

SECRETOS DE FAMILIA

Desde hace diez años Lola de Miguel trabaja con Constelaciones Familiares, método terapéutico creado por Bert Hellinger. La experiencia la ha llevado a su valoración en el campo personal, a través de una enfermedad que afecta a su madre. El resultado, una gran transformación en su propia familia

-¿Cómo llegaste a las Constelaciones Familiares, Lola?

-Siempre he sido una buscadora. Tenía fobia a hablar en público y decidí estudiar psicología. Obtuve muchos conocimientos, pero entré y salí de la carrera con el mismo problema. A partir de ahí continúe aprendiendo diferentes técnicas hasta llegar a las Constelaciones Familiares, que, junto con las técnicas regresivas, fueron las que más me impactaron y mayor claridad y felicidad me han aportado.

-¿Tuviste una experiencia directa, personal, previamente?

-La mejor forma de conocer la técnica es participar en un taller. Asistí a uno y me quedé impresionada. En mi constelación escogí a cada una de las personas que iban a representar a mi sistema familiar. Somos siete hermanos, con mi padre y mi madre, nueve en total. Los representantes al ser preguntados, manifestaban expresiones, sensaciones y síntomas físicos, iguales a los que tenía cada miembro de mi familia. Mi representante lo primero que dijo fue que sentía un dolor de espalda. Escuché a una persona que no me conocía de nada hablar de un síntoma físico que siempre he tenido. Todo el proceso del desarrollo de la constelación, así como otras que vinieron a con-

tinuación, fue increíble. Los efectos terapéuticos alcanzaban a todos los presentes. Fue entonces que me enamoré de esta técnica.

-¿A qué atribuyes ese fenómeno en el cual un extraño sienta, conozca qué sucede en quien constela, al representarlo?

-Todos actuamos en resonancia, la realidad que percibes es aquella que te resuena en tu interior. Por eso, cuando escoges a una persona para que te represente, ella tiene el mismo patrón que tú. Para poder explicar cómo se produce este fenómeno podemos hablar de los campos morfogenéticos, campos de energía que contienen toda la información de nuestra historia familiar. Cuando llega un nuevo miembro, se conecta con este campo o inconsciente familiar, obteniendo así la información del sistema al que pertenece. Entre todas las personas de la humanidad existen conexiones que permiten la transmisión de esta información.

-¿Para qué casos están indicadas?

-En todos los ámbitos personales, familiares, sociales y empresariales. Enfermedades, salud, amor, pareja o la no existencia de ella, prosperidad, dinero, deudas, éxito, adicciones, duelos, abortos... Nos ayudan a desactivar patrones repetitivos que aparecen en nuestras vidas y de los cuales creemos no poder salir.

Aurelio Álvarez Cortez

Se dice que el 70% de los problemas psicológicos que nos afectan a todos viene de situaciones no resueltas de nuestra historia y relación familiar. En algunos casos estos patrones se deben a lealtades a nuestro sistema familiar o compensaciones de algo que sucedió en una anterior generación. Las C.F. cambian este "amor inconsciente" por un "amor consciente" al sacar rápidamente a la luz la dinámica que causa el sufrimiento. En el campo empresarial se utiliza a modo de diagnóstico para poder ver diferentes aspectos de una empresa, detectar la problemática y buscar la mejor solución, búsqueda de mejores estrategias de actuación, análisis de proyectos.

Aconsejo a todo el mundo a hacer una C.F. para poder liberarse de problemas que arrastran desde hace tiempo y llegar a un estado de bienestar y libertad.

-Afirmas que las constelaciones no son una canalización.

-No tiene nada que ver con lo esotérico. Los representantes prestan su energía y están presentes para hacer el trabajo. De una manera instintiva se conectan con los campos de información y es esto lo que hace que se reproduzca exactamente el rol de las personas que representan. El propio nombre de las C.F. puede llevar a confusión, a creer que es algo parecido a la



Juanchi Pegoraro

"El 70% de los problemas psicológicos viene de situaciones no resueltas de nuestra historia familiar", afirma Lola.

Quién es

Lola de Miguel, psicóloga clínica y educadora especializada en marginación social, tiene en su haber numerosos trabajos, cursos, talleres y estudios relacionados con diversas especialidades terapéuticas. Se formó en Constelaciones Familiares con Bert Hellinger, su creador, y coordina talleres de constelaciones tanto familiares como empresariales desde 2004 en España, Italia, India y Suecia. Actualmente trabaja en Barcelona y en Pontevedra, como también en otras ciudades de España y en el extranjero, además de dar formación en C.F. Ha colaborado con la Diputación de Barcelona y también con diferentes medios de comunicación. Es autora de "Regresiones. Revivir el pasado para sanar el presente", de Edición Hispano Europea, y de "Constelaciones Familiares. La reconciliación de nuestras raíces desde el Amor", de Obelisco. Más información: www.lasconstelaciones.com, www.lolapsicologa.com, lolapsicologa@yahoo.es

astrología, pero su nombre original en alemán es de "posicionamiento familiar". Las C.F. son un trabajo

de conciencia, reconciliación y profundo respeto por nuestras raíces y en consecuencia por nosotros mismos.

