

PAREJA SEGÚN B. HELLINGER

Una relación de pareja lograda, es un punto de gran satisfacción en la vida y para muchos es uno de los aspectos más importantes. La pareja nos toca en lo más hondo de nuestro ser....eso quiere decir que también nos toca en lo más hondo de nuestras heridas. Es un llamado natural y elemental de la vida en pos de la evolución que nos trasciende. Pensamos al encontrar una pareja: "Ahora te he encontrado, ahora nos amaremos y seremos felices para toda la vida.". La pareja nos marcará para toda la vida. Una relación nos proporciona amor, felicidad, dificultades y dolor. En una relación crecemos y en una relación morimos. Crecer y morir, vienen siendo la misma cosa, puesto que el crecimiento desde este punto de vista significa la renuncia y la muerte a ciertas cosas, para lograr algo más grande. Lo que vivimos como crisis o problemas, es tan solo parte de este proceso. La pareja no se simplemente la unión de dos personas. Es el encuentro de dos familias, de dos clanes. Cada una con sus costumbres, su historia, su destino, sus dificultades y sus valores particulares. Lo difícil de esto es que cada uno de los miembros de la pareja, siente que lo suyo es lo valedero y este es el comienzo del conflicto. Y los valores del uno y del otro son relevantes, aunque sean distintos. Aquí empieza el primer proceso de muerte. Cada quien ha de estar dispuesto a renunciar a algo de su familia, algunos valores, costumbres, puntos de vista y deseos. La dificultad se genera cuando alguno de los dos intenta imponerse ante el otro con lo suyo. Ambas posiciones son igualmente valederas. Es a partir del mutuo reconocimiento, que es posible encontrar un camino común. El encuentro de familias es también parte de ese propósito mayor en el cual cada uno se sana a través del otro y su familia y cada familia se sana a través de uno.

Una vez establecida la pareja, sus miembros dejan de ser libres y este vínculo perdura para toda la vida. Aun si algún día llegan a separarse. Algunos piensan que esto no es así, que uno vuelve a ser libre cuando se

separa, pero esto es una ilusión. No es algo sobre lo que realmente tenemos control. Cuan profundo es el vínculo, es algo que vemos claramente en el trabajo con constelaciones familiares.

Una de las grandes dificultades hoy en día en las relaciones de pareja es que queremos conservar al joven y al adolescente a lo largo de la relación y esto tampoco es posible. El desarrollo humano se da de tal manera que pasada una etapa, ya no podemos volver atrás. Un ejemplo claro de esto, es el nacimiento de un hijo. El vientre materno es hermoso para el bebé, pero llega un momento en el cual el hijo no logra sostenerse más tiempo dentro del útero y tiene que nacer. Así pasa con la infancia y la juventud. Una vez pasadas, son pasadas y para que la siguiente etapa pueda darse, hay que mirar hacia delante y no hacia atrás.

1. Integración individual.

La pareja no es una solución para la soledad personal, ni está en condiciones de suplir nuestras carencias, como tampoco muchas de nuestras necesidades personales.

La pareja solo puede ser nuestro compañero o compañera de camino, amigo, amante y padre o madre de nuestros hijos. Es el espejo de aumento en el que nos miramos y nos refleja justamente aquello que aun nos falta reconocer e integrar. Es quien nos abre la puerta a nosotros mismos y el resto depende de nuestra perspectiva, de nuestra manera de aproximarnos y de enfrentarnos a la vida. El amor para con el otro depende de nuestro amor propio.

Puede que sea más importante preguntarse: "¿A quién quiero yo? ¿Quiero realmente?" a preguntarse: ¿Quién me quiere?

En nuestra pareja depositamos nuestro vacío interior y la hacemos responsable del mismo. Así fácilmente caemos en depresión al descubrir que nadie puede llenarnos nuestro vacío.

Reflexiones

- *La depresión no es tristeza, ni dolor, es vacío.* Bert Hellinger
- La depresión es agresión reprimida y volcada sobre si mismo.
- La depresión es expiación.
- La depresión es disculpa para continuar en la posición de víctimas y no asumir las propias responsabilidades. Disculpa para poder continuar siendo niños.
- "Sólo si estoy bien conmigo mismo, estoy en condiciones de estar bien con otros."
- "Sólo si me quiero a mi mismo puedo querer a otros."
- ¿Sé medianamente quién soy?
- ¿Me he reconocido a mi mismo y a mi origen? ¿Lo acepto, lo honro?
- ¿Amo mi vida? ¿Estoy reconciliado conmigo mismo? ¿Soy consciente de mi luz y mi sombra? ¿Puedo y sé vivir con ellas?

