una inclusión constructiva ya que implica mirar con respeto el destino difícil y llevar en su corazón a la persona que lo encaró. Así, el dolor de los que llegaron antes puede verse compensado con el compromiso de los que llegaron después a que ese dolor no sea en vano. Este compromiso les obliga

a tomar la vida y hacer con ella lo mejor posible. Ya que, como hemos ido comentando en los párrafos previos, los niños por su naturaleza y experiencias vitales no pueden realizar todavía ese salto, se hace imprescindible el trabajo con los padres. De esta manera, a través de un trabajo sistémico-existencial, los padres pueden ampliar su mirada, reconociendo lo que es e inclinándose ante lo más grande. Es entonces, cuando el alma del padre y el alma de la madre pueden mirar la grandeza de sus respectivos sistemas y todas las implicaciones que supone disfrutar de la vida y de su familia propia, cuando el niño se encuentra sostenido en una red completa de fuerza y amor donde ningún nudo falla ni falta, donde puede crecer con seguridad y libertad.

Los niños y el Orden de Compensación

Muchas veces hablamos de que los mayores dan y los pequeños toman, que los que llegaron antes tienen prioridad sobre los que llegaron después, etc. Sin embargo creo necesario matizar esta “ley general” diferenciando qué se da y qué se toma. En una relación de pareja es necesaria la reciprocidad pero esto no quiere decir que se dé lo mismo que se toma puesto que las personas se unen para aportarse, sobre todo, lo que tienen de diferente. Así, Hellinger habla de lo que el hombre y la mujer carecen por sí mismos y buscan en el otro (en definitiva, la idea de complementariedad Yin-Yang).

En una relación entre padre e hijo, se dice que el padre da más y el hijo da menos. Así mismo el padre toma menos y el hijo toma más. Pero ¿más o menos qué? No podríamos decir que el padre da vida al hijo en mayor cantidad y el hijo da vida al padre en menor cantidad, o que el hijo toma más el amor del padre y el padre toma menos el amor del hijo. El padre siempre da más porque da la vida y nada es comparable a ese regalo. El hijo toma más porque toma la vida del padre y, de nuevo, nada es comparable a ese regalo. Cuando los padres dan la vida a su hijo también, en cierta forma, le dotan no sólo de la fuerza y el alma que proviene del sistema de origen, de los ancestros a través de ellos, sino que también le otorgan una muerte y un destino. La forma que adopte la muerte y el destino de una persona, cómo se van configurando, depende en gran medida de cómo esta persona toma la vida a través de sus padres y qué hace con ella pero, en definitiva, uno sólo puede morir porque sus padres crearon la posibilidad a su nacimiento (esto también es válido en caso de muerte prematura durante la gestación o de aborto provocado; es la fecundación y el proceso de gestación, y no el nacimiento en sí, la única manera de llegar a la vida).

Por otra parte, en tanto que el anhelo de los padres es la felicidad de su hijo, el mayor regalo de un hijo puede dar a sus padres será el disfrutar en la medida de lo posible de la vida y hacer con ella lo mejor que pueda. De la misma manera, la forma más dura que tienen los hijos de castigar a sus padres es siendo infelices, no disfrutando los regalos otorgados. Una vez que se reconoce el desequilibrio que siempre existirá en la relación entre dar y tomar de padres e hijos (la imposibilidad de pagar la deuda), es interesante señalar que el amor respetuoso de los hijos hacia los padres es el que está teñido de reconocimiento y el agradecimiento. Por su parte, el amor respetuoso de los

padres hacia los hijos se caracteriza por los cuidados de crianza cuando son pequeños y la confianza a medida que crecen. Esto no quiere decir que quienes confíen en sus hijos y su destino sean “mejores padres” o quienes no cuidan durante su infancia a sus hijos sean “malos padres”, simplemente son formas de facilitar o dificultar el posicionamiento del hijo en un buen lugar (seguro, cuando son pequeños; de fuerza cuando crecen).

