

¿Qué me sucede?

El tratamiento de enfermedades y síntomas desde el enfoque de las Constelaciones familiares



Por Ilse Kutschera**

La buena psicoterapia, así como la buena medicina, se basan en la percepción de “qué le sucede realmente al paciente”. De acuerdo con mi experiencia, la Constelación Familiar es el método más efectivo, en el contexto terapéutico, a fin de que lo esencial sea claro para el paciente. El inconsciente juega aquí el rol decisivo. Considerando que las implicaciones sistémicas son inconscientes, se necesita un método terapéutico para que salgan a la luz. Bert Hellinger ha observado y descrito cómo los vínculos invisibles actúan en las familias por generaciones y, con las constelaciones familiares, ha desarrollado un método que alumbrando sobre estos vínculos y la dinámica fundamental que se halla tras ellos y, con frecuencia, posibilita la sanación.

Como médica y psicoterapeuta me interesa ante todo la conexión entre la enfermedad y la familia. Precisamente, ante una enfermedad aguda inminente y crónica es importante prestar atención a los enredos inconscientes del sistema familiar. De este modo, se va en camino hacia la solución de la pregunta: “¿Qué me sucede?”, desde el síntoma hasta el sistema familiar, ida y vuelta.

“Síntomas del alma”

Coloco el centro de gravedad sobre la enfermedad y el síntoma porque el cuerpo expresa de inmediato las necesidades del alma. Si se ignoran las enfermedades espirituales, “el cuerpo comienza a clamar”. Aparentemente, emergen síntomas infundados. El cuerpo es nuestro envase, es todo lo que tenemos o, como dice el profesor Póppel, “el cuerpo y el alma son idénticos”.



En mi opinión, las enfermedades y los síntomas son indicios de que algo no está “en orden” en nuestra vida, es decir, está desarmonizado y se expresa a nivel corporal. Además, no importa si se puede llegar a establecer un diagnóstico orgánicamente concebible.

Se debe tomar en serio cada trastorno de la salud observado en forma subjetiva, ya sean dolores, que podrían tener “origen orgánico”, o miedos cuyos motivos podrían ser reales o infundados. Entiendo que “tomar en serio” es prestar atención a las razones espirituales y a las consecuencias sintomáticas. Esto se aplica tanto a los enfermos así como también a quienes los tratan.

Con frecuencia llegan hasta mí personas que quieren que me encargue de su sufrimiento y dicen: “Por favor, haga que me recupere”. En estos casos mi misión es, ahora más que nunca, despertar la conciencia del paciente haciéndole saber que también debe colaborar activamente en el proceso de su convalecencia cuando se trata de enfermedades orgánicas. Esta invitación, a menudo, se topa con incompreensión de su parte. Con frecuencia he escuchado decir a los pacientes: “Usted de debería saber efectivamente qué es lo mejor para mí”. En cambio, principalmente durante la psicoterapia, comúnmente llegan personas que están muy motivadas y que quieren lograr algo para cambiar.

“Una cultura del sufrimiento”

He pensado mucho acerca de cuál es la razón por la que mis clientes y pacientes muchas veces, prácticamente, se aferran al sufrimiento. Me siento forzada a hacer esta reflexión considerando el sufrimiento en la religión cristiana. Por analogía, se podría decir en síntesis: “Cuando sufro soy una buena persona y me salvaré”. Y, ¿quién no quiere ser una buena persona y salvarse?

Al respecto, les comento un episodio que me ocurrió con Bert Hellinger cuando estaba en un grupo y me preguntó: ¿Qué pasará cuando hayas sufrido lo suficiente? A continuación le respondí: “Entonces, sí me salvaré”. La reacción de Bert Hellinger a esa respuesta me hizo sentir muy desiluso-

nada: “Precisamente, esa es la ilusión”.

De acuerdo con mi observación, el permiso para sufrir está mucho más difundido que el permiso para ser feliz. Las personas se angustian cuando tienen suerte y cuando se sienten felices. Como estos pensamientos ya actúan desde hace dos mil años, al parecer, es singularmente difícil que se abandone la predisposición para sufrir.

