

• *Ancestrología* •

Pedro Engel

• *Ancestrología* •

Sanando con los antepasados



Del Nuevo Extremo

Engel, Pedro

Ancestrología : sanando con los antepasados / Pedro Engel
; coordinado por Mónica Piacentini. - 1a ed. - Ciudad
Autónoma de Buenos Aires : Del Nuevo Extremo, 2014.
144 p. ; 23x15 cm.

ISBN 978-987-609-533-4

1. Psicología. 2. Superación Personal. I. Piacentini, Mónica,
coord. II. Título
CDD 158.1

© 2014, Pedro Engel

© Editorial Del Nuevo Extremo S.A., 2014

A. J. Carranza 1852 (C1414COV) Buenos Aires, Argentina

Tel/Fax: (54-11) 4773-3228

e-mail: editorial@delnuevoextremo.com

www.delnuevoextremo.com

Imagen editorial: Marta Cánovas

Diseño de tapa: Sergio Manela

Diseño interior: ER

ISBN 978-987-609-533-4

1ª edición: octubre de 2014

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta
publicación puede ser reproducida, almacenada o
transmitida por ningún medio sin permiso del editor.

Hecho el depósito que marca la ley 11.723

Impreso en la Argentina - *Printed in Argentina*

*Con amor y gratitud
a Saraswati, diosa del arte y la sabiduría.*

*A mi maestra Lola Hoffmann, quien fue la primera en enseñarme la
sanación ancestral.*

A mis padres, por darme la vida.

A Aly, por los hijos que me dio.

A Pedrito, por el nombre.

A mis ancestros.

A todas mis maestras y maestros.

A los que sufren y quieren ser felices.

A los que son felices.

• Introducción •

De las personas vulnerables, que cualquier cosa puede herirlas, se dice que son sensibles. No, la verdadera sensibilidad es una abertura total al mundo divino, es decir, a la belleza, al amor. No debemos confundir sensibilidad y sensiblería, que solo es una manifestación enfermiza de la sensibilidad. La verdadera sensibilidad, por el contrario, es un grado superior de la evolución que pone al hombre en contacto con las regiones celestiales y le permite vibrar al unísono con ellas.

OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV

No hay mejor fertilizante que los propios orígenes.

JOAN GARRIGA

Juntar los pedazos de mi historia ha sido un trabajo lento. Después de vivir años mascullando dolores, abusos, abandono y exclusión, miro hacia atrás y puedo observar que cada uno de esos episodios tristes se ha transformado en una bendición.

Estoy listo para recuperar mi alegría y agradecer desde el corazón a mis ancestros por el lugar que cada uno ocupó antes que yo.

Me dediqué a la Ancestrología porque mi familia fue la herida que más me costó sanar. Cuando la sanación comenzó a ocurrir, empecé a ser mucho más feliz cada día.

Escribir este libro es fruto de la experiencia de 25 años de trabajo personal y en mi consulta.

Mi infancia fue bastante feliz, hasta la muerte de David, mi hermano del medio, en un accidente cuando yo tenía 15 años. Falleció en mayo, el mismo mes y el mismo día en que han muerto casi todos los miembros de mi familia. Era la primera muerte que me tocó vivir.

Proviengo de una familia en la que la mayoría de los ancestros desaparecieron en el Holocausto. Entonces, cuando mi hermano murió fue un golpe doloroso que despertó la memoria celular a todo el sufrimiento y el horror de mis ancestros.

Fue difícil para el clan sobrevivir a esa experiencia; ese dolor, ese silencio que se creó y nos separó. Los lazos de amor se intrincaron, hubo implicancias, alianzas, confusión. Cada quien veía las cosas a su manera y nos culpábamos unos a otros de los dolores que vivíamos.

Al poco tiempo, mi hermano mayor se casó. Recuerdo su matrimonio: mi madre, al igual que todos nosotros, vestía de riguroso luto. Estábamos de fiesta, pero con el corazón destrozado. Toda esta situación generó una profunda herida familiar.

Mi adolescencia fue difícil, con mis padres sumidos en el dolor y mi hermano fuera del país, haciendo su doctorado en biomatemáticas.

Los destinos de mi hermano y yo se separaron cuando yo pasé a ser la oveja negra de la familia y se reprodujo en nosotros el fenómeno de Caín y Abel. Aunque ambos soñábamos que seríamos muy amigos y que nuestros hijos se amarían también, tuvieron que pasar muchos acontecimientos para que ese sueño se cumpliera.

Transcurrían los años 70, los Beatles, la marihuana, Woodstock y la revolución de las flores, la política, la UP y más tarde el golpe de Estado. Fue una época que marcó las diferencias casi irreconciliables entre mi hermano y yo. El proceso de individuación que inicié en esos años me llevó por caminos de locura, pasión y el despertar de mi espiritualidad que me dejó fuera del código de la familia.

En esa época rompí con el tótem familiar; mis acciones fueron consideradas una traición a las tradiciones familiares.

Mi hermano, como primogénito, cumplía con todas las expectativas de mis padres. Él pasó a ser la ley y yo el caos, y por ello pagué las consecuencias.

A mis padres les costó trabajo aceptarme. Por mi parte, crecí con la sensación de que había diferencias en el cariño que ellos nos daban.

A los 29 años enviudé, lo que me aisló aun más de mi familia. Cada uno pensaba en sus prejuicios y me juzgó. La familia no me acogió y me culpó, nadie pensó en mi dolor y en mi soledad. Yo había perdido a mi esposa, madre de mis hijos, y no había respeto por eso.

Mi vida se encontraba inmersa en los caminos de las terapias, el psicoanálisis y en la incansable búsqueda interior. Cuando estudiaba astrología con mi maestro y psicólogo Gonzalo Pérez vi cómo los tránsitos planetarios influyen en los destinos.

Combinaba en esos años mis estudios y terapias con la crianza de mis cuatro hijos, mientras la familia descalificaba cualquier intento de mi parte por educarlos en el arte o en la espiritualidad. Fueron años hostiles, en los que viví una gran depresión (bendita depresión).

En los comienzos de los 80 conocí la Ancestrología a través de Lola Hoffmann. Fue el primer contacto con la genealogía o sanación familiar, lo que me provocó una gran sorpresa y abrió esperanzadores caminos. Cuando Lola me invitó a su consulta privada a sanar mi herida, empecé la tarea de confeccionar el altar de los ancestros y también el cuaderno en el que iba anotando las cualidades positivas de mis padres. A partir de estas tareas la sanación familiar comenzó a funcionar en mí. En todos estos años he ido agregando elementos y trabajando con ellos, y he visto los cambios que estos producen.

A medida que fui trabajando con los ancestros se fueron produciendo situaciones positivas y alegres; el humor y las fiestas volvieron, lo que significó integrar lo que nuestra familia vivió y, finalmente, sanar la historia.

Miro los nombres de todas las personas que integran mi árbol en el mapa familiar, con una mirada sana al pasado, y me siento tranquilo y contento.

La Ancestrología es una reconexión con el destino de todas las personas que estuvieron antes. Tuve que ver y honrar todos estos pequeños milagros que sucedieron para que yo existiera.

Al respetar los destinos de todos los ancestros, sus vidas, sus problemas y sus muertes, fui quedando libre para vivir sin implicarme en los destinos trágicos del pasado.

Al aceptar los destinos y la muerte de mis ancestros, me fui enfrentando también a mi propia finitud y a mi proceso con el morir.

Toda esta experiencia es lo que me ha motivado a escribir este libro, porque es un trabajo sencillo, pero de resultados tremendamente profundos y beneficiosos.

La mirada de la Ancestrología también es amplia, en el sentido de que cualquier intento de reconciliación con los padres a través de cualquiera de los métodos es considerado válido, ya que lo importante no es el método, sino sanar.

La Madre Tierra atraviesa momentos muy difíciles, y este libro es mi aporte a la sanación planetaria. El postulado de la Ancestrología es: si tú sanas, todos sanamos contigo.

En la medida en que pude hacerme cargo de mi destino, de lo que me tocó vivir y mantenerme en un estado de amor, ha sido posible reconciliarme con mi historia. El punto de inicio fue honrar a mis padres y buscar en ellos los aspectos positivos, porque los negativos ya los había vivido. Entender que nuestros padres están insertos también en el sistema de sus padres, formando redes que tienen un código común.

Después de años de separación invité a mi hermano a que entregue su punto de vista científico; finalmente pudimos reconectar y respetarnos como ambos soñamos en los años 70.

Observar los acontecimientos de la familia como parte de un destino y mirar con respeto todo el dolor sin enjuiciar y abrazarlo, lograron que las redes neuronales cambien el mensaje del dolor y pueda uno entonces encontrar una nueva alternativa de vida.

Si aprendí a ser un ente rabioso, también puedo aprender a ser amoroso; si aprendí a sufrir, también puedo aprender a ser feliz. Entendí que las palabras más poderosas para sanar mis relaciones son: lo siento, por favor, gracias, te amo.

Si el lector logra amar con sabiduría su historia y su destino, este trabajo cumplió su objetivo.

Empecé este libro después de los funerales de mi madre. Sus últimos meses fueron claves para poder amarnos en el lugar correcto del corazón. Muchas personas fueron a su despedida; miré emocionado y dije: están acá por lo que conté de ti.

“Es la noche después del funeral de mamá. Voy por mi casa para empezar una nueva etapa de mi vida. Enciendo la vela de Santa Muerte en la entrada de la casa de mamá. Luego nombro el altar del templo de

Kuan Yin. Y enciendo otra, una tercera vela para la Virgen Milagrosa. Es una Virgen milagrosa. Camino por el parque que heredé de mis padres, un lugar mágico, un pedazo de paraíso en medio de la ciudad... ”.

La Reina, mayo 2009

• Capítulo 1 •

El origen

*De nuevo os presentáis, formas aéreas, flotando a mi vista
entre la luz y el oro. ¿Intentaré ahora detener vuestro vuelo?
¿Podrá mi corazón, marchito por la edad y las penas, sentir aún
las ilusiones de otros tiempos? ¡Ah, venid, acercaos, llegad a mí,
dulces imágenes, porque mientras que del seno de las húmedas
nubes os veo hoy lanzaros hacia mí, ¡cosa maravillosa!, siento en
mi corazón conmovido un estremecimiento juvenil a la influencia
extraña del fresco ambiente que impulsa hacia mí vuestra
falange!*

Fausto

J. W. GOETHE

La Ancestrología es una forma libre y ecléctica inspirada en la filosofía de C. G. Jung, Lola Hoffmann, Adriana Manríquez, Bert Hellinger, Alejandro Jodorowsky y Anne Ancelin Schutzenberger, que se complementa con arte, poesía, música y chamanismo. Esta recopilación libre tiene como único objetivo reconectar con los ancestros y sanar. Así como un músico puede interpretar una partitura, asimismo esta es mi forma de comprender y entregar las diferentes corrientes sanadoras que confluyen en una sola palabra: Ancestrología.

Es importante descifrar el significado de la palabra Ancestrología. Compuesta por “ancestro”, es decir, una persona del pasado, que vive o vivió anterior a nosotros en el tiempo, y por “logos”, que según Heráclito es la inteligencia que dirige, ordena y otorga armonía al devenir. Ancestrología es mirar la fuerza que proviene de los ancestros y su estudio profundo provoca en el alma una sanación.

