

## Conciencia Personal y Conciencia Familiar

### El pensamiento sistémico

Recapitulemos:

- Sistema = conjunto de elementos + relaciones entre los elementos + sus atributos.
- Los elementos se influyen entre sí. Basta que uno cambie para que, automáticamente, provoque una alteración en todo el sistema.
- Sistemas = Totalidades. Todo lo que existe, existe en contextos totales.
- **El sistema es más que la suma de sus elementos. Es una entidad más.**

Desde el momento en que entramos en esta vida, pertenecemos a un determinado sistema de relaciones que, con el tiempo, va ampliándose en círculos concéntricos. Siguiendo el orden temporal, estos son los grupos y relaciones importantes para nuestra supervivencia y nuestro desarrollo, de los que formamos parte, sea forzosamente o por elección:

- la familia de origen, es decir, nuestros padres y hermanos
- la red familiar, formada por los demás parientes
- las relaciones libremente elegidas, como las de amistad
- la relación de pareja
- las relaciones con nuestros propios hijos
- la relación con el mundo como un todo

Cada familia es un compuesto hecho de diferentes miembros, vinculados entre sí, independientemente de la simpatía, antipatía o indiferencia que se tengan, del conocimiento o del desconocimiento mutuo y de las relaciones entre los miembros y sus características.

Para la existencia de un hijo es indispensable la existencia de unos padres, y así sucesivamente. Cada persona es el final de una pirámide de muchos seres humanos que han sido imprescindibles para su existencia. Cada nuevo vínculo enriquece los sistemas ya existentes y amplía su historia.

Cada grupo humano se rige por leyes y patrones innatos, a los cuales se agregan todos aquellos otros patrones que se van construyendo en la interacción. Los sistemas familiares son abiertos y tienden a autorregularse para asegurar su supervivencia. Asimismo, las familias sientan principios que regulan la interacción con otras familias: se nutren, interactúan y se vinculan con otros sistemas familiares, hasta llegar a construir clanes, grupos, comunidades, sociedades y naciones. Se accede a construir leyes sociales que permiten un funcionamiento acorde con las necesidades particulares y grupales.

Cada persona trae en sí la información completa de las vidas de las que procede, tanto en el nivel físico como en el psíquico. Ese bagaje es la herencia, impresa en lo más profundo, tanto en los genes, cuanto en el inconsciente colectivo. Se hereda el color de ojos, la forma de las manos, la estatura, etc. del padre o de la madre, o de algún abuelo. También, el buen o el mal carácter, los gustos, la fuerza, las tendencias anímicas -depresivas, neuróticas, etc.- que caracterizaron a algún antepasado.

Cada individuo es parte del campo morfogenético de su familia. Allí se alberga toda la información familiar, reconocida o no. Lo resuelto y lo no resuelto. Formamos parte entonces del alma y del destino de muchas personas con las cuales estamos, de una u otra manera, directamente relacionados. La relación entre el padre y la madre causa efecto en los hijos y sigue actuando en los nietos. Cualquier modificación, por ejemplo: casamiento, nacimiento de un hijo, muerte de alguien, o cualquier hecho de la vida cotidiana, provoca cambios en toda la familia.

- El sistema familiar es una totalidad
- Todo lo que sucedió y sucede ES
- Todos los miembros SON, los que viven y los que están muertos, incluso, los que no conocimos y los que no llegaron a nacer

El sistema familiar no puede excluir a ninguno de sus miembros, así como en la naturaleza, en el universo, y en cualquier otro sistema, TODO ES y TODO ESTÁ. Los elementos de los sistemas están actuando y se modifican mutuamente en todo momento. Si se niegan entre sí, o si se resta importancia a la interdependencia, igualmente actúan y causan reacciones en los miembros, lejanos o cercanos; conocidos o desconocidos.

Los sistemas, como en este caso la familia, están determinados por una condición altamente significativa para su comportamiento: el afán intrínseco de tender siempre a la SUPERVIVENCIA de la especie. Es decir que el ser humano está condicionado en este sentido, y las relaciones humanas sirven para la vida. Tomarla, vivirla, darla, transmitirla es el fin último.