Estoy convencida de que para cada síntoma y para cada enfermedad se puede llegar a encontrar un sentido. Sin embargo, éste no es válido en general sino que siempre es subjetivo y se genera dependiendo de la situación del paciente y de sus relaciones en el sistema. Por consiguiente, no se puede decir: “los dolores de cabeza significan que te rompes la cabeza por algo”. Los dolores de cabeza podrían significar, más bien, cosas totalmente diferentes según en qué condiciones la persona los sufre y cuáles son los efectos resultantes para ella y su entorno. El sentido de una enfermedad no puede generalizarse, porque es individual y diferente en cada caso.

“Leales hasta el fin”

Las enfermedades potencialmente mortales son siempre más serias porque están más próximas a la muerte. Por regla general se puede decir que cuanto más grave sea la enfermedad, tanto más profunda será la implicación y, por lo tanto, mayor la lealtad al sistema. En estos casos, las posibilidades terapéuticas son limitadas y, en tales situaciones, he tenido que aprender a respetar lo irremediable, algo que como médica y terapeuta me resulta muy difícil.

Ante una enfermedad grave, tal vez hasta mortal, puede ser saludable aceptar “lo que es”. Aunque la curación no fuera posible, sin embargo, podría llegar a cambiar algo determinante en la actitud del paciente. Tan pronto como el paciente reconoce que su enfermedad lo conduce a la muerte, comienza a vivir una vida más intensa, más serena y más rica mientras todavía puede vivir.

La muerte es un tema angustioso, un tema tabú. En las constelaciones familiares se la incluye como algo totalmente normal;

se la trae a escena porque es inevitable y forma parte de nuestra vida. Si se mira a la muerte de frente se descubre que es amigable y que no es mala.

"Qué significa Salud?"

La salud y la enfermedad no tienen que ser contradictorias en la vivencia subjetiva y no representan una polaridad, como frecuentemente se cree.

Mi definición de salud es: Soy sana cuando vivo de acuerdo con mis aptitudes y mis posibilidades, para estar satisfecha conmigo y con mis relaciones respecto de las demás personas. Desde el punto de vista orgánico se podría decir, en forma concisa, que la salud puede ser muy secundaria.

A tal fin, quisiera dar un ejemplo: era ayudante en la clínica de una Universidad en Munich. Una paciente venía todos los meses para que le extrajera sangre, tenía una lesión cardíaca congénita y había sido sometida dos veces a una operación. Además, sabía que ya no se la podía volver a operar y le quedaba poco tiempo de vida. Sabía también que no podría tener hijos porque intentarlo significaría su muerte. Su capacidad física era muy reducida; por lo tanto, cuando tenía que subir una escalera debía detenerse cada dos escalones para poder respirar.

En una clase la presentaron a los estudiantes. A continuación, mi jefe de entonces nos preguntó luego a todos qué nos llamaba la atención de esa paciente. Los estudiantes describimos sus síntomas orgánicos. Después él le preguntó a la paciente cómo era su estilo de vida. Ella le respondió que estaba felizmente casada, que no podía tener hijos, pero que en su círculo de amistades había muchos niños. Ante las preguntas, la paciente se mostraba muy satisfecha y equilibrada. Tras su presentación, se le pidió que dejara el aula. Pues bien, el profesor le preguntó a los estudiantes: "Ahora quisiera saber, qué fue lo esencial que observaron en esta mujer?". En realidad, los estudiantes no supieron calificarla. Entonces, el profesor mismo les dio la respuesta: "Se los diré. Esta mujer ha aceptado los límites de su vida y, de esa

manera, la llenó mejor que muchos orgánicamente sanos."

Es una interpretación que muchas veces pareciera no ser adecuada a nuestros tiempos porque entre nosotros la salud equivale casi siempre al buen estado físico y la vitalidad. Este concepto de salud implica el ensueño de la juventud y la capacidad de rendimiento eternas y la negación de la finitud de la vida, por que desde el nacimiento hasta la muerte nuestra vida es un desarrollo que nosotros hemos de consentir. En cambio, lo que nosotros solemos hacer lo ha formulado Bert Hellinger con mucha precisión: "Mientras nos escapamos de la muerte, nos vamos precipitando en sus brazos".