Al hablar de “ancestro” nos referimos a los que pertenecen al sistema familiar del cual venimos, y estos incluyen a nuestros padres, a sus hermanos, a nuestros abuelos y bisabuelos y a las generaciones que los antecedieron y a cualquier persona que hizo algo por nuestro sistema, sea esto bueno o malo.

A partir de lo anterior se puede afirmar que es vital la relación con nuestros ancestros, puesto que es nuestro legado.

Desde la prehistoria se puede observar la relevancia del acto de honrar a los ancestros en diversas sociedades con distintos grados de complejidad, lo que ha permanecido como un importante componente de varias prácticas religiosas en los tiempos actuales. Los seres humanos, independiente de la cultura a la que pertenezcamos, de una u otra forma honramos a los ancestros, ya sea cuando hacemos ceremonias a los héroes, en los altares de las misas, en altares hechos sobre criptas buscando la fuerza espiritual provenientes de los muertos, en las ofrendas, bailes y danzas dedicadas a los difuntos, entre otros.

El acto de ocuparse de los ancestros es una costumbre primitiva, que inclusive ha sido considerada como el origen de las religiones, puesto que

permite constatar el hecho de la muerte y además enaltecer la memoria de los difuntos, ya que existía la creencia de que la muerte era la prolongación de la vida. Es común encontrar en los libros sagrados algún párrafo donde se dice: “Honra a tu Padre y a tu Madre”. Honrar, un acto de valorar, respetar y enaltecer a nuestros progenitores. El acto de honrar a los padres es el ejercicio básico de la Ancestrología, puesto que si honramos la semilla, el fruto es honrado también.

El culto a los ancestros es una práctica religiosa que está basada en la creencia de que los miembros de la familia que han muerto acceden a una nueva existencia, desde donde se interesan por los asuntos de su proge. Por esta razón, desde el alma primitiva, la importancia de honrar a los ancestros radica en que este rito aseguraba la buena disposición de los muertos hacia los vivos y, por ende, el bienestar de las nuevas generaciones.

Por ejemplo, en las tribus taínas de la actual Costa Rica, se rendía culto a los ancestros puesto que se creía que al morir se convertían en espíritus protectores con poderes sobrenaturales. Algo similar ocurría en tribus africanas, donde se pensaba que al estar los dioses en un lugar lejano, desde donde no lograban oír sus plegarias, los ancestros pasaban a ser intermediarios entre los dioses y ellos.

Otro ejemplo más cercano sucede en la cultura mapuche, donde se cree que al morir y llegar al espacio de arriba, el antepasado se va junto a los dioses, pero aún continúa unido a los hombres. De esta forma, el antepasado se transforma en un mediador entre la condición sagrada y la humana. Esta transformación del antepasado en espíritu ancestral permite entregar “buena suerte y protección a su familia y comunidad” (Foerster, 205).

Por este tipo de creencias, en numerosas culturas se podía encontrar un altar de los ancestros, es decir, un espacio definido en donde era posible honrar a los seres que nos precedieron y desde donde emanaba su poder. Una tribu de África, los zulúes, después de pasado un año del entierro de sus muertos, realizaba un ritual de bienvenida para que los difuntos regresaran al hogar. Se tomaba una rama, en la que supuestamente el ancestro iba sentado, y se arrastraba al interior de la casa, donde tenían un espacio reservado a sus muertos. Los sujetos de las culturas antiguas efectuaban diversas ofrendas en el altar de los ancestros con el

fin de conseguir favores o bendiciones; estas ofrendas podían incluir la quema de incienso, banquetes y bailes.

También tenía una función social el culto a los ancestros puesto que permitía cultivar valores como la piedad filial, la lealtad a la familia y la continuidad del linaje. A modo de ejemplo, el culto de los ancestros en China va más allá de lo netamente religioso, ya que su importancia radica en el hecho de mantener una continuidad en la familia por medio del respeto a la sabiduría de los mayores y la honra de los ancestros, manifestado en los logros que va obteniendo la actual generación. La familia se reúne en fechas especiales, como la llegada de la primavera, y realizan rituales frente a la tumba de sus ancestros.

Así como los seres queridos que han fallecido adquieren un significado ritual para su familia, este respeto es extensible a los mayores del clan, a quienes se les respeta como ancestros y sabios desde la prehistoria, donde los mayores eran tan respetados como los ancestros ya fallecidos, debido a su sabiduría y al carácter sobrenatural que se le atribuía a la longevidad que entregaría protección divina a su clan.

Orígenes y desarrollo

En el año 1983, la psiquiatra jungiana Lola Hoffmann me enseñó la fórmula para sanar la relación con los padres. Su técnica denominada “Los padres trascendentales” trata del respeto a los ancestros y a la veneración de la historia que uno trae al nacer, es decir, llevar a cabo actos reparadores con los propios padres.

Todos tenemos un padre y una madre, decía Lola, y en la medida que estos pasan a ser figuras sagradas, en el inconsciente se produce la sanación parental, actuando en forma positiva en la vida cotidiana y sanando así a las personas de muchos males espirituales y físicos.

Ella explicaba que si nuestros padres no están en nuestro corazón, es imposible que nosotros podamos llevar una vida plena; esto se debe a una causa genética, ya que nuestros genes provienen de ellos y se repite entonces una poderosa e inconsciente fidelidad a nuestros designios familiares: a sus tradiciones, traumas, secretos, proyectos, que finalmente

nos hacen identificarnos con ellos y representar sus deseos, enfermedades y destinos.

En el libro *Encuentros con Lola Hoffmann*, de Delia Vergara, cuento cómo Lola llegó a esta sanación genealógica y cómo me la enseñó:

“Estaba tomando té en su casa y de repente se puso a mirar esos cuadros que tenía en el living de una señora gordita y de un señor. Y empezó a darse cuenta.

-Estos son mis antepasados. Y mis antepasados tenían nombres que significan “Lago Sereno” y “Paz”. Entonces esto me está mandando un mensaje, dijo. “Lago Sereno” y “Paz”.

Y contaba que, en cuanto dijo esos dos nombres en alemán, se sintió en un pasillo en medio de siete generaciones, donde ella era el Punto central”. (Engel, 113)

Esta visión la hizo cambiar de rumbo y llegar a un método de sanación de gran importancia. A partir de ese instante, Lola comenzó su trabajo con sus antepasados.

En mi propia experiencia, al igual que Lola Hoffmann, se produjo una ampliación de la vida, tal como señalo en el libro: “Se me produjo un espacio para adelante y para atrás, en el cual yo me podía mover. Era como empezar a trascender, darse cuenta de que uno no es solo uno mismo, si no viene de abuelo en abuelo” (114).

Respecto de esto quiero citar un párrafo del libro de Alexander Levy *El adulto huérfano*:

La realidad no es más una secuencia ordenada del pasado al presente hasta el futuro que se desenrolla al pasar por delante de la ventanilla de un tren. Y nosotros no somos tan solo pasajeros.

La realidad, por fin, es mucho más compleja y más rica que eso... y esa es la lección más valiosa que podemos aprender después que mueren nuestros padres.

Más o menos un año antes de que muriera mi madre, encontré una fotografía de ella y sus hermanas que fue tomada durante una clase de ballet en Moscú cuando eran niñas pequeñas. Pensé que era un cuadro encantador de una escena del pasado de mi

madre, así que lo hice enmarcar y lo colgué en nuestra casa. Eso es lo que fue para mí en ese momento: un cuadro encantador del pasado de mi madre.

Después que murió mi madre, volví a mirar ese cuadro y se había convertido en algo del todo diferente para mí: yo, ya mucho mayor que la niña de la fotografía, podía mirar esa cara joven sonriente y ver a mi madre... y a mi hija. Al mismo tiempo, podía recordar la dama encantadora en la que pienso cuando pienso en mi mamá. Podía sentir pena por la miserable vieja desvalida en la que se convirtió en los últimos años de su vida. Podía padecer dolor, y saber que siempre padecería dolor por la eterna ausencia que ella dejó tras de sí cuando murió. En ese momento, pasado, presente y futuro fueron todo lo mismo. Todo al mismo tiempo. Todo parte de mi realidad.

Está dondequiera que miro. Soy, al mismo tiempo, el bebé cuya fotografía está en el viejo álbum familiar, el muchacho de los recuerdos de mi infancia, el hombre de mediana edad que soy hoy, y el viejo enclenque que seré algún día. Mis hijos son todavía los pequeños que alguna vez sostuve con un brazo, al mismo tiempo que son los padres de mis nietos. Mi bisabuelo, cuya fotografía cuelga en nuestra casa, nos mira desde fuera de su marco, su mirada se cruza en ocasiones con la mía. Nunca lo conocí y nunca conoceré a mis bisnietos, pero de alguna manera ya los conozco a ambos. De alguna manera, soy ambos.

Lograr esa perspectiva nos permite definirnos con más amplitud y participar en la vida con más plenitud. Las preocupaciones de los viejos son nuestras preocupaciones porque hacia ahí nos dirigimos. Las preocupaciones de los jóvenes son, asimismo, nuestras preocupaciones, porque estamos conectados para siempre con la juventud.

La vida, descubrimos, es mucho más complicada y asombrosa de lo que podemos ver por la ventanilla de un tren. Más, incluso, de lo que vemos al frente y atrás.

La experiencia de Lola se presentó ante mí como una revelación importante, que me permitió aclarar que la vida nos llega a través de los

ancestros, y en la medida en que nuestra imagen ancestral esté empañada por experiencias negativas, la energía que se manifestará en lo cotidiano será igualmente negativa. No es posible llevar una vida plena mientras no encuentres la “budeidad” o estado de “iluminación” en tus ancestros.

Lola Hoffmann señalaba que para efectuar el trabajo con los ancestros hay que confeccionar una lista con todos los rasgos positivos de los padres, para luego hacer un altar a los antepasados. Ella realizó el altar de sus ancestros en su mesa de comedor; ahí tenía una raíz labrada donde colocó fotos plastificadas de su padre, su madre, sus abuelos, y mientras comía los miraba. Bastaba sentarse cinco minutos al día y observar estas fotos para empezar a percibir una sensación de paz, sentir lo positivo de ellos. Los padres debían estar jóvenes y bellos en las fotografías, por lo que hay que buscar las imágenes más lindas de ellos, ya que “se transformarán en los padres trascendentes, porque, según ella, Dios tiene para cada ser humano la cara de sus padres” (114). Por ello, el altar de los ancestros adquiere gran poder, puesto que es el lugar donde puedes comunicarte o hacerles preguntas y peticiones; en este espacio pasan a ser tus protectores.

Este trabajo fue el regalo más poderoso que Lola me entregó, porque como ella decía: para sanar a los demás hay que tener siempre presente la propia herida. Mi familia me causó los mayores dolores, pero finalmente, gracias a este trabajo, pude descubrir que en mi familia también se escondía una gran bendición.

Yo mismo pude observar como Lola Hoffmann a través de la Ancestrología se conectó con la fuerza de sus ancestros, la que emanó hacia ella desde sus imágenes y sus apellidos en un momento en que se encontraba muy enferma y sin vitalidad. Cuando comenzó con el trabajo de “Los padres trascendentes” sintió un renacer de su energía, mejoró considerablemente y volvió a trabajar con mucho entusiasmo. Ese gran entusiasmo me llevó también a mí a hacerlo, como a muchos de sus pacientes y alumnos, y enfocarse de manera positiva en las cualidades de sus ancestros, con espléndidos resultados para todos.