En este sentido me gustaría comentar algunos desórdenes con los que me encuentro frecuentemente en las relaciones entre padres e hijos y que muestran un desequilibrio en el tercer orden del amor. Por parte de los padres suele haber una dinámica de *“dar más de lo que sus hijos pueden tomar”*. A veces bromeo, muy en serio, diciendo que no hay “malos padres” sino “hijos desagradecidos”. Es decir, la mayoría de los problemas y culpas por “no llegar” de los padres en la actualidad se resuelven con una mirada de reconocimiento hacia sus propios progenitores y una declaración de intenciones del tipo: *“queridos padres renuncio a hacerlo mejor que vosotros, si lo hago la mitad de bien que vosotros bien me irá a mí y a mis hijos”*. Esta frase, que a algunos les cuesta tanto repetir, libera al padre o a la madre de seguir esforzándose en la inútil competición de hacerlo mejor que sus padres, dar más a los hijos, ofrecerles lo que ellos no tuvieron (regalos, oportunidades, caricias...), dedicarles más tiempo, mostrarles más cariño, y un largo etcétera donde en vez de mirar a su hijo y sus necesidades, miran sus propias frustraciones y rencores; donde en vez de disfrutar de la relación con su hijo, intentan ajustar cuentas con sus padres “enseñándoles” como se educa “correctamente”; donde en vez de que se orienten hacia su familia actual, siguen mirando hacia su familia de origen diciendo un *“no es suficiente”* que les limita enormemente tanto a ellos mismo como a sus hijos.

A veces, hablando con amigos y colegas, me doy cuenta de la enorme tendencia que tenemos a posicionarnos en *“no quiero que mis hijos tengan nada contra mí”* y desde ahí darles el peligroso, aunque muy seductor, lugar de jueces de nuestros actos: *“¿Cómo voy a hacer eso? ¡Qué pensaría mi hijo de mí!”*; *“Estamos muy preocupados por la forma en que tomará la llegada de su hermanito, a lo mejor no nos lo perdona”* (en este sentido es curioso que muchos padres otorguen el privilegio de elegir el nombre del nuevo miembro a su hermano mayor, lo cual a mí personalmente me parece poco adecuado); *“No puedo rehacer mi vida, mis hijos no lo entenderían”*. En ese círculo vicioso cuanto más depende el autoconcepto de los padres de la opinión de sus hijos, más se debilitan los primeros y más tiranos e inseguros se vuelven los segundos. Esta dinámica termina por convertirse en una espiral *in crescendo* que sólo puede romperse desde una meta-posición y ésta es la mirada hacia nuestros propios padres y retomar nuestro lugar de hijos desde el agradecimiento y el respeto.

Otras veces escucho frases del tipo *“necesito darle todo lo que esté en mi mano”*, *“quiero ayudarle todo lo que pueda en su desarrollo”*, *“me gustaría hacer lo posible para que mi hijo no sufriera lo que yo he sufrido”*, o similares. Ante este tipo de comentarios pregunto a la persona sobre qué cree que ha influido más para que sea tal cual es ahora, lo que sus padres le dieron o lo que sus padres no le dieron. Por lo general obtengo una rápida respuesta en la

línea de *“que yo sea como soy depende más de lo que mis padres no me dieron”*. La conclusión llega fácilmente: si hemos crecido para convertirnos en quienes somos gracias a lo que nuestros padres nos dieron y, sobre todo, gracias a lo que no nos dieron, ¿por qué queremos evitar a nuestros hijos que crezcan y hagan su proceso de individuación a partir de lo que ellos mismos necesitan buscar y darse porque todas sus necesidades no han sido cubiertas? No me gustaría que se entendiera que recomiendo no cuidar a nuestros hijos y dejar de darles todo lo que podamos, sino que muchas veces lo que mejor podemos ofrecerles es un modelo adulto que se da a si mismo la oportunidad de ser cada vez más feliz; que muchas veces lo que mejor podemos regalarles es el disfrute genuino de su compañía (y no tanta obligación de “tiempo de calidad en cantidad”); que muchas veces la mejor forma de contribuir a su desarrollo es con una mirada llena de orgullo por sus propios avances y logros, y con una mirada incondicional de comprensión y apoyo en sus necesarias experiencias de dolor y fracaso.