- ¿Estoy libre interiormente y estoy en disposición para el otro? - -----
¿Tengo realmente mi corazón abierto para mi pareja?

La vida de pareja dependerá de nuestra integridad como individuos y esta integridad depende de aspectos como:

2. Integración con el sistema de origen. La pirámide familiar.

La fuerza de vida nos llega de nuestros ancestros y especialmente de nuestros padres. De allí la importancia de que los tengamos bien integrados en nosotros mismos. Ellos nos soportan, nos acompañan en el mejor de los casos, pero la pareja requiere de que la mirada se encuentre enfocada en el compañero y que los límites del nuevo sistema construido sean claros. Los hijos que siguen pegados a sus padres después del matrimonio no logran crecer en pareja, seguirán siendo por siempre los hijos de papá y mamá. En muchos casos incluso, son hijos que han tomado tanta responsabilidad sobre sus propios padres y sus hermanos, que el orden se encuentra completamente perdido y han dejado de ser hijos para ser los padres de sus padres. Una mirada enfocada con tanta fuerza hacia atrás, deja poca energía para lo actual. Esto plantea la pregunta, de si nos hemos despedido realmente de nuestros padres. Cuando hablo de despedida, no me refiero a si nos hemos ido de casa o no. Me refiero a si ya los tenemos integrados. Si estamos libres de reclamos, juicios y reproches. Si hemos logrado asentir a todo tal como es, a la vida como nos ha sido dada.

Si estoy en paz con mi sistema, mi mirada estará libre y dispuesta para relaciones nuevas. Si estoy en paz con mi sistema, mi sistema me soporta y me apoya.

A cada uno de nosotros la vida nos llega del padre y de la madre, la fuerza

nos llega del progenitor de nuestro propio sexo. Soy más fuerte y vital si me reconozco como mujer y me reconozco en mis mujeres y un hombre es más fuerte y más vital cuanto más ha tomado a su padre. Las personas que han podido tomar a sus padres y a la vida tal y como les fue dada, son más magnéticas, más atractivas para los demás. Cuando por el contrario transferimos la culpa de todo lo que nos pasa en la vida a los padres permanecemos niños y vamos sin fuerza.

El ser humano no tiene suficiente fuerza si solo se encuentra remitido a si mismo. Además del reconocimiento de sus propios logros y sus propios límites, ha de poder reconocer que la fuerza de la vida viene de atrás. Sin este asentimiento no hay fuerza y nos moveremos como huérfanos por la vida. A partir de ello solo vemos al niño herido y no habrá un verdadero espacio para ninguna pareja.

3. Cierre completo de relaciones anteriores

- ¿Un clavo saca otro clavo?
- ¿Es una regla que podemos aplicar a las relaciones de pareja?
- ¿Dónde está nuestra mirada en estos casos?
- ¿Qué siente nuestra pareja?
- ¿Qué lugar ocupa?
- ¿Qué lugar ocupamos para ella?
- ¿Qué título le damos?
- ¿Quiénes somos nosotros para ella?
- ¿Podemos realmente y en profundidad estar con un nuevo compañero o compañera si aun no hemos cerrado relaciones anteriores de manera completa?
- ¿Cómo nos damos cuenta que hemos cerrado esas relaciones?

Vínculo y amor son cosas distintas. Uno puede amar más por ejemplo a una pareja posterior.

Reconocer, honrar, agradecer a las parejas anteriores, dándoles un lugar en nuestro corazón es indispensable para comenzar nuevas relaciones. Igualmente es importante darle lugar al dolor de la separación y al duelo correspondiente.

Ante nuestras nuevas parejas, todo aquello vivido con parejas anteriores puede ser enriquecedor o no, dependiendo de cómo hayamos cerrado la relación. Puntualmente y de manera positiva podemos nombrar aquello que aprendimos de las relaciones vividas pero por regla, aquello que compartimos con la pareja o parejas anteriores no debe ser traído a la nueva relación, por respeto a la intimidad y a la relación que existió.