Me siento todos los días frente a mi árbol y limpio, limpio y limpio la imagen de mi papá y mi mamá. Hay días en que los puedo considerar Buda y Cristo y soy muy feliz, y otros días en que de nuevo aparecen mis monstruos y debo volver al trabajo inicial. No es algo fácil, pero se trata

de una sanación cuyos resultados son mágicos y gozosos. El respeto a la vida se origina en el respeto a nuestros ancestros.

Diez pasos de la ancestrología

A Jacqueline Wilson Bronffamn, compañera de ruta en las enseñanzas de Lola sobre Ancestrología, le pedí que escribiera sobre este tema, resumiendo los diez pasos.

- I Darse cuenta de lo involucrado que está uno en la familia donde nació. Mucha energía está implicada y a veces bloqueada por nuestra familia. Los vínculos emocionales de la familia afloran cotidianamente; surge un código familiar que es necesario y vital comprender e integrar.
- II Para escuchar y conectarse con nuestros ancestros es indispensable crear un espacio en la casa donde vivimos que sea sagrado, respetado y honrado por nosotros. En este lugar podemos sentir que la vida tiene un misterio, un sentido que escuchar, que buscar, y este sentido es heredado y transmitido por la familia. Comienza la búsqueda y la necesidad de conocer la historia de nuestra familia, nuestro origen.
- III Para despertar internamente este proceso, Lola Hoffmann nos enseñó y dejó de herencia esta herramienta llamada “Los padres trascendentes”. Explicaba la importancia de esta trascendencia, la necesidad de que nuestros padres estuvieran en el corazón, en paz, sin ninguna crítica, con amor y aceptación. Nos decía que los vínculos emocionales eran como una red, una red familiar, y que estamos todos conectados a través de la familia con esta red; que crear conciencia de esta red era una manera de trascender.

- IV** Buscar una foto de la mamá y del papá, e imágenes de ellos cuando eran jóvenes, vitales y luminosos; poner estas fotos juntas en un marco, en el lugar sagrado de la casa que ya hemos elegido con anterioridad.
- V** Para conectarse con las imágenes de los padres, Lola nos dijo que había que sentarse todos los días, durante un año seguido, frente a las fotos de ellos durante cinco minutos o más. Solo observarlos y sentir; mirar a la mamá y al papá. Sentir y anotar solo las cualidades positivas de ambos; escribir estas cualidades en nuestro cuaderno personal.
- VI** Anotando las cualidades positivas todos los días durante un año se despiertan en nuestro interior estas mismas cualidades positivas de nuestros padres. De ahí que Lola Hoffmann nos expresó el misterio de la trascendencia. Nos dijo que la vida fue dada por nuestros padres, a nuestros padres por sus padres, que la vida es sagrada y al mirar las cualidades positivas de nuestros padres se despiertan y se activan en uno esas mismas cualidades positivas. Estas cualidades están en nuestros genes, en nuestro interior. De esta manera podemos heredar lo positivo de nuestro origen y pasar a nuestros hijos lo positivo y luminoso que a nuestros ancestros les tocó vivir.
- VII** Al mirar lo positivo de nuestros padres, ellos pasan a ser internamente para nosotros la cara visible de Dios. Lola Hoffmann nos decía que la trascendencia venía de la creación y del amor, que nuestros padres eran lo más cercano a la creación y a ese amor.
- VIII** Cada historia familiar tiene una herida, un dolor, un excluido, un olvidado. Esta herida es una fuga de energía en el sistema familiar al que uno pertenece. Esta herida se expresa, se manifiesta, se hace notar, con alguna persona del sistema familiar que se identifica con este dolor, con este suceso. Por

lo tanto, dibujar en una cartulina el mapa familiar, el sistema al cual uno pertenece, es de gran utilidad y comprensión. Este mapa o “genograma” tiene una forma de construcción donde se detallan y describen cuatro generaciones: tus hermanos en el primer piso, tus padres en el segundo, tus abuelos en el tercero y tus bisabuelos en el cuarto piso. Cada lugar del sistema familiar tiene que ser mirado y honrado por nosotros.

IX Reconexión emocional con el sistema familiar de uno. En este encuentro y conexión se honra a los padres por la vida, por haber existido antes que uno; se valora y se comprende que el destino y la historia familiar tienen muchas miradas y que lo más importante es el amor. Nacimos por amor y por amor continuamos la historia.

X Proceso de aceptación, integración y sanación. Cuando en la familia de origen hay una herida, dentro de la misma familia está la sanación de esa herida. Buscar fotos de nuestra familia, imágenes o símbolos de la familia. Crear un escudo familiar, y anotar y compartir la historia de nuestra familia. Con este ejercicio se despiertan internamente en uno la compasión, el amor y la gratitud de pertenecer a nuestra familia.

Trascendemos a nuestros padres, tomando lo bueno y lo difícil de nuestra historia, de la vida que les tocó vivir y sentimos que la vida viene de muy lejos, de nuestros ancestros, de un misterio lleno de sorpresas que con estos diez pasos podrás vivenciar.

A raíz del trabajo con Lola Hoffmann me interesé cada vez más en las sanaciones familiares, aplicándolas en mi propia vida, en mis talleres y en mi consulta privada.

A fines de los 80, Gloria Liberman me enseñó algunos rituales para honrar a los ancestros como parte de la gran alma familiar que guía los destinos del clan. Gloria Liberman vivió en África, ocho años en Mozambique y cinco años en Kenia. Durante ese tiempo, Gloria tuvo varias maestras chamanas; estas la instruyeron en ritos, sueños y ceremonias

para honrar a los ancestros y mantener el equilibrio y la fuerza en el sistema familiar y social. En sus viajes a Chile y epistolarmente, Gloria me inició en el arte de honrar a los ancestros con trabajos chamánicos. Aprendí de ella a hacer “regalos” a los ancestros y a leer en un oráculo para saber cómo contar con la protección de los antepasados. Esa amistad con Gloria dio fruto en varios libros que escribimos juntos, y aun estamos con un trabajo por realizar sobre chamanismo y Ancestrología.

A fines de los años 80 y principios de los 90, tuvimos, junto con Jacqueline Wilson y otros, la oportunidad de participar y aprender de las enseñanzas que nos entregó Adriana Manríquez, maestra y sanadora que nos mostró una manera de comunicarnos y conectarnos con el mundo invisible, el mundo que no se ve. Nos expresaba la importancia de comprometernos con el proceso de la vida y nos decía que era necesario tomar conciencia de nuestro mundo interno, de nuestra parte espiritual. Nos enseñó el manejo del mundo energético; nos hablaba de las energías del cosmos, y sobre cómo estas estaban al alcance de todos nosotros. Nos estimulaba a que reflexionáramos en cómo desarrollar nuestro espíritu en esta vida. Participamos con Adriana en ritos, sanaciones, celebraciones y distintas iniciaciones. Recuerdo meditaciones y convivencias donde podíamos plantear nuestras inquietudes y dar paso a una nueva forma de sentir y pensar. En Santiago, en La Reina, se formó una escuela llamada La Semilla, donde Adriana nos enseñó distintas maneras de acercarnos y conectarnos con el mundo espiritual.

Muchos pudimos crecer y aprender diferentes técnicas de sanación y desarrollo espiritual. Nos juntábamos todas las semanas a aprender y expandir nuestras conciencias; fueron años de luz y de entrega. Todos estamos muy agradecidos de Adriana y recordamos y honramos lo que nos mostró. Fue una época de mucho despertar espiritual y de una gran necesidad de comunicarnos y compartir.

En el año 1987 se creó en mi consulta un grupo llamado The Healers (que finalmente derivó del nombre en inglés a Los Jiles). Ese grupo no tuvo un aprendizaje intelectual, pero hicimos ceremonias importantes de sanación. Tomando la iniciación que recibí de Gloria Libermann, el conocimiento de Lola Hoffmann y las enseñanzas de Adriana Manríquez, creamos un espacio de sanación. Eran ceremonias a los ancestros; construíamos altares donde poníamos retratos de ellos, objetos que les

habían pertenecido y símbolos. Nos pintábamos máscaras en el rostro, danzábamos, tocábamos tambores, invocábamos el espíritu ancestral para que vinieran los sanadores, los sabios que habían estado en nuestros ancestros, porque ellos conocían la tierra y sanarían teniéndonos a nosotros como vehículo. Se producían sanaciones muy potentes. También hacíamos iniciaciones, como sucedió con mi hija en su primera menstruación, donde se realizó una ceremonia solo con mujeres, y en la cual se invocó a sus ancestros femeninos para transmitirle la maternidad, la vida y la bendición en ese momento de transformación.

Pasaron casi 20 años desde que inicié el camino con Lola y en esos años acomodé bastante mi historia familiar. Siempre cuento en mis talleres que en todos esos años logré una familia parecida a la de la serie de televisión “La pequeña casa en la pradera”, pero no estaba listo aún para ocupar mi lugar, la posición correcta dentro del clan, ya que todavía estaba pagando la exclusión por haber roto el tabú familiar.

La relación con mis padres se había tornado más equilibrada y con mi hermano logramos una leve mejoría, leve pero mejoría al fin. En el año 2003, después de que mi padre murió y al nacer mi primera nieta, Beatriz, otra vez me vi envuelto en una gran pelea familiar y “La pequeña casa en la pradera” se torno en “Peyton Place”.

Como por arte de magia, en el parto de mi hija, al nacer mi nieta Beatriz, mi condición de abuelo despertó el guerrero en mi alma y tuve una revelación: era el momento de conquistar el lugar correcto en el clan. Entré en una crisis muy potente y di esa batalla.

En esa crisis me dije: ahora soy abuelo, frase que desencadenó una revelación muy importante; ser abuelo me dio un rango en el mapa familiar, que era un lugar de honor, ya que mi abuela había sido una figura muy poderosa para mí. En ese momento pensé: desde ahora soy abuelo y, por lo tanto, no puedo seguir ocupando el lugar de la víctima y tampoco puedo permitir que me sigan descalificando. Como decía Fritz Pearls, no quería ser nunca más “el tarro de la basura familiar”.

Una parte del clan no reaccionó bien al verme empoderado; fue entonces cuando en medio de ese difícil trance me di cuenta de que una vez más la familia me indicaba que debía ocupar el lugar de la oveja negra, el cual yo ya no quería. Fueron momentos muy difíciles, pero ya estaba decidido y me empoderé con el conocimiento que Lola me había entregado.

En una conversación con mi amiga y confidente Ani Klein, descendiente de emigrantes húngaros, al igual que yo, con la que compartí las crisis y los dolores familiares por la semejanza de nuestras historias, me habló del libro *Mis antepasados me duelen*. A raíz de esa lectura tuve la certeza de que este era el camino de mi sanación y lo que yo quería hacer con mi trabajo. Me fui encontrando con otras formas de sanación genealógica y transpersonal, de las que integré algunas de sus técnicas para completar la Ancestrología.

Estudí a Anne Ancelin Schutzenberger y quedé impresionado con su libro *Ay mis ancestros*. Este libro alude desde el título a un dolor que viene de atrás y muchas veces desde un pasado muy lejano. Lo leí con pasión y completé entonces mis conocimientos del genograma, donde el consultante descubre los “no dichos”, las vergüenzas sumergidas, los secretos inconfesables y los duelos congelados (de ancestros olvidados, no enterrados, excluidos y temidos).