"Constelar síntomas"

Mi deseo principal como médica en psicoterapia también es el trabajo con enfermos, hecho que me condujo a formularme esta pregunta: puedo aplicar el método específico de constelaciones familiares para la sanación de enfermedades y síntomas? Advertí que para las enfermedades y los síntomas se puede determinar y posicionar un representante, tal como para las personas. En este caso, se puede elegir un representante para una enfermedad como, por ejemplo, el cáncer. Este es un rol abs-



tracto, el representante tiene la posibilidad de no atenerse a una realidad determinada, con excepción de cuánto experimenta en esta posición. Es sorprendente observar cómo la persona que representa al síntoma siente, ni más ni menos, las mismas sensaciones que en cualquier otro rol.

A través de las constelaciones familiares, veo las enfermedades y los síntomas como expresión del amor, en el sentido del amor por el vínculo. Esta forma de amor es siempre inconsciente y precisamente, por esta razón, puede volverse consciente a través de las constelaciones familiares.

Durante el trance simbólico hago un simple ejercicio con los pacientes: los invito a encontrar un símbolo para el síntoma. Cuando ese símbolo es agradable, por ejemplo, un prado de flores, entonces el paciente se siente cómodo con él. Se siente conforme tanto con su implicación, así como también con el síntoma, o sea la enfermedad. En mi actividad terapéutica, eso significa que el amor al sistema es más fuerte que el deseo de sanarse. La sola consideración de los símbolos me evita muchos rodeos en la búsqueda de la solución. Si el símbolo fuera amenazador y atemorizante, por ejemplo, un esqueleto, el paciente anhela la solución. En este caso es importante permitir el amor hacia lo amenazador, que no se sabe a quién o qué representa. Luego, invito al paciente a que mire detenidamente el símbolo y “que le dé todo lo que necesita”. En mi experiencia lo que necesita siempre es amor y dignificación. Si el paciente logra este amor o sea, le da lugar a esos sentimientos, éste es el primer paso para sanarse.

Reconociendo que los síntomas son la expresión del amor, logro una aproximación mucho más constructiva a la respectiva historia de la enfermedad. De aquí resulta también un amor comprensivo en el terapeuta.

"Ya me puedo ir"

El síntoma es, además, un indicio para la solución. Si se ha encontrado la solución correcta en la constelación, entonces el síntoma dice siempre: “Ahora soy innecesario y ya no me necesita, me puedo ir”.

Siempre que el representante del síntoma se expresa así o parecido, yo sé que: “Aquí hemos encontrado la solución”.

Pienso en el paciente que siempre tuvo la sospecha de no ser el hijo biológico de su padre; quien pensaba que la madre había tenido un amante durante la guerra, y que ese hombre era su padre. Este secreto se mantuvo siempre callado y, ante la pregunta del hijo, la madre negaba su sospecha. En la representación se confirmó la imagen del hijo. Primero, coloqué el síntoma en la familia del padre, aquí no se encontró un lugar donde el síntoma se sintiera innecesario. Luego, coloqué el síntoma junto a la madre y seguí la hipótesis del hijo, es decir, agregando al representante del “otro hombre”. Entonces el representante del síntoma dijo: “Ya me puedo ir”. Con eso la solución fue clara.

Sobre la base de mi experiencia con la constelación de síntomas, en el ínterin he abandonado el posicionamiento clásico frente al paciente. Con frecuencia le pido al representante del síntoma que se mueva con libertad en el lugar. El representante sólo debe seguir sus impulsos internos y le pregunto qué siente cuando en el marco de la constelación ocupa un nuevo lugar. Los representantes de síntomas y enfermedades actúan igual que los de un rol definido claramente, tales como el de padre, madre o hermanos. Se puede observar que el síntoma pertenece al sistema familiar sólo mientras sea necesario.

Traductores: Liliana Ester Fernández y Manfred Sommersguter.

** La Dra. Ilse Kutschera nació en 1936, es médica especialista en medicina interna, cardiología y medicina terapéutica en Múnich. Desde hace algunos años ofrece seminarios, terapia individual y de parejas, así como también coaching con PNL y constelaciones familiares (www.ilsekutschera.de).*

**Este artículo forma parte de la Revista Constelaciones Familiares, la que puede ser comprada en Chile en: Icalma Ltda.
Tel. (2) 458-8207 Cel.: 9-8260901**