Reflexiones

- ¿Qué te he hecho yo para estar tan enojado contigo?
- ¿Es una regla que podemos aplicar a las relaciones de pareja?

4. La Integración con el cónyuge.

“Quien no esta de acuerdo con su pareja tal y como es, la perderá.”

Hombres y mujeres son distintos. Sus naturalezas son distintas y siempre lo serán. Este reconocimiento de base es vital para el buen funcionamiento de la relación. No sentimos, no pensamos, no actuamos y no nos enfrentamos a la vida de la misma manera. Es tan válida la posición del hombre como la de la mujer. No hay mejor, ni peor. Solo distinto. Reconocer el valor del otro tal y como es, permitirá esa danza complementaria entre lo cóncavo y lo convexo, de lo que aporta uno y lo que aporta el otro desde su naturaleza masculina o femenina. El fundamento del aprecio se encuentra en la renuncia a pretender que el otro se parezca a nosotros. El aprecio es algo que está muy por encima de

la aceptación. La aceptación del otro es aguante, es poca cosa. La vida en pareja requiere de mucho más. Se trata de asentir al otro tal como es; si asientes, amas.

No busco hacerte de padre o madre, ni busco que me hagas de padre o madre. Nos relacionamos de tú a tú, con igualdad de rango y responsabilidades. Nos necesitamos mutuamente y somos conscientes de la importancia del dar, recibir y tomar y del equilibrio que estos tres puntos requieren. Si esta balanza se inclina en cualquier sentido más de la cuenta, la relación peligra. Si cada miembro de la pareja es capaz de asumir la responsabilidad de sus actos y sus limitaciones, hay posibilidad de reencuentro.

Reflexiones:

- "Dos culpables lo tienen más fácil para estar juntos"
- "El principal obstáculo para la reconciliación en la pareja es la idea de que el otro le debe algo... es pensar que se tiene la razón" Bert Hellinger.
- "Palabras como lucha, victoria o derrota destruyen la relación de pareja"

5. Integración con la familia de origen del cónyuge.

La integración con nuestra pareja pasa también por reconocer que al crear la nueva pareja hemos de separarnos interna y externamente de las familias de origen. Esto implica poder renunciar a algunas de las reglas, normas y costumbres que traemos, para llegar a nuevos acuerdos dentro de la pareja que formamos. Todo esto teniendo en cuenta que al casarnos,

también nos casamos con la familia del otro y dando el reconocimiento a la familia del otro con igualdad de valor y rango.

6. Equilibrio entre el dar, recibir y el tomar.

En todos los sistemas humanos, existe una continua compensación de tendencias antagónicas. Todo sistema está en busca de retroalimentación y de un equilibrio que lo sostenga. Igualmente los sistemas humanos se encuentran en movimiento, en intercambio, hay un constante dar y tomar. Este dar y tomar se regula por la necesidad de todos los miembros del sistema en búsqueda del justo equilibrio. Generalmente cuando recibimos algo, sentimos un impulso, una necesidad por devolver, por compensar de alguna manera a aquel de quien hemos recibido. Y esto lo sentimos tanto cuando recibimos algo bueno o agradable o cuando recibimos algo que nos desagrada. Este movimiento de dar y tomar juega un papel central en la vitalidad de las relaciones y buena parte de la felicidad en una relación depende de la medida en que somos capaces de dar y tomar. Cuanto mayor el intercambio, más profunda la relación y mayor el vínculo. Cuando este intercambio se realiza de manera amplia y a un nivel elevado y equilibrado, nos sentimos cómodos, alegres, ligeros.

El dar nos deja con sensación de alegría y plenitud y hay a quienes les gusta más dar que recibir o a otros les gusta más recibir que dar.

Tanto cuando damos en exceso o cuando tomamos en exceso, generamos una actitud hostil de desequilibrio que pone en peligro las relaciones y nos ponemos en peligro a nosotros mismos. Este desequilibrio genera de nuevo descontento y sensación de vacío.

Los actos de dar, tomar y recibir, tienen sus límites.

Él o la compañera no debe dar más de lo que el otro pueda y esté en condiciones de tomar.