En este mapa se buscan fechas y repeticiones a lo largo y ancho de la biografía emocional-genealógica del paciente, generación tras generación, como las mismas fechas de nacimiento o muertes trágicas a una edad similar, el mismo número de hijos o enfermedades que se repiten en la historia familiar. Estas múltiples repeticiones evidencian una lógica intrínseca al sistema familiar: nos mantenemos fieles a nuestros padres y a nuestros antepasados. A veces esta lealtad invisible sobrepasa los límites de la sensatez y, sin embargo, se sigue repitiendo. Al trabajar con el mapa de la familia se buscan los acontecimientos de la historia familiar e individual, cuya dinámica afecta hoy la vida de la persona. El hecho de descubrir y sanar esos episodios familiares ocultos, a menudo destructivos, produce alivio no solo para quien hace el trabajo, sino que se proyecta a todo el árbol familiar, a todo el clan.

Al poco tiempo de lanzado en el tema de los ancestros, encontré en Ptolomeo (la lista de astrólogos a la que pertenezco) un colega que hablaba de astrología y psicogenealogía; se trataba de Daniel Dancourt, un hombre sabio, de esa sabiduría humilde que emana de una gran alma (fallecido a los 54 años, en el 2007).

Daniel me mostró en mi carta astral que los procesos familiares que estaba viviendo se relacionaban con los de mis antepasados, lo que fue muy enriquecedor. Daniel afirmaba que “en nuestra alma llevamos gra-

bados los episodios, fechas y vivencias de las generaciones familiares que nos precedieron”.

Daniel me enseñó a ver a través de la carta astral las sucesivas historias de amor y desamor, de prosperidad y pobreza, guerra o paz y autenticidad o falsedad que anidaban en mi historia familiar. ¿Sabemos cómo se amaron o no nuestros bisabuelos? ¿Cómo amaron o rechazaron a sus hijos nuestros abuelos? ¿Hubo muertes violentas o parientes marginados de la familia? ¿Cuáles fueron los sufrimientos secretos, los dolores silenciosos que se transmitieron de generación en generación?

Todos estos sucesos influyeron en la plenitud o frustración de la vida de nuestros padres, en su elección amorosa, en la manera en que fuimos concebidos, en nuestra gestación y en la forma en que vinimos al mundo.

Recordemos que la familia es el sistema primario y habitualmente el sistema más poderoso al que pertenecemos. Las personas están organizadas dentro de sistemas familiares según generación, edad y sexo. El lugar que ocupemos dentro de la estructura de la familia de origen influye en nuestras pautas de relación, en la formación posterior de nuestra propia familia.

Las familias se repiten a sí mismas; lo que sucede en una generación se repetirá a menudo en la siguiente. En las tramas familiares es donde uno descubre la verdadera esencia humana. Es allí donde los arquetipos se adueñan de las personas y las circunstancias, haciendo de nosotros meros juguetes de una lógica cósmica que nos es incomprensible; es también allí donde se entiende la palabra destino.

Daniel me dio las pautas básicas de la psicogenealogía, y me instruyó en la forma en que el consultante debía unir lazos entre lo que pasa aquí y ahora en su vida y los elementos de su historia genealógica. El trabajo de un psicogenealogista consiste en sacar a la luz lo que Freud llamaba la “repetición”, el enemigo más insidioso de la vida mental.

Desde la psicogenealogía, el concepto de repetición no es exactamente el mismo que en la obra de Freud. Los terapeutas psicogenealógicos consideran que la repetición es más bien una interrogante en su dimensión transgeneracional más que en su dimensión individual. Más violenta, más radical. La repetición genealógica es absolutamente inabarcable, y no se puede trabajar sobre la historia familiar sin encontrarla hasta en

cinco generaciones anteriores, aunque basta con poder analizarla solo en tres generaciones.

El determinismo de orden genealógico rige la elección de los proyectos del futuro familiar. La alianza fundadora de la pareja no se debe al azar; el grupo familiar está fundado a partir de lazos “libidinales y narcisistas”, pero también “genealógicos”.

A los ojos de la psicogenealogía, la pareja es el encuentro de dos líneas, de dos árboles en su complementariedad y en sus fracasos. Y hay que preguntarse más precisamente: ¿qué destino empuja a un hombre o a una mujer a elegir esta u otra familia (y por supuesto esta o aquella persona), si no es porque existe una cuenta pendiente con su propia familia? La genealogía está en los orígenes de esta elección. Así, la opción amorosa representa entonces una especie de puesta en acto para la generación siguiente. De todo lo que forma parte de los famosos secretos familiares compartí muchos a través del mail con Daniel; integré en la carta astrológica este conocimiento de sanación familiar viendo el legado que recibimos de nuestros ancestros y las posibilidades de que la historia familiar se repita.

Por ello, el árbol genealógico puede ser considerado como una hermosa máquina adivinatoria, tanto como la astrología. Ante las dificultades o encrucijadas de la vida se le puede interrogar.

De acuerdo con las investigaciones de Daniel Dancourt, la carta astrológica representa en su aspecto más profundo la memoria de nuestro árbol genealógico, el legado de nuestros ancestros que va más allá de lo genético y abarca la transmisión a través de varias generaciones de nuestra identidad psíquica, emocional y espiritual.

La astrología psicogenealógica interpreta todos los puntos de una carta astral a la luz de la herencia transgeneracional, como si las situaciones marcadas por las posiciones planetarias ya hubieran sucedido en la historia familiar antes de que nacióéramos. Esto es lo que se llama “efecto aniversario”.

Se puede decir, a la vez, que la carta astral es tanto lo vivido como lo no vivido de nuestros ancestros. Lógicamente, nuestra carta astrológica nos ayuda a develar secretos, a romper silencios familiares; por lo tanto, resulta ser una herramienta con un gran valor terapéutico si se

la usa adecuadamente. Con estas premisas de Daniel me fui acercando al conocimiento de Alejandro Jodorowsky y la psicomagia, de la cual principalmente tomé su creatividad, lo más poderoso del aporte de Jodorowsky. El arte cura a través de la expresión; si el arte no cura, no es arte. Recuerdo a una mujer que me contó un sueño, y este sueño derivó en una pintura, mediante la cual sanó una herida que tenía con su madre. Ella, por medio de su creatividad, logró sanarse; a través del arte encontró su cura. En otra ocasión tuve alumnos que pintaron cartas del tarot, lo que constituyó una experiencia sanadora. La Ancestrología invita al arte para servir de ayuda al confeccionar el altar o al hacer el árbol genealógico, debido a que la sanación con los padres es la forma en que curamos el dolor del pasado. También tomé de Jodorowsky los actos poéticos o psicomágicos; integré a la Ancestrología esa locura y esa inspiración para proponer tareas mágicas, chamánicas y poéticas de curación.

Tuve una experiencia con Gabriela Rodríguez. Asistí a un taller y a un par de sesiones de psicogenealogía. Ella me recomendó hacer un acto psicopoético en el cual tuve que devolver a mis ancestros “la cagada” que cada uno había realizado para excluirme del clan. Me costó mucho efectuar este acto, lo que entendí como necesario, porque así me vi obligado a cruzar las fronteras de lo real hacia lo surreal; todas las técnicas de sanación genealógica trabajan en el plano de lo surreal.

En el año 2004 les propuse a Jacqueline Wilson y a Pepe Acevedo unirnos para darle la estructura a la Ancestrología como una forma holística de sanación integrativa, para lo cual formamos un equipo de estudio y trabajo para integrar y reunir todo el material.

El primer taller

A mediados del 2006 realicé el primer taller de Ancestrología. Fue un taller profundo que debía durar 11 sesiones y se alargó por seis meses; aprendí junto con los alumnos y fue una experiencia enriquecedora tanto para mí como para ellos.

Vimos cada vida y su poética sanación. Realizamos genogramas, operaciones astrales aprendidas con Adriana Manríquez, construimos

altares al estilo Lola Hoffmann. Realizamos actos de chamanismo. En ocasiones se reconstituyeron partos y la gente volvió a vivir sus nacimientos y esta vez fueron recibidos con amor. Quebré platos en el pecho de quienes tenían bloqueado su corazón para limpiar el pasado doloroso y hacer el recambio de la imagen enferma en el inconsciente. Realizamos limpiezas chamánicas con plumas de águila y de cóndor. Integramos experiencias traumáticas y abusos de la infancia.

Este es el testimonio de Mane Parada, quien integró ese taller:

“Tengo la suerte de haber participado en el primer taller de ‘árbol’ que hizo Pedro en mayo de 2006. Un taller en que no sabía bien de qué se trataba o qué iba a pasar. Y fue el primer árbol que hicimos, como un esquema en cuatro pisos con todos los antepasados: padres, abuelos y bisabuelos.

Un taller que iba a durar poco y duro mucho, en que pude vivir la unidad de todas las cosas, en que la historia de una de nosotras estaba conectada con un pedazo de la historia del otro, que somos parte de un tejido familiar y también universal. Que los platos rotos tenían su efecto no solo en la persona que estaba mirando su árbol, sino en todos los demás.

Pude ver cómo lo que le pasó a la mamá, abuela o la bisabuela muchos años antes tiene efectos en la nieta años después. Pude mirar el lugar donde estaba parada y empezar a moverme.

Al mirar el árbol genealógico, al trabajar en el “campo” se mueven energías desde un lugar distinto, se mueve el “punto de encaje” y cambia la visión y la sensación de las cosas. Ver cosas que no tienen explicación en las familias se ordenan también sin explicación aparente.

Doy gracias a este trabajo-camino que incorporé como parte de mi actividad y de mi humanidad y que sigo recorriendo con alegría”.

Mane Parada
reflexóloga y terapeuta floral

Sanando la familia

A fines de 2006, asistido por Jacqueline Wilson y Pepe Acevedo, empecé a realizar talleres con mis hijos y sanar la gran herida familiar; así fue como la Ancestrología fue armándose en mi alma. Lo anunciado 25 años atrás por mi maestra Lola Hoffmann era un hecho; la terapia sistémica era el paso a seguir.

Desde entonces no he parado de hacer talleres a personas y empresas, he trabajado en la cárcel, en lugares públicos y siempre logrando algo que me sorprende: sanar el pasado, sanar la imagen parental; sanar el lugar que uno ocupa en el sistema es una experiencia poderosa y que sin duda ha cambiado muchas vidas, entre las que me incluyo.

A continuación van las experiencias que mis hijos escribieron sobre los talleres familiares.

KABIR ENGEL IZAK

36 AÑOS

INGENIERO COMERCIAL

¿Qué han significado para ti los trabajos realizados en la familia con la Ancestrología?

Un cambio del punto de vista desde donde uno mira la vida... al menos desde donde yo la miraba.

¿Qué resonancia han tenido en ti?

Logré despertar, liberarme de mucho peso que estaba cargando. En la guata, en la cabeza, en el corazón.

¿Qué testimonio podrías dar sobre cosas que te pasaron a ti y a la familia después de los trabajos realizados?

Creo que haber hecho el trabajo en familia fue muchísimo más potente, ya que fue un tratamiento simultáneo a nuestro árbol.

Fue un ataque total... como un tratamiento de shock (choque) a muchos dolores que estaban ahí presentes. Y que cada miembro vivo sanara un dolor de algún antepasado...creo que limpió "de una" muchos dolores del árbol en poco tiempo... y eso se notó... se notó en todos en la familia.

¿Por qué recomendarías la Ancestrología a una persona?

Porque es ridículo vivir sin tener contacto con tus antepasados, tu historia y tus raíces.

ESTEBAN ENGEL IZAK

33 AÑOS

DOCTOR EN BIOQUÍMICA

Como bioquímico, ¿podrías explicarnos lo que es el genoma?