Por parte de los hijos suele haber una actitud de *“no tomo lo que no tomaste”*, en el que la forma del niño para aplicar el orden de la compensación se encuentra teñido por los otros dos Órdenes del Amor y su peculiar forma de relacionarse con ellos: una máxima de incluir a toda costa y una significativa incapacidad para colocarse en un lugar seguro como “pequeños”. Si el padre perdió a su padre a temprana edad, el niño puede mantener una excelente relación con él pero no desde la posición de hijo sino desde la de “colega” o la de “cuidador”, diciendo así *“querido papá no voy a disfrutar de un padre ya que tú no lo pudiste disfrutar”*. Del mismo modo un hijo cuyo padre tuvo que dejar de estudiar por las necesidades económicas de su familia de origen puede que tenga dificultades escolares volviendo a situarse en la posición de *“querido papá no voy a disfrutar de las oportunidades que tú no tuviste”*. En relación con esto también puede darse el posicionamiento de *“no quiero tomarlo al precio que te costó”* que ya hemos comentado previamente en los casos de adopción (por ejemplo, tomar los cuidados de la madre al precio que le costaron, el de no tener hijos propios). Si una madre sacrificó su vocación para cuidar a los hijos, es posible que uno de ellos no disfrute del aprendizaje o tenga repetidas crisis vocacionales de manera que se sitúa en *“querida mamá no tomo las oportunidades de aprender que me ofreces al precio que a ti te costaron, no poder desarrollarte profesionalmente”*. En este tipo de desórdenes, una vez que se ha trabajado con los padres sus propias implicaciones sistémicas que también pueden estar influyendo en la dinámica familiar, sí es muy efectivo trabajar con los niños a través de cuentos, dibujos y juegos. A través de ellos el niño puede sentir algo fundamental para darse el permiso de crecer libre: que cuenta con el permiso de sus padres para tenerlo más fácil que ellos, que todos los dolores y esfuerzos de sus padres se ven compensados cuando él toma los recursos que le ofrecen y que el corazón de sus padres sonríe cuando le ven desarrollar todo su potencial para ser cada día más autónomo y feliz.

Como muy bien expresa el poema de Börries von Münchhausen, recogido por Bert Hellinger en *El centro se distingue por su levedad. Conferencias e historias terapéuticas*: “Lejos en la sala de los tiempos mi mirada va,/ Contenida y serena, observando el juego de la vida:/ La bola de oro cada cual, sonriente, pasa/ Y ninguno la bola de oro devolvió”. Sólo cuando los niños

crezcan, y se conviertan en adultos, podrán compensar lo que sus padres les dieron dando ellos mismo hacia delante, a sus propios hijos y al mundo. Hasta ese momento necesitamos ayudarles a vivir en ese desequilibrio, frustrar sus intentos de llevar el agua de vuelta al manantial y desatascar todos los bloqueos que puedan impedir que en el día de mañana den lo mejor de sí mismos.

