

CLASE III

IGNACIO GREZ

LA REALIDAD IMAGINADA

¿Has leído alguna vez el libro de Harari llamado “De animales a dioses”? En este libro el autor explica cómo los grupos sociales van formando ficciones o realidades colectivas que, luego con el paso de los años, se transforman realidades para el ser humano [1].

Como por ejemplo; las leyes, la justicia, las bolsas de valores, los símbolos patrios, las instituciones modernas, el dinero, las fronteras entre los países, el desarrollo económico y hasta la fe religiosa misma.

El problema de esta realidad imaginada que creamos como seres humanos es que no siempre potencia la vida, sino que la limita, lo cual va formando lo que se conoce como "creencias limitantes" que son aquellas creencias que tengo del mundo, que no me permiten flexibilizarme ni adaptarme a lo que está pasando en mi entorno.

Estas creencias están condicionadas por:

1. Condicionamiento infantil
2. Figuras de autoridad
3. Inseguridades internas
4. La necesidad de reconocimiento
5. Prueba social

Somos capaces de defender estas creencias con nuestra vida, hasta que se produce una fractura en la mente.

Y cuando esto ocurre me hago las siguientes preguntas:
¿por qué tengo estos comportamientos? ¿de dónde vienen?
y ¿para qué?

Ahora, el tema que es de relevancia para nosotros es que no sólo la sociedad implanta una realidad imaginada en nuestra mente, sino que también lo hace nuestra familia. Y esta misma realidad que crea nuestra familia puede ser nuestra mayor fuente de bendiciones o un infierno terrenal.

Es así que hay ciertas reglas que se estructuran en las familias que no deberían romperse y que, de llegar hacerlo, podrían causar todo un desorden en el árbol genealógico que lleve a la frustración, odio entre los integrantes, rencor, etc. Estas "reglas" o "leyes" que deben cumplirse en toda familia, Bert Hellinger, creador de las constelaciones familiares, las llamó Órdenes del amor [2].

1ª Ley de la Pertenencia: El árbol genealógico no tolera la exclusión, y si llega a haber alguna, se abre todo un ciclo de compensación que busca traer de vuelta al integrante, ya sea a través de la memoria (nieto drogadicto igual que el abuelo) o la adopción.

2ª Ley de la Jerarquía: Los padres deben cuidar de sus hijos y nunca al revés, de lo contrario se genera todo un desorden genealógico en donde los padres dejan de hacerse cargo de sus hijos por estar pendientes de sus propios padres.

3ª Ley del Equilibrio, entre el dar y el tomar: Si alguien da todo en un relación, anula la capacidad del otro de dar.

La teoría de Bert Hellinger no forma parte del Transgeneracional, pero nos da un pequeño punta pie para ir entendiendo las "leyes" que hay en nuestra familia y que, sin darnos ni cuenta, estamos constantemente cumpliendo. Sin embargo, en el Transgeneracional existe una teoría que guarda algunas similitudes y que pareciera ser aún más profunda. Estas son las Lealtades invisibles, término aportado por Ivan Boszormenyi-Nagy, psiquiatra húngaro-norteamericano [3].

Así como muchas veces no somos conscientes de estar repitiendo una dinámica social, e incluso somos capaces de asegurar que las decisiones que tomamos son por nuestra voluntad y no impuestas, con la familia ocurre lo mismo.

No sabemos hasta qué punto tomamos decisiones y actuamos en base al miedo a dejar de ser queridos por nuestra familia o excluidos. Estas lealtades invisibles muchas veces llegan a sobrepasar los límites de lo verosímil, pero no por eso dejan de existir.

Las lealtades familiares tienen una base emotiva, es decir, son motivacionales. Esto es debido a que cuando alguien no recibe la reparación que le corresponde, se traslada a la descendencia (tal como vimos con la represión y sus fases).

Nagy se dió cuenta de que en las familias se produce una especie de "deuda familiar" en donde, por ejemplo, los padres para exigir que los hijos se hagan cargo de ellos, se enferman. Como una forma de exigir "justicia" por lo que a ellos mismos les tocó vivir con sus propios padres.

Asimismo, Boszormenyi menciona que las familias funcionan de manera muy parecida a una empresa; tienen créditos y débitos, y la idea es que, al igual que en una empresa, la caja calce. Sin embargo, lo que es "justo" a nivel familiar, no necesariamente es justo a nivel de los individuos, lo que puede generar muchísimo dolor.

Es así que existe una serie de lealtades que dañan (pérdidas, robos, abandonos, etc). En este sentido, el papá fue estafado y, a modo de lealtad, el hijo también es estafado tiempo después.