Genoma se refiere a todo el material genético contenido en cada célula de un organismo, sea este unicelular como una bacteria o multicelular como un humano. Haciendo una analogía con la computación, podríamos decir que el genoma es comparable a un disco duro que contiene miles de programas. Cada programa en particular del disco duro sería un gen.

En el caso de los humanos, el genoma consta de 3.000 millones de pares de bases. Cada base puede ser A (adenina), G (guanina), C (citosina) y T (timina). Para que un gen sea funcional, debe traducir su información para dar origen a una proteína.

La secuencia de aminoácidos de la proteína es un fiel reflejo de la secuencia de bases que tiene el gen. O sea que el gen tiene la información potencial, pero la función ejecutora la realiza la respectiva proteína.

Esto requiere del paso del ADN al ARN en un complejo proceso celular llamado transcripción. Luego, el “mensaje” contenido en el ARN se traduce en un conjunto de aminoácidos denominado proteína en un proceso celular llamado traducción.

¿Cómo se parece un genoma a una familia?

A pesar de que cada gen tiene una función en sí, son tanto o más importantes las interacciones que tienen los genes entre ellos. Muchos de los procesos celulares vitales para un organismo dependen de la interacción orquestada de muchos genes en un efecto sinérgico y correlacionado. Existen también complejas redes de interacción entre genes y proteínas donde cada integrante es fundamental y la ausencia o problema de uno de ellos puede ser suficiente para generar una falla en cascada de todo el proceso que puede dar origen a una patología. En este contexto, el genoma es muy parecido a una familia, puesto que cada integrante tiene una función en sí mismo, pero además interactúa en una red donde su actuar afecta, para bien o para mal, todo el sistema. Si hacemos una analogía, el genoma sería el símil de una familia y cada miembro de la familia sería el símil de un gen.

¿Tú como bioquímico piensas que el genoma se puede mejorar de una enfermedad?

Depende del origen de la enfermedad; si es, por ejemplo, un problema genético hereditario, todas nuestras células tienen ese defecto en su genoma y, por lo tanto, es un problema crónico que estará siempre con nosotros. Hoy en día se trabaja con ingeniería genética y terapia génica para revertir o eliminar muchas enfermedades genéticas, pero no es simple, ya que se debe intervenir el gen defectuoso para repararlo o agregar a nuestras células una copia adicional de ese gen que funcione correctamente.

¿Cómo ha sido la experiencia de la Ancestrología en tu familia y en ti en particular?

Considerando que la familia es un sistema donde todos los miembros son importantes y el bienestar de este sistema pasa también por el bienestar y la armonía de cada uno, creo que ha sido muy enriquecedor y positivo el participar en estos talleres. En la medida en que uno se sana, también ayuda a la sanación de los otros miembros de la familia y les facilita además el camino a los que vendrán. Creo que son necesarios varios talleres para tener avances importantes y que es un proceso paulatino que toma su tiempo en actuar.

¿Qué efectos tuvieron en ti, qué resonancia, los talleres que hemos realizado en la familia?

Principalmente creo que me han ayudado a entender cosas que tienen que ver con mi historia, mis orígenes y de dónde vengo. Pero también me están ayudando a determinar a dónde voy y a conectarme con los planes y el futuro de una manera más armónica. Pienso que estoy en pleno proceso de asimilación y digestión de todo lo que he vivido en los talleres y por lo tanto aún me faltan cosas por trabajar.

¿Tú crees que, después de los ejercicios de Ancestrología, las generaciones futuras podrán venir con un genoma más alegre, más feliz? ¿Has sido tú más feliz después de los trabajos realizados?

Desde el punto de vista biológico, no sé si se pueda decir que vendrán con un genoma más feliz. Sí puedo afirmar que yo he sido más feliz después de los trabajos realizados y que he logrado conectarme con lugares y con sentimientos positivos. En la medida en que las generaciones actuales sanen y trabajen para dejar un legado enriquecedor, las generaciones venideras crecerán y vivirán más felices y plenas. En este sentido no sé si se afecte el genoma o genotipo de las generaciones futuras, pero sí el fenotipo.

Nosotros somos la consecuencia de la interacción del genotipo (nuestros genes) y el fenotipo (el ambiente), y este último afecta y modula nuestras vidas en forma importante. Por lo tanto, nacer, crecer y vivir en un ambiente grato, acogedor, proactivo, sano y armónico es clave para ser más alegre y feliz. En este escenario, la familia y los talleres de Ancestrología son importantes.

¿Crees que las células tengan memoria? ¿Qué ha sido lo más importante en estos talleres para ti?

Lo que sí tenemos y heredamos es el “instinto”, que determina la capacidad de conservación de ese individuo o especie. Además, cuando un individuo nace, o incluso desde el vientre materno, comienza rápidamente a percibir e incorporar estímulos desde el ambiente. Estos estímulos pueden ser positivos o negativos y definen la impronta de ese individuo. Por ejemplo, si desde que nace presencia agresiones verbales o físicas, se generará un estereotipo que influirá nocivamente en la vida adulta de esa persona. Por el contrario, si las primeras experiencias de ese individuo son de contención y cariño, probablemente producirá un registro positivo que se podría transmitir a generaciones venideras en forma verbal o no verbal.

Lo más importante del taller para mí ha sido el poder conectarme con experiencias y vivencias familiares que generalmente están silenciadas o en un segundo plano. Darme cuenta además de que mis miedos, aprensiones y alegrías tienen un origen y una consecuencia. Ha sido muy enriquecedora esa conexión con los ancestros, ver las cosas a través de ellos y aprender a entender, aceptar, perdonar, honrar y celebrar la vida.

CATALINA ENGEL IZAK

31 AÑOS

INGENIERA COMERCIAL

¿Qué significaron para ti las sesiones familiares de Ancestrología?

Que las sesiones de Ancestrología hayan sido familiares creo que intensifica el proceso, ya que todos íbamos sanando simultáneamente. Me ayudó a reconocer en los demás mis mismos temores y angustias. Que Carlos, mi marido, haya participado en mi sesión fue lo más maravilloso, ya que pudo ver y entender muchas cosas mías. La Ancestrología salvó mi matrimonio.

¿Qué cambios notaste en la familia?

He visto cómo hemos ido sanando, cada uno en su proceso y todos en conjunto. Nos ha ayudado a entendernos, y siento que muchos quiebres en la familia se han superado gracias a estas sesiones. La sanación más hermosa que he visto es la relación de mi papá con mi hermano menor, cómo la Ancestrología sanó esa herida y hoy, por fin, tienen una relación maravillosa (y eso me hace muy feliz).

¿Por qué recomendarías estas sesiones?

Porque todas las familias tienen heridas, todas esconden secretos y angustias que en estas sesiones se van sanando. Además, porque la Ancestrología ayuda a entender el pasado, nuestros ancestros, de dónde venimos y por qué somos como somos. Mucho de nosotros se explica a través de nuestros ancestros.

¿Crees que eres más feliz después de haber hecho este trabajo?

Definitivamente soy más feliz. La Ancestrología me ayudó a sacarme la pena de adentro y a entender de dónde venía. Soy más yo y más feliz después de estas sesiones.

¿Qué influencia tienen en ti los ancestros?

Muchísima, creo que todo lo que soy o gran parte al menos es debido a mis ancestros. Ellos han estado siempre ahí, pero la Ancestrología me acercó a ellos, me permitió entenderlos mejor y, con eso, entenderme a mí misma; bendiciendo y amando a los ancestros me bendigo y me amo a mí también.

SIMÓN ENGEL

29 AÑOS

MICROEMPRESARIO

¿Puedes relatar tu experiencia en los talleres familiares?

Mi primera consulta ancestralógica, en agosto de 2007, marcó un proceso de sanación familiar propuesto por mi padre, que en tres años ha tenido repercusiones que van mucho más allá de lo que él mismo hubiese esperado. Mediante ciertos parámetros, debía dibujar mi árbol en papel para poder analizarlo y trabajarlo directamente en aquella sesión. Yo debía sentarme frente al árbol y a mis espaldas, los asistentes. El señor de bigotes, que era el maestro de ceremonia, me preguntó qué deseaba pedirle a mi árbol en tres palabras. Ya no recuerdo bien cuáles fueron específicamente esas palabras, pero sí tengo claro que mis heridas principales estaban en la relación con mis padres.

Mi madre se suicidó cuando yo tenía casi cuatro meses. Fui criado por mis abuelos paternos y por mi padre.

En mi madre pensaba muy poco, no la extrañaba, no lloraba por ella. Solo me refería a ella con respeto y ternura. Cuando supe del suicidio, a los 9 años, el tema no mejoró para nada; hubo un bloqueo absoluto. Cuando me refería a ella lo hacía de forma indolente y poco cariñosa. “Es como hablar de la señora

de la esquina”, respondía cuando me preguntaban. “Me da lo mismo”. “Se murió cuando tenía tres meses, no tuvimos ninguna relación”. “Por qué me va a dar pena”.

En cuanto a la relación con mi padre, siempre había sido lejana. Me parecía ausente, inalcanzable. Sentía que no me comprendía, que se ponía a mi altura de niño y rivalizaba conmigo, que no me veía como a un hijo, sino como a un competidor. Lo que yo hacía no estaba bien para él y mis intentos por complacerlo resultaban en molestias, en desaciertos. Me hacía sentir mal, me decía cosas feas, no confiaba en mí ni en mis capacidades, me insegurizaba. Era una sensación muy ambigua, porque ambos sabíamos que no era un problema de amor, simplemente no existía conexión, o más bien había un cortocircuito.

A medida que fui creciendo me fui separando más y más de él; su presencia me contrariaba, sus preguntas eran desatinadas, los silencios eran incómodos, el respeto se fue perdiendo, el miedo y la rabia fueron creciendo y de pronto se convirtió en una persona poco creíble. La relación era hipócrita, no podía decirle lo que pensaba, los desencuentros se hicieron comunes y las ganas de verlo disminuyeron.

Mis abuelos lo eran todo para mí. Él era mi ídolo, el más tierno, el más cariñoso, mi fuente constante de amor, la respuesta a mis preguntas; todo giraba en torno a él. Ella era mi madre, la que todo lo podía, la incondicional, la presencia constante, la solución a mis problemas.

Estaba muy entusiasmado con esto de dibujar mi árbol y recapitular nombres hasta mis bisabuelos. Seguí las instrucciones al pie de la letra en cuanto a diagramado y ubicaciones. Para identificarme aún más con mis familiares y darle un toque especial a mi árbol, busqué las fotos que mejor representaran a cada uno y las dibujé junto a cada nombre.

El señor de bigotes era mi padre. Uno a uno fuimos revisando los casilleros para conocer algo de mi familia, ver dónde estaban las heridas y los problemas que había que resolver con más urgencia. Aunque estaba abierto y dispuesto, encontraba que no podía haber objetividad en el análisis si el que lo hacía era mi papá, con su propia historia y sus propias versiones y siendo él una de mis principales heridas. Esto se acentuó aún más cuando se detuvo en el casillero de los padres y reprochó el hecho de haber puesto a mis abuelos allí, junto a ellos. Y no solo eso, estaban dibujados mucho más grandes que él y mi mamá; para colmo estaban entre yo y mis padres abrazados cabeza con cabeza, formando un gran bloque que me separaba de ellos. Para mí, ellos eran también mis padres y se merecían absolutamente ese lugar.