La capacidad de dar, recibir y tomar dentro de la pareja, es directamente proporcional a la medida en que hayamos asentido al otro.

El dar y el tomar se facilitan mucho si somos concretos y explícitos en nuestros deseos y necesidades. La idea de que el otro debe adivinar y saber que quiero o necesito es una idea infantil. Es lo que el hijo espera de su madre. "Mamá sabe que es bueno para mí".

Cuanto más concreto un pedido, más fácil será por parte del otro satisfacerlo. Si los pedidos no son concretos, es probable que recibamos lo que no estamos pidiendo, necesitando o que probablemente no recibamos nada.

Reflexiones:

- ¿Cómo está la balanza en nuestra vida de pareja?
- ¿Cómo se manifiesta el dar, recibir y tomar en ti mismo y en tu relación de pareja?
- ¿Quién da más? ¿Quién toma más?
- ¿Tenemos claro qué quiere o qué necesita nuestra pareja?
- ¿Escuchamos realmente las necesidades del otro?
- ¿Somos claros y explícitos respecto a nuestras necesidades y deseos?

No es lo mismo exigir que pedir. De la exigencia solo queda la decepción y la ruptura.

Aquel que poco da y poco toma permanecerá libre de relaciones profundas.

Situaciones frecuentes que afectan a las parejas

- El miedo al abandono. No sentirse reconocidos.
- Si digo lo que pienso me dejarán...
- La dificultad de asumir los propios errores y la propia sombra.
- La lucha de poder. Imposición de uno de los miembros de la pareja ante el otro.
- El lenguaje y sus implicaciones. Lo dicho, lo no dicho y como lo he dicho.
- La definición que hacemos de nuestro problema ayuda a que el problema se mantenga.

- **Los rituales no hechos**

El ritual del matrimonio o de compromiso de pareja es una despedida de la juventud. La falta del ritual implica que hay un sentimiento de inseguridad respecto a la pareja. De alguna manera le estoy diciendo: En el fondo estoy esperando a alguien mejor. Ten cuidado, pues no estoy al cien por ciento contigo. En cualquier momento aún puedo irme.

- **Los duelos no resueltos.**

Estos duelos pueden encontrarse tanto en las familias de origen como en la familia creada, ejemplos:

En las familias de origen: Muerte de progenitores, ancestros o hermanos

en la primeras infancia.

En la pareja: Hijos que mueren o pérdidas espontáneas. La culpa y las acusaciones calladas o implícitas ante la muerte o pérdida de un hijo. Abortos. Relaciones anteriores. Destinos difíciles que hacen que se pierda la mirada hacia la vida.

Frases relevantes (Ejemplos)

“Querida mamá o papá yo me voy en tu lugar”

“Querido hijo, yo me voy contigo”

• **Sexualidad**

Dentro de los órdenes del amor, la sexualidad juega un papel más importante que el amor. Esto por la simple razón de que del sexo depende la continuidad de la vida e impulsa la misma por encima de cualquier obstáculo. El sexo es una fuerza profunda y valiosa. El sexo genera un vínculo profundo que si es vivido además con amor se convierte en el lazo indisoluble e indispensable para la pareja. La sexualidad pierde su fuerza cuando se le resta importancia o cuando es utilizada como arma de poder y de venganza dentro de la pareja.

- ¿Como estamos viviendo la sexualidad dentro de la pareja?
- ¿Cómo vivimos la diferencia de ritmos sexuales dentro de la pareja?
- ¿Es igual el significado de la sexualidad para el hombre y para la mujer?

- **Las relaciones íntimas antes de la constitución de la pareja**

Nos guste admitirlo o no, la relación sexual genera un vínculo. Un vínculo que es muy fuerte e indeleble y que tiene una fuerza particular. A medida que vamos cambiando de parejas a lo largo del tiempo, la relación sexual pierde su significado profundo y su fuerza y es probable que esto conlleve a que a más compañeros sexuales hayamos tenido, más dificultad tendremos de relacionarnos en profundidad con la siguiente pareja.

Es útil y práctico dar una mirada a nuestro compañero/a y darnos permiso de sentir si hay fuerza en el vínculo. También es valioso mirar atrás a nuestros/as compañeros/as sentimentales anteriores y sentir que lugar ocupan en nuestro corazón. En esta mirada tendremos en cuenta aquellos amores idealizados.