En definitiva, las necesidades de los niños cambian con la edad, sus capacidades e intereses aumentan y, a medida que crecen, el sueño, la comida y las revisiones pediátricas dejan paso a otras preocupaciones como su adaptación social, sus aprendizajes escolares y sus necesidades lúdicas. De manera similar, a medida que nuestros hijos crecen necesitamos adaptar nuestro intercambio de dar y exigir. En los niños más pequeños es necesaria una atención más continua mientras que podemos exigirles poco, sólo el aprendizaje de una serie de normas y límites relacionadas con su seguridad y el desarrollo de sus habilidades. A medida que crecen es necesario diversificar esa atención, ya no tienen que estar siempre a nuestra vista, no necesitamos supervisar cada uno de las exigencias cotidianas (comer, vestir, baño) pues han ganado en autonomía, sin embargo tenemos que tener en cuenta muchos más elementos (¿aprende lo suficiente?, ¿cómo le ayudo con sus miedos?, ¿tiene amigos?, ¿es conveniente que haga actividades fuera de su horario escolar?, ¿qué obligaciones debo imponerle?, etc.). Ninguna de estas preguntas tiene una sola respuesta correcta. Lo más importante es aprender a conocer y respetar a los niños como personas en sí mismas y no sólo como “proyectos de persona”. Muchas veces los padres están más pendientes de hacerlo bien o mal como educadores que de disfrutar con ellos. Muchas veces se guían más por sus miedos *-es que no quiero que lo pase tan mal como yo-*, sus deseos *-me gustaría que disfrutara más o que se quejara menos-*, sus preocupaciones *-¿podrá aprobar el inglés?-*, sus culpas *-¿y si le traumatizo?-*, que por los de sus hijos. Quizás, lo más necesario y sencillo sea también lo más difícil de hacer: mirar y escuchar a los niños, valorando lo que nos gusta de ellos y asintiendo a sus carencias y dificultades. Muchas veces, en nuestro intento de que los niños no sufran, les impedimos crecer y aprender a resolver problemas, a tomar decisiones, a sacar una enseñanza de sus errores, a convivir con las limitaciones inherentes a la vida humana. Esto no significa que haya que dejarles enfrentarse al mundo solos, sino que a medida que crecen debe crecer nuestra confianza en ellos y en su capacidad para elegir su propio camino.

Aquí sería el momento de plantearnos el segundo tránsito del ciclo vital, la adolescencia, ese proceso personal con implicaciones sistémicas donde el niño espera convertirse en adulto, esto es, donde dejará atrás su sistema de origen y creará su propio sistema actual. Así, al igual que nos alumbran en el momento de nuestro nacimiento, durante la adolescencia el individuo necesita alumbrarse a sí mismo. Por ello me gustaría hablar sobre los aspectos sistémicos y sobre el proyecto de vida en relación a este tránsito en un próximo artículo: “La adolescencia o el tránsito a la identidad”.

Reflexiones finales

Me doy cuenta de que muchos de los desórdenes que he comentado a lo largo de los distintos epígrafes los encontramos en nuestros clientes adultos y en nosotros mismos. Por ello me parece indicado recordar la idea de Hellinger cuando habla de la necesidad de transformar el amor ciego, propio de los niños, en amor respetuoso, propio de los adultos. Claro está que en nosotros sigue viviendo ese pequeño, nuestro yo-niño por llamarlo de alguna forma, que cree que *“el amor todo lo puede”*; que busca con desesperación sentirse inocente; que anhela profundamente el paraíso perdido o el retorno al útero materno; que quiere, y cree imprescindible para su felicidad, ser lo primero y único para sus padres. Pero también podemos recordar que en todos nosotros habita un alma individual que necesita desarrollar un destino único que le es dado en la medida que camina con la mirada en el horizonte. Así, nuestro yo-adulto necesita encontrar, a través de continuos descubrimiento y los consiguientes pactos, un equilibrio que le permita dar a su niño interno los cuidados y mimos que requiere (*“queridos padres, me habéis dado más que suficiente, ahora lo tomo y hago con ello lo mejor cuidándome a mí mismo”*) y, al mismo tiempo, estar al servicio de algo más grande: *“en el nombre de los míos, y en el mío propio, ando por un camino que nadie más puede transitar, asiento a un destino que nadie más puede abrazar y ofrezco al mundo lo que nadie más puede dar”*.

María Colodrón Sánchez, enero de 2011.
Publicado en el Boletín de ECOS, nº 33.