Como el señor de bigotes vio que yo no quería ceder, decidió cambiar la estrategia teórica por un ejercicio práctico. “Esos abuelos que te quedaron tan bonitos ahí abrazados están bloqueando el camino y separando a los hijos de los verdaderos padres”. “Vamos a hacer una cosa”, me dijo. “Voy a probar algo a ver qué te pasa con eso”. Tomó un papel, le sacó un pedazo, le puso goma de pegar y lo plantó sobre el dibujo de mis abuelos. El ¡ohhh! fue al unísono de todos los presentes y el asombro generalizado. Algo pasó, algo se movió literalmente y para siempre. De pronto me salió un suspiro. “Qué te pasa ahora”, me preguntó. “Siento un enorme alivio en el pecho”, le dije. Ahí me di cuenta de que este tipo de sanación no era solo teórica y que la parte práctica era sumamente efectiva y rápida.

En ese momento pudimos comenzar a trabajar con mayor claridad, entendiendo que el principal “problema” eran esos “abuepapis” que sin darse cuenta y por querer hacer un bien, hicieron también un enorme daño, separando al hijo de los verdaderos padres. Con cada uno ubicado en su lugar, nos enfocamos entonces en el problema con mis padres. Primero por separado y después los dos juntos. Aquí comenzaron las representaciones. Tuve que escoger a los representantes de mis padres para poder trabajar

con ellos en carne y hueso. Lo que me confirmó que la parte teórica mezclada con la parte práctica son sumamente efectivas. Pude decirles directamente lo que me pasaba, pude escuchar sus versiones, sus propias historias. Pude mirar a mi mamá a los ojos. Pude mostrarle mi rabia a mi papá dándole unas cachetadas que él mismo me pidió. Pude abrazarlos y sentir su amor. Pude escuchar sus corazones, volver al vientre materno, sentir su calor, volver a nacer.

Fue una experiencia fuerte, muy desconcertante y sobre todo agotadora. En ese momento no dimensioné todo lo que había pasado en ese ratito, donde en teoría revisamos mis 27 años de historia, pero en realidad eran cientos de años y varias generaciones. No se me asignaron tareas, pues había hecho todo durante la sesión. Solo se me pidió que no hablara del tema con nadie durante los siguientes 90 días, que era el plazo aproximado para comenzar a ver los arreglos que se habían hecho.

Ya ese mismo día en la noche, viendo a Momix en el Teatro Tele-tón, me puse a llorar súbitamente, como pocas veces había llorado en mi vida. Sabía perfectamente el motivo. Era por mi madre. Por primera vez la extrañaba con el alma. Necesitaba estar con ella y sentir su abrazo.

Desde ese día han pasado casi tres años. Quizás los mejores tres años de mi vida. Ese fue el día en que les dije a mis padres “ahora los veo” y comencé lentamente a darles un lugar en mi corazón. Fue el día en que supe que ellos también fueron hijos y tenían sus propias heridas. Fue el día en que supe que “lo que pasó, pasó”, que ellos son grandes y yo pequeño. Entendí que mi historia no empieza ni termina conmigo. Que hay muchos que vinieron antes y cada uno fue tan malo y tan bueno como yo puedo serlo. Que todos hicieron lo mejor que pudieron y por eso hay que darles gracias. Ese fue el día en que pude entender que tuve los mejores papás del mundo, porque me dieron la vida. Fue el día en que comencé a aceptarme y a quererme. El día en que amé la tristeza

y me reconocí triste con placer. Fue el día en que amé al invierno tanto como al verano. Fue el día en que comencé a disfrutar de la vida y a entender la felicidad como un compendio de adjetivos antónimos: bueno, malo; feo, bonito; grande, pequeño; largo, corto; lleno, vacío; efímero, eterno.

La Ancestrología no solo me ayudó a reconciliarme con mis padres y conmigo mismo. Pude vivir el duelo de mi hijo abortado, sacarlo del olvido y darle un merecido lugar en mi corazón. Pude vivir la paternidad de mi hijastro con mayor naturalidad, entendiendo que tiene un padre que le dio la vida y debe amarlo y agradecerle por eso.

La Ancestrología me conectó con mis raíces, cambiando mi sensación con respecto a mis muertos. Pude conectarme con ellos de una forma mucho más real que antes y esa sensación, de cercanía, fortaleció mi arraigo, me bajó de las nubes, me aterrizó, me ayudó a unir mis bases. Y el piso que empecé a construir en aquella primera sesión familiar, en agosto de 2007, se afirmó un poco más, se unieron las tablas, se cerraron los espacios. Se siente cada día más rico, más calentito, más acogedor y, lo que es más importante, más seguro para poder caminar sobre él y así construir mis propias raíces para los que vendrán.

Ha sido un proceso largo y bello, pero también desgarrador y doloroso. Aún hay mucho por trabajar y mucho que aprender de los ancestros.

Así seguí trabajando y a una de las sesiones de Ancestrología invite a mi amiga Ani Klein y me contó que había tenido una experiencia muy bella. A través de unas tacitas de café pudo ver y tocar a sus ancestros muertos en el Holocausto. Esto causó gran impacto en mí debido a que la familia de mi padre también fue exterminada en el Holocausto. Por lo tanto, no existe certeza de las tumbas de mis ancestros paternos, nunca tuve la sensación de poder tocarlos.

Me acerqué a las Constelaciones Familiares y asistí a una en el Instituto Icalma que dirigen Marilú Krebs y Patricio Asenjo. “La consteladora” era la doctora María de los Hoyos. Esa experiencia, lo allí vivido, fue uno de los momentos más importantes de mi vida. Entré al campo morfogenético junto a una cantidad enorme de personas. A través de la resonancia mórfica, esas personas eran mis parientes. Vi a todos mis ancestros desaparecidos en el Holocausto, pude “tocar” y despedirme de mi abuela, ver morir a mis primos, conectarme con todas esas amadas personas que vivían en mí como un gran dolor y que en ese momento me decían que respetara sus destinos y que no me siguiera implicando con sus trágicas muertes, que fuera feliz en nombre de ellos, que ellos habían sido -como decía Lola Hoffmann-, otros de los milagros que tuvieron que suceder para que yo estuviera vivo. Fue algo poderoso lo que a partir de ese momento empezó a suceder con toda la experiencia acumulada por 25 años en mi alma con los ancestros; era como un rompecabezas que armaba y al final podía integrar cada cuadro, cada parte de mí.

En esa sesión de Constelaciones Familiares ocurrió un suceso también muy sanador. Al final de mi constelación, una mujer que estaba en el público se acercó llorando y me dijo: “Perdóname, por favor, perdóname, porque yo soy nieta de un oficial nazi”. En ese momento, la miré y pensé: no es mi asunto, porque no vine aquí a perdonar a los nazis, sino que vine a encontrar a mi familia, vine a tocar a los miembros de mi clan que no conocía, vine a integrarlos, a poner a mis muertos queridos en mi alma, a todos ellos a quienes no había tenido la oportunidad de despedirme, de verlos morir, de rezarles. “No tengo nada contra tu abuelo, le dije, lo tengo en mi corazón, porque sin él yo no estaría aquí y esta no habría sido mi historia“. En ese momento, le di un abrazo y desde mi corazón señalé: “No hay nada que perdonar, tú y yo somos parte de un mismo sistema. Tu abuelo pertenece a mi sistema al igual que la gente que vi morir en la constelación. Y yo también pertenezco a tu sistema, ya que si te acercaste a mí, fue porque llevas esa culpa, que tienes que transformar en bendición. Entonces honramos a los muertos y a los perpetradores para que las generaciones que vienen más adelante no tengan que hacer ese trabajo, porque tú y yo hoy día nos hemos abrazado y en este acto logramos reconciliar el pasado, dándole un lugar en nuestra vida, un lugar bendito”.

Fue una constelación que jamás olvidaré, y estaré siempre agradecido por ello. Me habría gustado incluir aquí una entrevista de la doctora María de los Hoyos, pero vive en Argentina.

Recopilé todo lo que Lola Hoffmann nos había enseñado en esos años sobre el campo morfogénético y la teoría de Rupert Sheldrake, y recordé sus escritos sobre el tema. El campo es un patrón o estructura de orden propio de la naturaleza. Estos patrones se establecen en el pasado, mantienen su resonancia y continúan repitiéndose por los miembros de las familias; por ejemplo, la formación de los cristales, no importa en qué lugar del planeta se den, pero si pertenecen a la misma familia, van a cumplir con el mismo número de caras, colores, formas y composición, cumpliendo así con la génesis mórfica.

Como sanador necesito estar siempre en constante revisión de mi propio proceso porque, como dice la Gestalt, esto es como pelar una cebolla, siempre que sacas una capa aparece otra. Empecé a asistir regularmente una vez por mes a las Constelaciones Familiares y así llegué a lo de Cristina Llaguno. Con ella hice otra constelación respecto a la relación con mi familia nuclear, mi madre, mi padre, mi hermano y yo. En esa ocasión lloré muchísimo y se me produjeron grandes movimientos del alma que me permitieron avanzar a pasos agigantados en este camino. Fue después de esas dos experiencias que uní parte de lo allí vivido con el trabajo comenzado con Lola.

De Cristina Llaguno he aprendido muchísimo a trabajar, he aprendido de ella a mirar las imágenes del sistema familiar, a integrar el trabajo con objetos (técnica de palitos). Hemos entablado una amistad de respeto y reconocimiento; le solicité una entrevista para que en sus propias palabras explique lo que es una Constelación Familiar y la Hellinger Ciencia.

CRISTINA LLAGUNO

Sanadora, abogada, mediadora, negociadora, consteladora familiar sistémica, docente en constelaciones familiares, terapeuta transpersonal, formación en hipnosis ericksoniana, autoasistencia psicológica, terapia sistémica. Formada por Bert Hellinger en Constelaciones Familiares. Consteladora certificada internacionalmente por la Hellinger Ciencia. Directora del Centro de Constelaciones Familiares y Soluciones Sistémicas de Chile.

¿Cómo fue tu camino para llegar a ser una consteladora?

Yo empecé como consteladora por casualidad, por una inundación. En 1999, varias personas me hablaron de las constelaciones. En ese tiempo, yo recién egresaba como terapeuta con la formación de Stanislav Grof en Estados Unidos y no quería tener otro maestro que no fuera Grof. Sin embargo, en el año 2001 hubo una inundación en una provincia de Argentina y el Centro Hellinger de ese país hizo un taller a beneficio de los inundados. En ese momento pensé: si ellos son tan generosos para hacer este gesto cuando recién están pidiendo ayuda, entonces yo quiero participar. Llegué, vi el lugar, el círculo, las sillas del círculo y percibí el campo. Esto fue un sábado. El lunes pedí una entrevista para esa misma tarde, empecé el curso de formación el día martes y no he parado hasta ahora.

¿Cómo describirías lo que son las constelaciones familiares?