El sistema familiar, como todos los sistemas, es una totalidad en la cual opera la **ley de compensación**. Cuando algo falta, el sistema busca la posibilidad de compensar esa ausencia.

Esta ley lleva a esclarecer que en todo ser humano existen **necesidades psíquicas básicas** que, si no son tenidas en cuenta, piden compensación:

1. necesidad de amor o de reconocimiento
2. necesidad de sentirse competente
3. necesidad de tener sentido y significado
4. necesidad de lealtad
5. necesidad de valores y / o espiritualidad

### *1. Necesidad de amor o de reconocimiento*

Todos los seres humanos necesitamos sentirnos amados o reconocidos. Este amor o reconocimiento no está relacionado con un saber ni con una capacidad sino con un sentir sin una causa que lo sustente.

### *2. Necesidad de sentirse competente*

Todos los seres humanos necesitamos sentirnos competentes, de alguna manera y en algo. Necesitamos saber y sentir que tenemos capacidades y que podemos lograr metas en nuestra vida y en nuestras relaciones.

### *3. Necesidad de sentido y de significado*

Todo lo que uno hace tiene un sentido y un significado. Nadie actúa porque sí, sin más, aunque a veces no lo tengamos del todo en claro. Encontrar este sentido y dilucidarlo equivale a comenzar a entender. Asimismo, necesitamos que los demás nos otorguen un significado y que lo respeten, aunque no lo entiendan.

#### *4. Necesidad de lealtad*

La lealtad es constitutiva del ser humano en tanto somos leales a nuestro sistema de origen. Esta es una condición muy primaria, puesto que al principio nuestra subsistencia depende de sentirnos leales. Por lo mismo es uno de los sentimientos fundamentales. A menudo, por respetar lealtades en nuestro sistema primario se nos dificultan los vínculos fuera de este.

#### *5. Necesidad de valores y/o espiritualidad*

Los seres humanos tenemos valores centrales en nuestras vidas -por ejemplo: honestidad, buena vida, educación, dinero, familia, trabajo, dignidad, etc.-. Sin embargo, no todos compartimos los mismos. Necesitamos tomar los valores del sistema de origen y transmitirlos a otros. Hacer circular nuestros valores es un modo de perpetuarlos, de legitimarlos y de honrar a aquellos que nos los transmitieron

### Conciencia Personal y Conciencia Familiar

Validada por Norma Chilena 2728

El descubrimiento más importante de Bert Hellinger es que no existe una conciencia común a todos los seres humanos. No hay una conciencia divina que defina entre lo que es bueno y malo en general.

En constelaciones familiares se ha fomentado el aspecto de la conciencia como la manera que tenemos internamente de pertenecer a un sistema.

Existen dos tipos de conciencia, la personal y la familiar.

La **Conciencia Personal** es estrecha, es consciente y tiene un alcance limitado. Se la identifica como la conciencia de niño que permanece arraigada a amar ciegamente para sentir la pertenencia a la familia. Está basada en creencias, percepciones y juicios formados por experiencias directas e indirectas, entre lo bueno y lo malo que se ha creído en el sistema

familiar. Normalmente esta conciencia establece límites territoriales entre el espacio propio y el de los otros, para asegurarnos los aspectos íntimos de nuestro ser. Se apoya en nuestro cerebro primitivo donde lo más importante es sobrevivir como individuo, donde nos centramos en nosotros mismos y en donde se le da cabida solo a aquellos que no amenacen nuestra seguridad interna. Esta conciencia personal es nuestro libre albedrío, es nuestro camino de vida, el que elegimos y decidimos conscientemente.

La **Consciencia Familiar** es más amplia, colectiva y grupal y es inconsciente. Se construye desde las creencias, intereses y límites de cada sistema familiar, los cuales se transmiten transgeneracionalmente. A través de esta conciencia, aprendemos nuestros vínculos esenciales de la relación con nosotros mismos y con los demás. Es una consciencia poderosa mucho más fuerte en su efecto que la personal. Hay una constante interacción entre ambas consciencias. Todos los cambios que van teniendo lugar en las mentes de "nuestros iguales o de nuestro clan" se extiende a la consciencia personal, dándole fuerza a la colectiva y una vez que esas ideas se han hecho presentes en un número suficiente de individuos del clan, pasan a ser nuestra realidad. Esta consciencia colectiva es el ALMA FAMILIAR.