§ ¿Hemos llegado a la pareja actual con el corazón completo?

§ ¿Donde se ha quedado atrapado el amor?

§ ¿Qué título, que significado tiene cada una de las parejas?

- **Otras relaciones íntimas durante de la relación de pareja.**

- **Infidelidad: síntoma u oportunidad**

¿Si no estamos disponibles para nuestras parejas, no es algo lógico que nuestra pareja busque otro u otra compañera?

También puede ocurrir el hecho de no estar disponibles para la pareja debido a los conflictos y el vínculo no resuelto con las familias de origen. Al proyectarlo sobre nuestra pareja la hacemos responsable de las dificultades de encuentro. Esto lleva a continuas separaciones.

Otras relaciones íntimas dentro de la pareja nos confrontan con el miedo al abandono y a no ser vistos. Son un tema que nos hace replantearnos ante nosotros mismos y ante el otro. Pueden ser vividos tan solo como infidelidad o traición o como crisis que posibilita el cambio y la renovación. Obviamente esto no tiene nada que ver con una situación de relaciones extramatrimoniales constantes o frecuentes. Cada vínculo sexual externo a nuestra relación de pareja tenderá a debilitar la relación.

Reflexión:

- ¿Infidelidad, abandono, traición o... toma de conciencia de si mismo y del otro, oportunidad de cambio y fortalecimiento del vínculo existente.

- Relaciones paralelas e hijos dentro de estas relaciones
- Los matrimonios obligados por un embarazo

En estos casos, siempre nos vamos a encontrar con un hijo que se siente culpable y responsable por la desgracias de sus padres y especialmente en el caso de que uno de los padres sea especialmente infeliz. Esta es la fantasía del hijo.

- **El enojo.**

Estar enojado con la pareja es un sentimiento grato. El enojo nos hace sentir con derecho a la venganza y es justamente este sentimiento lo que impide la reconciliación. No es fácil renunciar a la venganza y de pronto un poquito de ella pueda ser necesaria, simplemente para crear equilibrio en el sistema cuando ha habido mucho desequilibrio. Generalmente los dos miembros de la pareja están enojados y detrás de este enojo se encuentra un profundo dolor. Solamente a partir del reconocimiento del otro y del reconocimiento del mutuo dolor, del dejar atrás la necesidad de venganza es posible recuperar la comunicación en la pareja. Solamente cuando de nuevo somos capaces de mirar a nuestro compañero a los ojos y validarlo renunciando a la venganza, será posible el reencuentro.

Abandonar el reproche. "Aquel que se queda en el reproche ha perdido la vida"

Una vez visto el dolor en profundidad y elaborado el duelo, es importante el compromiso mutuo de dejar atrás lo ocurrido y no volver a nombrarlo.

El enojo también está al servicio de la distancia. A veces sencillamente nos peleamos con el otro en busca de espacio propio, de distancia.

· **Las discusiones**

Generalmente se dan por el hecho de que tenemos distintas formas de ver algún punto en particular. Vemos cada situación de acuerdo a nuestra propia conciencia, a nuestro propio sistema de valores. Estamos en busca de convencer al otro.

El secreto de acabar con las discusiones está en aprender a respetar que el otro puede ver y sentir las cosas de otra manera y que actúa desde la fidelidad a su familia y a su sistema. Cuando hay dos personas que tienen la razón y se genera una discusión, de la cual sale alguien ganando, el otro se queda resentido. Aquí solo puede ayudar el mutuo reconocimiento de la validez de los sistemas de ambos. Cuando la pareja puede asentir al otro y mirar juntos a los valores de sus familias, pueden lograr un acuerdo que además va a ser muy importante en la educación de sus hijos.

7. Los hijos.

Después de los padres vienen los hijos. La relación de la pareja siempre es primero y es de mayor peso que la relación con los padres o con los hijos. Es fundamental que ese espacio de pareja se conserve y se cuide.

Los hijos tomamos de los padres y aquello que nos fue dado por nuestros padres, lo compensamos pasándolo a la vez a nuestros propios hijos. Los hijos no se encuentran en condiciones de devolver a sus padres todo lo que reciben de ellos y la compensación se dará de manera natural cuando los hijos den a su vez a sus propios hijos.