En todas las familias, el dinero es una de las lealtades ciegas más fuertes del árbol, y en este sentido, si en mi familia nunca nadie ha tenido un auto nuevo, y yo soy el primero en tenerlo, pueden pasar dos cosas; que me encuentre con múltiples bloqueos, como problemas con el banco, pérdidas de dinero, etc., que me impidan comprarlo, o que, luego de comprarlo, me lo roben o lo choque al salir de la automotora (he visto estos casos varias veces).

Como puedes ver las lealtades familiares invisibles están cargadas de miedo a no ser amados, a ser excluidos, y por ende, miedo a la supervivencia, y además están dotadas de la consciencia culpable. Pareciera ser que las as culpas no perdonadas generan grandes enfermedades, sabotajes y pérdidas. Es así, que por ejemplo, una mujer que abortó y tiene culpas al respecto en base a sus propias creencias familiares, puede generar una enfermedad muy cara para así castigarse.

Otro ejemplo que el psiquiatra dio a relucir es que cuando existe una privación de un familiar, sus descendientes harán justicia por él. Al respecto, Ivan menciona que “aquel ladrón que vez ahí, probablemente es el miembro más leal de su familia”.

Asimismo, también se dan casos en que cuando hay una hermana "perfecta" , es necesario que la otra hermana sea la "oveja negra" por lealtad a su hermana perfecta, como una forma de compensar, de generar equilibrio. También puede ocurrir al revés, se requiera una hermana "perfecta" ya que la otra es la "oveja negra".

Existen múltiples tipos de lealtades y mi intención no es que te aprendas todas ni tampoco sus nombres, sólo que las entiendas y que veas cómo operan en tu vida, para que luego puedas ver con toda claridad cómo operan en la vida de otras personas.

De igual forma, te dejo un breve resumen de algunos tipos de lealtades que podemos encontrar en la literatura:

La lealtad –yo en tu lugar- : En un árbol lleno de abusos y ausencia de límites claro, nace una hija que viene a gritar y patelear todo lo que las mujeres de su árbol callaron.

Lealtad –Yo en tu nombre- : Una hija ve a como a su madre le fueron infiel una y otra vez, y en respuesta la vengó inconscientemente siéndole infiel a sus parejas posteriores.

Lealtad –yo para ti- : Un padre quería ser periodista y no pudo, y sus hijas estudian periodismo por él, sin embargo, no son felices.

Lealtad –yo igual que tu-: En el mismo ejemplo de la madre que tiene depresión, en este caso la hija en vez de rebelarse contra el mundo, podría repetir la misma depresión.

Lealtad yo – al revés que tú - : El padre fue un irresponsable toda la vida y, en respuesta, sus hijos llegan al extremo con la responsabilidad, llegando a ser incluso autoritarios.

Lealtad yo – no te supero - : Los padres por algún motivo no logran terminar la universidad, y luego, sus hijos antes de dar el exámen de grado se enferman y no lo pueden dar.

Lealtad –yo te acompaño- : Un hijo de una familia pobre se hace millonario, sin embargo, dado que sus padres eran infelices, el hijo busca una forma de ser infeliz a través de sus parejas.

Recuerda que las lealtades siempre son irracionales al ser producto de la culpa y el miedo. En su gran mayoría operan desde el inconsciente, por lo que nuestra tarea es traerlas a la consciencia y luego trabajarlas.

Ahora ¿cómo podemos trabajarlas? es muy simple, lo que debemos hacer es racionalizarlas y hablarlas. Tal como viste en la clase, si nosotros habláramos de nuestras culpas con nuestros familiares, probablemente se reirían y luego nos ofrecerían todo su apoyo.

Si tenemos familiares que, en vez de darnos su apoyo, fomentan nuestras culpas, es entonces cuando el trabajo se hace más complejo y debemos ir a entender por qué

nuestra familia no nos puede apoyar como queremos ¿qué vivieron? ¿qué pasó entre nuestros padres y abuelos? ¿qué lealtades cargan ellos?

Recuerda esta frase de Un curso de milagros "Si pudieras ver todos los puntos de vista de una situación y se te pidiera que apliques un solo juicio, no podrías". Por lo que nuestros sufrimientos son solo falta de información [4].

REFERENCIAS

- [1] Yuval, H. (2014). De animales a dioses.
- [2] Hellinger, B. (2012). Órdenes del amor: Cursos seleccionados de Bert Hellinger. Herder Editorial.
- [3] Boszormenyi-Nagy, I., Spark, G. M., & Pardal, I. (1983). Lealtades invisibles (No. 155.924 B6). Buenos Aires: Amorrortu.
- [4] Schucman, D. H. (2019). Un curso de Milagros. Stanford.