Validada por Norma Chilena 2728

Así como la consciencia personal vela por el individuo y por su relación vital con el grupo, la consciencia familiar vela por todos los integrantes del sistema y por su destino.

Hay una tercer consciencia que es la **Espiritual**. Es aquella que deja de concebir la separación, es incluyente y está regida por un amor elevado de unidad y de comunión, en donde se está por encima de los juicios y de la separación. Es el movimiento natural del amor universal que no interfiere y simplemente es guiado por esa consciencia de la totalidad reconociendo que todos pertenecen a la misma energía del amor. En ella se concibe la unidad con algo más grande, en donde cada quien pertenece ocupando su lugar, en donde cada quien permanece. Es como llaman los chamanes «El Gran Alma» en donde todo permanece y nada se destruye, sino que simplemente se transforma.

Sobre derecho de autor: Este texto ha sido preparado con material de terceros y de diferentes fuentes, por lo que las imágenes y los textos no son de autoría del profesor. Además, ha sido realizado con fines docentes para sus estudiantes.

## **Buena y Mala Conciencia**

Desde nuestra conciencia personal, solemos percibir que si pensamos, sentimos o hacemos algo que no está en sintonía con las expectativas y las exigencias de las personas y grupos a los cuales queremos y necesitamos pertenecer, nuestra familia, corremos el riesgo de perder esa pertenencia y el amor de ellos. Nuestra conciencia personal reacciona con un sentimiento de miedo y culpa, a lo cual llamamos “mala conciencia” y se vive como deslealtad. Por el contrario cuando percibimos que pensamos, sentimos y hacemos lo que se espera de nosotros en resonancia con los valores, creencias, intereses y límites de la conciencia familiar, nos sentimos en “cobijo y cercanía”, tranquilidad y paz de pertenecer y este sentir lo llamamos “buena conciencia”.

Para crecer, para vivir la propia vida y construir el propio destino, más de una vez a lo largo del camino hace falta hacerlo desde la mala conciencia y entender que decidamos lo que decidamos, la pertenencia no se pierde nunca. A pesar de la culpa, a pesar de “hacerlo distinto que ellos”, siempre voy a pertenecer a mi clan, a mi sistema familiar.

Sin embargo, muchas veces no seguimos nuestro propio destino o elección por amor a nuestro sistema familiar y en este punto aparece el concepto de la expiación de la culpa. Transitando el espacio de la mala conciencia se crece, quedándose bajo el amparo de la buena conciencia se pertenece. Se crece cuando se desafía la buena conciencia.

Paradójicamente, muchas veces eso que percibimos como “bueno” y que nos asegura la pertenencia, quizás no sea verdaderamente bueno si se analiza con cierta distancia objetiva, inclusive puede ser hasta malo para otra persona. Sentimos y defendemos lo bueno de modo irreflexivo por el solo hecho que así lo es para nuestro sistema familiar. Lo mismo es válido para lo malo. Aún más, lo malo lo sentimos con más fuerza que lo bueno porque lo malo está unido con el miedo a perder nuestra pertenencia y al mismo tiempo nuestro derecho a vivir.

La diferenciación entre lo malo y lo bueno sirve, por lo tanto a la supervivencia dentro del propio grupo. Sirve a la supervivencia del individuo en su grupo.

¿Qué hace la conciencia familiar para asegurar la supervivencia del grupo, de la totalidad?

La conciencia familiar protege a todos de la misma manera y restablece lo que haya sido negado o excluido. Cómo lo hace? A través de otro miembro de la familia, un postgénito que asume el destino de la persona excluida, incluyéndolo a través de repetir o padecer el destino del excluido. Este “sacrificado” del sistema, piensa como lo haría la persona excluida, tiene sentimientos similares, vive de manera semejante, enferma de un modo parecido, inclusive puede llegar a morir de modo parecido. Este miembro familiar está al servicio de la persona excluida y solo se libera cuando la persona excluida es reconocida y recupera su lugar.

ORIGEN

CAPACITACIONES

Validada por Norma Chilena 2728