-Para ti, ¿qué es una familia?

-La familia es la raíz. Bert Hellinger dice que las personas agradecidas con su padre y su madre pueden moverse hacia la prosperidad, la felicidad y el amor. Todo ser humano viene de su madre y durante nueve meses es uno con ella. Dentro de nosotros vive la energía de nuestros padres. El sistema familiar tiene un pasado y debemos aceptarlo tal y como es. A partir de ahí podemos apoyarnos en él y sentir una fuerza que viene de atrás, de generaciones que han vivido y sobrevivido para que hoy estemos aquí, así sentimos una fuerza que nos impulsa a seguir el propio destino en conciencia, felicidad y libertad.

-El tradicional sistema familiar se transforma, vemos el surgimiento de familias monoparentales, por ejemplo. ¿Este cambio de estructura afecta al trabajo con las constelaciones?

-No. Toda persona viene de una familia, un padre y una madre, y nadie estaría aquí si no fuese así. Puedo elegir vivir sola, en pareja o crear una familia, pero puedo apoyarme igualmente en mis raíces. No importa el modelo de vida que yo elija, si yo agradezco la vida que he recibido a través de mis padres y estoy en sintonía con ella, seré feliz con mi elección. En todo caso, tengo que saber de dónde vengo para saber adónde voy, y la única manera es conectando con mis raíces, con la energía de mis padres, sabiendo que cada uno de ellos ha sido un ser humano exactamente igual que yo y que en la vida lo han hecho de la mejor manera que han podido y sabido según los recursos que tenían y el momento histórico que les ha tocado vivir.

-Un ejemplo de lo que acabas de decir.

-En Italia hice un taller, en un lugar donde a los hombres no se les enseña mostrar las emociones sino a ser muy trabajadores y responsables. Un hombre que estaba participando compartió: "La gente joven nos pide que hagamos cosas que no sabemos hacer, que expresemos las emociones. A mí nadie me enseñó eso, antes estaba mal visto, y solo aprendí a expresar mi amor a través de trabajar para mi familia. Mi padre nunca me felicitó. Por eso yo no sé hacerlo". Su hijo también estaba en el taller. A este hombre le daba vergüenza decirle al hijo que lo quería y que se sentía muy orgulloso de él, pero lo hizo y fue muy sanador para el joven, que llegó a comprender a su padre, y un gran regalo para todo el grupo, que se sintió muy identificado con su propia historia familiar. En

el fondo todos llevamos un niño pequeño, obediente, que quiere ser amado y reconocido por sus padres.

-La relación de padres e hijos no es siempre buena. ¿En qué contexto terapéutico, sanador, actúa la constelación en casos de maltrato?

-El maltrato no es aceptable de ninguna de las maneras. Nos equivocamos al pensar que el amor significa exactamente igual para todos. El amor acaba siendo aquello que nosotros vivimos en el hogar los primeros años de vida. El niño pequeño, aunque sea maltratado, a eso le va a llamar amor y así aparece la confusión cuando se convierte en adulto. Para algunas personas la palabra amor significa miedo y tensión debido a escenas frecuentes de violencia física o verbal. Consecuentemente, hoy en día intimidan a sus parejas y a sus hijos. En hogares donde hay esta definición errónea del amor, los hijos evitan al máximo la compañía de sus padres, ya que para un menor es aterrador ver a un adulto encolerizado. Una vez que tomamos conciencia de este concepto equivocado del amor, podemos comenzar a corregir estas definiciones contaminantes que probablemente ya nos han causado mucha amargura. Y esta comprensión es aplicable tanto para nosotros como para nuestros padres. Somos víctimas de víctimas.

Decimos no al maltrato, teniendo en cuenta que cuando se siente rencor y odio ese vínculo es tan fuerte como el del amor. El rencor nos une a esa persona que odiamos, gastamos muchísima energía en ese sentimiento hacia el otro, nos colocamos en el rol de víctima y así nunca vamos a crecer ni aprender la lección de la vida. Sin embargo, la compasión y el perdón significan "yo no justifico este maltrato y digo no, pero a la vez comprendo que mi padre o mi madre no supo ni pudo hacerlo de otra forma porque fue la educación que recibió".

-Con las C.F. se abre "una caja de pandora", quedando a la luz secretos familiares que generalmente todas las familias guardan bajo el silencio. ¿Basta participar sólo una vez?