Aquel que no recibió lo que le fue dado, tampoco tiene mucho para dar a otros.*

Nuestras raíces nos marcan, nos apoyan y también nos limitan. Muchos de los problemas de los hijos son tan solo síntomas de lo que le está ocurriendo a sus propios padres. Quien "no tiene madre" difícilmente será

madre para sus hijos e igualmente pasa con los hombres.

8. La separación y los hijos

No es posible tomar a una siguiente pareja plenamente si la relación anterior no ha sido cerrada de la mejor manera posible. Es frecuente encontrarnos con que las nuevas relaciones construidas cargan con la sombra de lo vivido con una pareja anterior.

En caso de una separación, no existen reglas concretas de con quien han de ir los hijos. Siempre depende de las circunstancias. Sin embargo es importante tener en cuenta que una vez pasada la primera infancia y pasado los 10 años, los hijos necesitan del ejemplo y de la fuerza del progenitor de su mismo sexo para convertirse en hombres y en mujeres. Tal vez algo que puede ayudar en este caso es pensar que los hijos deben quedarse con el progenitor que más respete y ame más a su pareja.

Hay niños que nunca han conocido al padre o a la madre y que a pesar de ello crecen con mucha fuerza y amor. Esto se debe generalmente a que han recibido una imagen muy positiva y amorosa del padre o madre faltante de parte del progenitor que ha permanecido con ellos.

9. El Orden en las familias múltiples o simultáneas.

En este caso las relaciones se rigen por la misma ley. * Lo anterior tiene prioridad sobre lo posterior.*

Para el buen funcionamiento en estas familias, el reconocimiento de los cónyuges o compañeros anteriores y de los hijos ya existentes es vital. En este caso los hijos de parejas anteriores se encuentran antes que la pareja

que llega después. Este es un punto difícilmente aceptado por los compañeros sentimentales y que genera mayor cantidad de conflictos. A este nivel también es importante darse cuenta en que posición se encuentra el hijo del primer matrimonio. Cuando las relaciones anteriores no han sido cerradas adecuadamente y han quedado resentimientos es muy frecuente ver que el hijo está triangulado y representando al padre más frágil en el sistema.

Que aquello que nos une, no nos separe: El alejamiento tras el nacimiento de los hijos.

La pareja fue primero que los hijos y debe seguir siendo primero.

Aquél que descuida a su pareja por dar preferencia a sus hijos, la perderá. Es un equilibrio delicado y hermoso que requiere de un orden muy claro para un buen funcionamiento.

El hombre sostiene a la mujer, escucha sus pensamientos. La mujer sigue al hombre y se apoya y escucha su corazón. Desde esta fuerza, la mujer acompaña a crecer a los hijos. Los hijos pueden apoyar su cabeza en el corazón de la madre.

Cuando es el hombre quien sigue a la mujer, los chicos pierden seguridad y el hombre se encuentra en el lugar de un hijo más. Este hombre mira en realidad a su propia madre y no a su mujer. Es un hombre sin lugar y sin fuerza.

Cuando los hijos varones han llegado a la pubertad, entonces es hora de que pasen de la esfera de la madre a la esfera del padre. Los hombres necesitan de la autoridad y de la fuerza del padre para hacerse hombres.

Las mujeres se quedan del lado de la madre y aprenden a ser mujeres de ella. Es en este lugar donde encuentran la fuerza.

¿Qué pasa con aquellos que nunca han conocido a sus padres? ¿Crecerán sin fuerza?

¿Qué pasa con aquellos que tuvieron infancias difíciles? ¿Cuyos padres tuvieron comportamientos que son reprochados por los hijos?

La función fundamental de los padres es darnos la vida. Traernos al mundo. Ser el vehículo para la continuación de la especie. Estar al servicio de la vida. En esa función todos los padres son perfectos. Indistintamente de quienes sean nuestros padres. Las mujeres tenemos poder de decisión sobre la vida y la muerte. El solo hecho de que una madre nos haya llevado en su vientre durante 9 meses, ya es un acto de amor. El mayor de todos.