Las constelaciones son imágenes internas. Bert Hellinger, gracias a su trabajo, dice que las constelaciones son filosofías para la vida, regidas por principios muy arcaicos que regulan todo tipo de relaciones, no solo las familiares, sino que son aplicables, por ejemplo, para empresas, para los temas jurídicos. Las constelaciones funcionan porque existe una memoria dentro del sistema familiar; en este caso, donde hay situaciones que producen con-

flictos, en este momento, en el aquí y ahora, que tienen que ver con situaciones no resueltas del pasado con nuestros ancestros. A lo mejor estos conflictos no son producidos directamente por ellos, sino por gente de fuera del sistema, a los que llamamos "perpetradores". Los perpetradores son quienes hacen algo malo contra alguien de nuestro sistema. Nosotros también podemos hacer algo malo contra nuestro sistema, por ejemplo, excluyendo a alguien, y esa exclusión aparece presente luego como una enfermedad, como un síntoma, como una conducta y también como un conflicto, en alguien sensible o en alguien joven. Eso ocurre porque el sistema tiene una forma de compensar que es ciega; al sistema no le importa con quién compensa, simplemente el sistema compensa. Entonces, la constelación permite que nosotros podamos mirar esta situación a través de una imagen que es representada por personas o por objetos. Si son personas, pueden decir qué sienten, porque no están actuando, sino que sienten lo mismo que las personas a las que representan, aunque no las hayan conocido ni sepan nada de la historia. Esto tiene que ver con la física cuántica también.

¿Las generaciones han evolucionado desde que partieron en su origen?

Para comenzar, el propio Bert Hellinger ha evolucionado desde que comenzó con este trabajo, donde en un principio era muy intervencionista. De todas maneras, yo no conozco un constelador que lo supere en la agudeza de la mirada, en la profundidad de la aplicación de la técnica, en la forma en que es tan provocativo. No creo que sea superado por ninguno de sus alumnos.

No, porque el maestro es el maestro...

Él fue muy generoso con nosotros, porque nunca antes quiso enseñar, y hace dos años, acompañado en esta idea por su mujer,

Marie Sophie Hellinger, decidió generar un espacio que se llama Hellinger Sciencia, donde él y Marie Sophie dan entrenamiento a consteladores. Hoy, ese entrenamiento está abierto para todo tipo de personas, con todo tipo de formación, y las personas que se presentan no necesariamente son consteladores, porque para eso hay que realizar una formación que lleva mínimo tres años, sino que es una instancia que entrega la posibilidad de revisar su propio sistema y de llevar la filosofía de Hellinger a su trabajo, a su casa, a sus relaciones.

En un comienzo, las constelaciones fueron descubiertas por casualidad, y posteriormente Hellinger asocia su trabajo con el concepto de campos mórficos de Sheldrake. Bert Hellinger tienen una formación que abarca muchas técnicas de psicoterapia, y gracias a su experiencia de vida, más todos sus conocimientos, surge esta profundización de los principios que rigen las relaciones. Hubo un primer momento llamado ortodoxo, en el que, según lo que dice actualmente Hellinger, surgen consteladores arcaicos. Hellinger a ese primer momento ya lo llama arcaico. Después vino un movimiento que lo llamó “movimientos del alma”, pero Hellinger consideró que no debía seguir con esa dirección del trabajo porque estaba modificando a los consultantes y a él mismo, al interferir en procesos, sobre todo de enfermedades que tenían las personas. Entonces evoluciona a otro movimiento que llama “movimientos del espíritu”, donde aparecen las “constelaciones multidimensionales” como última forma de trabajo, en el cual prácticamente no hay palabras, solo movimientos.

Las constelaciones pueden llegar a durar dos horas e intervienen entre 15 y 30 personas o más. Bert Hellinger ha llegado a trabajar con 200 personas a la vez.

¿Cuál es la diferencia entre alma y espíritu? Yo entiendo que el alma es más personal y el espíritu es más grande...

El espíritu anima al alma. Ahora, nosotros no tenemos un alma individual, tenemos, como dice Hellinger, un pedacito de la gran alma. Este es un tema suprafilosófico. Por eso ahora viene algo que me gustaría reflexionar, en relación con la afirmación: “yo tuve una experiencia de una vida pasada”. Ese “yo” que tuvo esa experiencia no existe. Porque “yo” soy ahora, con este cuerpo, con esta vida que he tenido, con esta alma que tengo y con este destino que me rige. Este pedacito de la gran alma que yo tengo no es mío, no soy yo, porque el día que yo me muera ese pedacito seguirá existiendo y va a estar en otra persona seguramente y esa otra persona tendrá otra experiencia, porque en realidad lo que tenemos son experiencias que necesita la gran alma para evolucionar.

Entonces, cuando hablamos de reencarnación tenemos que hablar con cuidado. Y ahora entiendo, si lo miro así, por qué hay tantas Cleopatras y tantos Napoleones si obviamente cada uno tiene un pedacito de la gran alma. Por lo tanto, somos un holograma de la gran alma. Así como una gota de agua del océano representa el océano, también nosotros tenemos todas las experiencias de la gran alma en nosotros; entonces, esas personas están diciendo, tranquilamente, cosas que son ciertas.

Como consteladora, ¿tú también incluyes otras técnicas o un constelador solo se tiene que atener a un manual, o algo ortodoxo? ¿Un constelador tiene la libertad de incluir en su trabajo lo que ya había aprendido?

Es imposible separar lo que uno sabe cuando trabaja. Pero sí debemos hacer un ejercicio de olvidarse de eso y quedar fenomenológicamente listo para observar las imágenes que las personas

traen. No sé qué parte de mí se da cuenta de las cosas, y no lo sé porque trato de no tener intención cuando trabajo, sin miedo y sin emoción, pues en el momento en que me alío con mi consultante en contra de sus padres, por ejemplo, no puedo acompañarlo en su trabajo. A eso se refiere Hellinger cuando habla de trabajar sin emociones. Es como un cirujano que tiene que abrir a una persona con su bisturí.

Al principio quizá solo ve un poco del campo de la operación, no sabe si es hombre o mujer hasta que abre y ve a qué se enfrenta. Y así pasa también con un constelador. Mi experiencia me dice que no se puede ser constelador si la persona no hace un trabajo personal profundo. Ese trabajo es anterior a la formación de constelador y durante el ejercicio de esta profesión ese trabajo se hace con Hellinger. Una vez al año tenemos una semana completa de trabajo con él y su mujer, donde profundizamos nuestras propias dinámicas familiares y vamos resolviendo situaciones que también aparecen.

Una de las situaciones que yo veo también cuando estamos en constelaciones es que yo puedo estar identificada con alguien de mi sistema y resolver esa identificación, pero luego avanzo en la vida y de pronto tengo la misma edad de una tía que tiene determinada situación traumática que no fue resuelta, entonces aparece una nueva identificación y las identificaciones se pueden dar con más de una persona. Por lo que es necesario revisar permanentemente el sistema del constelador con mucho cuidado, con mucha humildad, porque sabemos que lo que nos trae la persona a la consulta también es nuestro, entonces honramos mucho ese espacio, esa entrega de la persona, porque sabemos que nos trae algo que debemos trabajar.

Como yo soy directora de un centro de constelaciones, debo ser ortodoxa en mi trabajo, y hay una frase que Hellinger comenta

mucho en relación con su propia experiencia personal y es: “Entre la técnica y lo que necesita la persona, por qué se opta”. A él le llevó un tiempo decidir la respuesta y, gracias a su trabajo, a mí me va a llevar segundos saber lo que necesita la persona. Yo tengo que abandonar la técnica para someterme a lo que la persona necesita. En este, como en todos los trabajos, existe un encuadre. El alumno debe conocer muy bien cuál es el objetivo de ese encuadre; cuando lo conoce ya es constelador y puede a veces salirse del encuadre, a lo que se llama ser creativo.

Cuando una persona ve trabajar a Hellinger en un video, en un teatro, o en una sesión de constelaciones, y luego va a su centro y lo imita sin conocer el encuadre, a eso se llama ser improvisado. Volviendo a la pregunta, cada constelador tiene diferente bagaje personal, profesional o de vida, y eso influye en la forma de mirar. Incluso, si se hace un seguimiento de temas que tiene cada constelador, algunos son visitados por consultantes que hablan siempre de esquizofrenia, de locura, de muertes de personas excluidas, de drogas.

En mi caso, por ejemplo, a mis talleres vienen muchas personas divorciadas, personas que quieren encontrar una pareja, que quieren hijos, que están preocupados por sus hijos o, como yo soy mamá adoptiva, también vienen con temas de adopción. Entonces, verdaderamente siento que cada constelador tiene los consultantes que necesitan de él y que resuenan con él, y eso se ve en el tiempo.

En el caso de las adopciones, la persona tiene dos familias. ¿Es así?

Sí, por supuesto. La persona adoptada pertenece a un doble sistema, al de sus padres de origen y al de los adoptantes. Y eso sería fantástico y estaría bien si los padres adoptantes sintieran

que es así, pero el conflicto viene cuando los padres adoptivos no podemos ver a los padres de origen, los consideramos menos que nosotros o los juzgamos. Cuando me pongo en esa posición, también estoy criticando al hijo. En cambio, si les doy un lugar en mi corazón a sus papás y les agradezco por haberlo tenido, el hijo se siente agradecido y me respeta porque yo respeto a sus padres. Este conocimiento tiene que ver con el pensamiento y con la velocidad en que el pensamiento es percibido por el otro. Entonces, a veces hay familias donde los padres les dicen a los hijos “estoy contento porque tus papás te dieron la vida”, pero piensan “ellos lo abandonaron” y los juzgan; por lo tanto, lo que el niño percibe es esa dicotomía de los padres y no les cree. Y hay otra cosa que es muy importante: los hijos adoptivos siempre van a ser leales a su sistema de origen, aunque no hayan conocido a sus padres. Por ello, es un esfuerzo sin sentido querer que el hijo haga cosas para lo que no está dispuesto desde el amor; por ejemplo, sería desleal querer que el hijo sea Premio Nobel de Física si él viene de una familia donde los papás no han estudiado; es cargar al hijo con los deseos de los padres, no son los deseos del hijo y no corresponden con su sistema. Por lo tanto, cuando acepto ese sistema tal como es, con lo que pasó y con lo que no pudo ser, el hijo se siente grande y se da cuenta de que sus padres también son grandes, entonces se siente cómodo con sus padres adoptivos.

Al nacer recibimos proyecciones de nuestros padres, que en muchas ocasiones son las que recibieron de sus padres. ¿Cómo es posible librarse de estas proyecciones y poder tener un destino personal sin tener que cumplir con eso que te proyectaron al nacer?

Las proyecciones no solamente van en una dirección, también van para atrás. Nosotros también proyectamos en los padres: “me hubiera gustado tener tal padre”, “nacer en tal familia”, “tener una madre de tales características”. Desde el psicoanálisis

sis se sostiene que hay que hacer un duelo porque uno no tiene a los padres perfectos y, a su vez, los padres también tienen que hacer el duelo porque no tienen a los hijos perfectos que soñaron tener, tienen otros, quizá mejores que el sueño original. Ahora, los mandatos, los secretos no dichos, tienen un peso en el sistema. Por ejemplo, está el caso de una mujer que cuando les presenta el novio a los padres, la madre le dice que no le gusta el novio, que lo va a aceptar porque ella lo eligió, pero que desea que no tengan hijos, que no le dé un nieto de ese hombre, porque no lo va a querer. Y esta pareja, que hace 20 años está casada, no ha podido tener hijos. Cuando revisamos “los mandatos” y se dieron cuenta de lo que estaban respondiendo se pusieron tristes, ya que inconscientemente habían acatado las órdenes de la madre de ella, y no habían tenido hijos. Esto ocurre por amor, es un amor que Hellinger llama “amor ciego”. En el amor ciego, los padres por los hijos somos capaces de morir o de matar. También hay situaciones de parejas que quedan embarazadas sin estar casadas y por evitarles un “disgusto” a los padres de él o de ella abortan al niño, y eso es una ofrenda, un sacrificio del hijo, algo que es bíblico, es arcaico el sacrificio del hijo sin embargo, los hijos lo hacen por los padres. Entonces, los mandatos tienen consecuencias atroces en la vida de las personas.