-Muchos creen que haciendo una constelación arreglan toda su vida. No es así. La constelación hace un movimiento muy sanador para el alma de la persona y obtenemos una profunda comprensión y aceptación de "Todo lo que es", lo que conlleva un gran cambio en nuestras vidas. El autoconocimiento del ser humano es de por vida y la sanación de la relación con los padres y nuestro sistema familiar también. En el transcurso del tiempo se van manifestando nuevos patrones, secretos y lealtades ocultas a nuestro siste-

ma familiar y así, al ir aflorando todo lo que estaba oculto, vamos sanando, limpiando e iluminando todo nuestro árbol, creando así un mejor futuro para nosotros. En todas las familias existen secretos que cuando salen a la luz y se sanan, todo el sistema se libera.

-Has dicho que la enfermedad se presenta como una compensación.

-Muchas enfermedades se explican sacando a la luz las implicaciones y lealtades a ciertas dinámicas ocultas no sanadas de nuestro sistema familiar. Las enfermedades pueden ser entendidas cuando se miran en un contexto más amplio, no es sólo un tema personal. Esto no excluye el seguir un tratamiento médico, pero se incorpora una historia clínica de lo que ha sucedido en el sistema familiar. Los niños están dispuestos por amor inconsciente a sus padres a llevar cargas y traumas no resueltos en el sistema familiar, que se acaban manifestando a través de las enfermedades. Sólo en algunos casos es una compensación. Yo la viví en mi propio sistema familiar. En una C.F. que hice, vi como mi sistema familiar estaba compensando con enfermedades graves por un hecho cometido por mi abuelo. Mi madre también está intentando compensar algo para salvar el sistema. Había un secreto familiar. Gracias a las C.F. encontré explicaciones y perspectivas nuevas que me ayudaron a encontrar paz.

-Pones el acento en la enfermedad como síntoma de historias familiares, y en tu caso personal es el Alzheimer de tu madre. ¿Cómo lo vives?

-Ante el diagnóstico de la enfermedad pasé por todas las fases del duelo: negación, rabia, tristeza, hasta llegar a la aceptación y superación. Todo este proceso de duelo lo conozco y he acompañado a otras personas a hacerlo. Desde el punto de vista de las C.F. pude tener una mirada sanadora, la enfermedad de

mi madre dejó de ser un drama. Gracias al Alzheimer he vivido unos momentos maravillosos de sanación de la relación de amor entre mis padres. Nos han regalado instantes de ternura y cariño. Mi madre se ha dejado cuidar, siempre había sido una mujer fuerte, trabajadora, y mi padre ha cogido el rol de protector, cuidador. Ella se permite ahora dejar la carga y tocar la sensibilidad.

Sabía que se estaba yendo despacito y quise aprovechar el mayor tiempo con ella y así empecé a mostrar aun más la historia familiar. Aparecieron secretos y nuevos datos que me dieron entendimiento y comprensión de muchas cosas que había vivido mi familia, de su forma de actuar y comportarse, que antes criticaba. Me siento más cerca de ella y más compasiva y comprensiva. Pude ver que con sus experiencias de la infancia ella no tenía opción para actuar de otra manera. Me mostró su niña interior con todo su esplendor.

-La relación con tu madre ha cambiado radicalmente.

-Cuando mi madre se vaya, todos los hijos la habremos amado, besado, abrazado y nos quedaremos con una sensación de paz, que ella quería. Se convirtió al budismo para hacer un mundo mejor y lo ha conseguido en su sistema familiar. Sus hijos la adoramos. La enfermedad ha pasado de ser un dolor muy grande a una aceptación y a una gran sanación de todo el sistema familiar. A través de este proceso hay un entendimiento del AMOR, con letras mayúsculas, una sanación de mi pasado. Ahora hay una aceptación total y plena, no hay nada bueno ni nada malo. Puedo verla tal y como es ahora, la amo y le doy las gracias por todo lo que ha hecho por la familia. Ella quería ser madre y ha cumplido su rol y ha logrado una sanación que para mí es un regalo, el mayor que he recibido. TM

MANOS REIKI

DIA 9 Deeksha.

DIA 11 Taller Holosíntesis: Trabajando las emociones a través de las cartas.

DIA 17 Taller práctico de radiestesia y uso de péndulo hebreo.

DIA 18 Taller Ho'oponopono, por Lili Bosnic.

DIAS 23, 24, 25 Curso Despertar a la Unidad. Iniciación a la Deeksha.

CLASES: YOGA, PILATES, TAI CHI, DANZA ORIENTAL

Terapias REIKI e iniciaciones todos los niveles.

Más info, visita nuestra web www.manosreiki.net

San Vicente, 78 - 3ª - Pta. 3 - 46002 Valencia
Tel. 686 29 23 15