Hay hijos para quienes sus padres cumplen tan solo esta función. A esto se refiere la frase: " Lo más importante te lo di." Sí somos capaces de asentir a este hecho y a la vida en lo primordial, si somos capaces de conectar con ese amor primero, con la vida misma. Sí somos capaces de asentir a la vida, tal como nos fue dada entonces, todos los padres son perfectos y todas las infancias podrán volver a ser infancias felices. Cada uno de nosotros tiene los mejores padres . Cada uno de nosotros tiene a los padres que necesita para crecer.

La ausencia de los padres...

¿Es la ausencia abandono...?? un acto de cobardía?? o un acto de amor?...o es el accidente necesario?

Muchas veces un padre o una madre, en vista del futuro que les depara a los hijos si siguen a su lado, los entregan a otros.

A veces la vida solo le pone a los padres la tarea de traernos al mundo y generar el escenario requerido para nuestro desarrollo y crecimiento.

Desde este punto de vista, todos los padres son perfectos en su tarea.

Los abortos

Las parejas continúan unidas por un aborto y a la vez lo más probable es que a partir del aborto la relación se destruya. El hombre ha de darle a la mujer con quien hubo el aborto la atención que merece, lo mismo que un lugar en el corazón al bebé abortado. La mujer también necesitará hacer en profundidad su duelo y asumir la responsabilidad y las consecuencias que conllevan haber acabado con la vida que llevaba dentro. Cuando esto no se hace y la pareja se separa, esta huella creará dificultades en la constitución de una nueva pareja.

La ausencia de pareja

- Decisión y elección
- Destino
- Implicación sistémica.

¿Cuántos significados puede tener la soledad?

Implicaciones sistémicas.

La doble transferencia.

En caso de la existencia de más de una relación de pareja o de parejas anteriores en la generación de los padres o de los abuelos, fácilmente el hombre o la mujer pueden caer en el papel inconsciente de representar a ese primer hombre o esa primera mujer que fue dejado, abandonado o no reconocido y que en su alma aún sigue enojado con su pareja. Este enojo lo toma el hijo o hija en contra de su madre o padre y más adelante en contra de su propia pareja. Son emociones llenas de subjetividad y no son visibles a simple vista. La persona tiene una sensación de derecho a estar enojada. Esta sensación de derecho

Ej.: En el caso de una mujer que ha sido abandonada por un hombre con dos hijos, cuando una hija de la segunda pareja, toma el sentimiento de rabia que tiene la primera mujer en contra de su padre (transferencia de la emoción de un sujeto a otro) y luego en contra de su marido (doble transferencia.). El sentimiento de rabia no lo recibe el padre de la mujer directamente de la primera mujer, sino de su hija que luego lo transfiere a su propio marido. (Transferencia de la emoción de objeto). Cuando vemos esto como observadores, nos damos cuenta que hay algo extraño. Que la mujer no está mirando en realidad a su marido, su mirada está enojada y a la vez ausente. Es como una lucha contra sombras difusas. Esta emoción también da una sensación de grandeza respecto al otro. La

niña se siente grande representando a esa primera mujer abandonada. Hay arrogancia en la actitud. La solución para salir de esta posición de grandeza, volver a sí mismo y volver a una posición humilde que permita volver a ver al otro, siendo simplemente un hijo de la propia madre, no es fácil. Salir de la posición de tener derecho a la venganza es muy difícil, puesto que esta sensación es muy preciada.

Es también importante tener en cuenta, que aquellos hijos que durante toda su vida se han ocupado de cuidar a sus padres, se posicionan fácilmente ante su pareja también como padres, especialmente si se han visto o sentido en la responsabilidad de cuidar a una madre depresiva o enferma.

El amor a los hijos pasa por el reconocimiento de la pareja vivamos o no con ella.

Un hijo crece con fuerza si honramos al cónyuge con quien ha sido concebido.

Nos relacionamos y vinculamos con el hijo a través de nuestra pareja.

La felicidad sufre de amnesia, por el contrario la desgracia tiene una larga memoria.

La relación de pareja es un proceso de muerte a la ilusión

Cuando nos enamoramos tenemos la sensación de haber encontrado la plenitud. La plenitud del vientre materno. El amor a la madre ideal y solo cuando descubrimos que esto no es así y nos decepcionamos, estamos en posibilidad de ver a nuestra pareja tal como es y amarla de verdad, si es que queremos permitirlo y si somos capaces de asumir la realidad del otro.

Ejercicio final

Mi deseo más profundo en la relación de pareja es....