Lo interesante es sentarse con los padres y revisar esos mandatos. En mi caso, cuando estudiaba constelaciones, una vez hice una lista de las cosas que yo sentía que hacía para pertenecer al sistema, luego me senté con mi madre a revisar esa lista, y ella se rió mucho porque cosas que estaban vigentes para mí, para ella estaban superadas, entonces creo que es muy bueno hablar con la gente grande del sistema de la familia, con los tíos, con los abuelos, con los padres, obviamente, y revisar de vez en cuando que cumplimos para ser amados, porque en el fondo todos queremos lo mismo: amarnos incondicionalmente como somos.

¿Qué es para ti una imagen sana?

Cuando una persona necesita constelar porque corporalmente siente que hay cosas que no están funcionando como le gustaría o como debiera, es invitado a mirar hacia adentro y encontrar una imagen que represente ese conflicto que tiene. Entonces, estamos en un taller donde la persona elige representantes para los miembros de su sistema o para el conflicto, y los ubica en el espacio; en ese momento transforma esa imagen interna que es atemporal en una imagen espacial y del aquí y ahora. Y esa imagen es una imagen de conflicto. La función de las constelaciones es transformar esa imagen en una imagen que llamamos sana, y para eso se aplican, a esa imagen de conflicto, los principios que rigen las constelaciones, que son muy simples: el principio de exclusión, el principio de equilibrio, el principio de pertenencia, el principio de temporalidad, el principio de prioridad en el tiempo. Entonces, de esa intervención y de esa aplicación de los principios se llega a una imagen sana, una imagen de orden, no es un orden militar, sino un orden relacionado con el alma, porque al ver esa imagen la persona se siente en paz. A eso llamamos imagen sana.

En Ancestrología se toman diferentes técnicas de distintos maestros. Partí de un trabajo de la psiquiatra Lola Hoffmann, en el año 1984, pero después me he dado cuenta de que todas las escuelas o formas de sanación familiar sistémica derivan más o menos de esa misma época. ¿Tú piensas que cuando hay una idea, o cuando alguien canaliza una idea de sanar, otras personas también sintonizan con eso en una misma época y se forman las diferentes escuelas? ¿Qué opinas de esto?

Yo también he pensado mucho en esto. Es como que en los 80, hay una resonancia mórfica sistémica, el mundo como sistema percibe que diferentes elementos de ese sistema están resonando

a la vez. Y creo que como lo definen tienen que ver con su propia experiencia personal. Por ejemplo, hablan de Ancestrología, de psicogenealogía, que son mucho más antiguas que las constelaciones; sin embargo, me consta que Hellinger no sabía que eso existía, porque se lo hemos preguntado. Ahora, me parece que en la evolución de la psicología, por supuesto que lo freudiano está siempre presente y eso no se puede negar; aunque miremos de un ámbito transpersonal, lo freudiano es fundante (fundamental, básico). Asimismo, todos los aportes de Jung han sido impresionantes, también hemos llegado a Grof con el inicio de la psicología transpersonal. Y aunque Hellinger dice que no pertenece a la psicología transpersonal, sí es transpersonal. Hay algo que tiene que ser el campo que lo define para que varias personas, en diferentes partes del mundo, perciban lo mismo y de la misma forma.

Ayer estaba leyendo una nota en un diario que decía que en Estados Unidos hicieron que un mono, a través de su pensamiento, encendiera una computadora. Y lo mostraron como una gran hazaña científica, afirmando que eso iba a ser muy bueno para aplicarlo en aquellas personas sin un miembro del cuerpo para poder moverse. Pero si estas personas fueran más humildes, se darían cuenta de que hay gente, como Lola, el propio Hellinger, los trabajos de Anne Ancelin Schutzenberger, por ejemplo. Si nosotros con el pensamiento dirigimos la vida de un hijo, y no solo de un hijo, que podemos decidir lo que van a hacer tres generaciones más tarde, nuestros bisnietos, no necesitarían hacer que un mono encienda un televisor, y eso pasa también porque hay compartimentos estancos en la ciencia.

Lo que tienen que hacer los científicos es mirar un poco más qué es lo que hacen los vecinos, no los vecinos científicos me refiero; de vez en cuando hay que salirse del foco para ver lo que hay alrededor, porque muchas veces vamos a encontrar que hay gente

maravillosa que hace cosas más espectaculares y más sanadoras, y en lugar de envidiarlos, podemos ver cómo le funciona y aplicar, confrontarlo.

Eso te quería preguntar, ¿tú como sanadora tomas de otras técnicas? Porque Lola decía que la sanación no podía ser una técnica exclusiva, sino inclusiva; que si uno ve algo bueno y que funciona en otro, por qué no tomarlo y aplicarlo.

Por ejemplo, yo me he formado en chamanismo y muchas veces utilizo, sin decir, cosas que vienen del chamanismo, pero esa es una información que ya tengo por esa formación, por esa experiencia. O, por ejemplo, mi abuelo era un hombre que se dedicaba a estudiar plantas, trabajaba como arborístico, por hobby. Mi abuelo me enseñó a hipnotizar pollos en un gallinero cuando tenía cinco años. Dejaba a los pollos hipnotizados y después las gallinas no podían poner huevos. Más tarde pude hipnotizar personas, pero él me enseñó. Era muy divertido estar con mi abuelo. Con él aprendí, cuando chica, para qué servía cada planta, aparentemente ese es un conocimiento que quedó en alguna parte, porque cuando necesito algo, cuando me duele algo, siempre sé qué planta usar. Y eso me parece fantástico. Más tarde estudié hipnosis, hice una formación en hipnosis ericksoniana y realmente la aplico, también aplico PNL. Ahora estoy estudiando memoria celular y me interesa mucho cómo funciona el tema de la renovación celular en relación a un trauma, porque yo sé que cuando tenemos un trauma y no lo solucionamos a través de las células, esa información sigue pasando en mi cuerpo a las células y puede terminar en una enfermedad.

A través de una constelación o a través de una respiración holotrópica, yo sé que las células que se van regenerando ya no tienen la información de ese trauma y la persona va hacia su sanación plena. Entonces, estoy estudiando bastante memoria celular en

este momento, estoy pasando por experiencias en memoria celular, me estoy sometiendo a la vivencia de la experiencia no solamente leyendo un libro, sino como paciente yendo a sesiones. He tomado sesiones de antigimnasia con una discípula de Thérèse Bertherat y es alucinante cómo el tema de las corazas energéticas que vemos en constelaciones también se puede trabajar a través de la antigimnasia con esta técnica, en sesiones que duran una hora, una hora y media, donde se liberan situaciones de años y años de sufrimiento. Entonces así exploro mucho y le cuento a otras personas mis exploraciones, para que también exploren y se pongan inquietas.

Entonces estás de acuerdo con que el conocimiento es inclusivo.

Totalmente, es inclusivo y debe ser compartido, porque el conocimiento que me guardo para mí no me hace crecer.

• Capítulo 2 •

El método

Corren mis lágrimas; un tibio y suave ambiente desvanece la rigidez de mi corazón; veo en lontananza todo cuanto poseí, y todo lo que huyó de mí se convierte en realidad.

FAUSTO

J. W. GOETHE

La sesión de Ancestrología

El ancestrologo no debe poner ninguna intención en la sesión, ni empujar la sanación hacia donde él piensa que debe ir; por el contrario -como decía Barry Stevens, “no empujes el río, este fluye solo”-, más bien hay que entregarse, porque lo más probable es que una intención pueda provocar una ansiedad de algo que el propio ancestrologo quiere ver en sí mismo. Es difícil abstraerse de la propia experiencia, por lo cual hay que tratar de no hacer el trabajo sobre la base de las propias proyecciones o carencias.

Una sesión de Ancestrología debe ser fluida y lo que acontece en ella siempre está bien; es lo que debe ser. Cuando Lola nos enseñó a trabajar en Ancestrología y en los sueños, nos decía que en el momento en que el cliente cuenta su asunto, uno debe olvidarse de todo lo aprendido, los conocimientos, del método y entrar en un “estado de entretiem po” y dejarse llevar por lo que va ocurriendo. Sin forzar nada. Al final, si es necesario, aplicar el conocimiento o el método, pero no anteponer estos a las necesidades del consultante. Aunque, como he explicado, la Ancestrología no se aplica en forma rígida, existen una serie de pasos a realizar.

Detectar el problema

El ancestrologo debe tener un contacto con el consultante a nivel profundo; por ello, el primer paso de la metodología consiste principalmente en escuchar al cliente. Según el contexto, a veces es bueno que el cliente cuente su historia para sanar, porque en ese contar ya va implícita su sanación. Otras veces no es necesario que cuente su historia porque si trabajamos dentro del campo cuántico o morfogenético, inspirado en la teoría del doctor Rupert Sheldrake, quedan en los fotones del campo los registros de su pasado; así, el ancestrologo y su cliente pueden ver en el campo o “temenos”, como lo llamaba Lola, más cosas que si el con-

sultante las hubiese puesto en palabras. Sí es importante saber a qué el consultante viene para poder evaluar el grado de compromiso; no es lo mismo que una persona venga por curiosidad que a sanarse.

A su vez, escuchar al cliente permite darse cuenta de cuál es el rol en que él se ha puesto frente al problema en cuestión; si ha tomado, por ejemplo, el papel de víctima o está en un lugar que no le corresponde para una solución adecuada. Otro ejemplo, cuando un consultante en su propuesta critica a sus padres, está tomando el rol de alguien mayor que ellos y se altera el orden familiar, el orden del amor familiar.

Distinguir el problema es el primer paso para enfocar el conflicto. Este es por parte del consultante un acto de coraje, de meterse aunque duela en las heridas, de tomar lo que va a encontrar y lo que va a recibir. Verbalizar la finalidad es importante: ¿para qué acudió el consultante a la sesión de Ancestrología? Al formular el objetivo, el consultante, ya está caminando hacia su meta. Por eso, el primer paso es escuchar al consultante y detectar cuál es su objetivo.

Una vez que se tiene la información necesaria, sea esta solo en tres palabras o la historia que el consultante expresa, el ancestrologo elige intuitivamente la forma de trabajo y se le da al cliente lo que necesita para ver su asunto y para resolverlo.

A veces basta poner a sus padres en el corazón y eso ya resuelve el asunto. Lola Hoffmann insistía mucho en partir con el movimiento básico de reconectar con las cualidades positivas de los padres. Muchas veces con ese movimiento simple ya se puede sanar.

Hacer el genograma

Un genograma (basado en el método de José Luis Contreras y Luis Cibanal) es un formato para representar gráficamente un árbol genealógico de al menos tres generaciones. En el genograma se registra información sobre los miembros de una familia y sus relaciones a través de una estructura que permite una mirada panorámica de patrones familiares complejos, y a la vez se conforma como una valiosa fuente para construir hipótesis que puedan explicar la conexión entre un problema y el contexto familiar y su evolución a través del tiempo.

El hecho de dibujar un genograma se puede convertir en una actividad para hacer en familia, con la que podemos aprender la historia de nuestros ancestros y descubrir el mensaje que puedan entregarnos los miembros de más edad del clan, con lo cual podemos estrechar más los lazos.

El genograma muestra tanto la estructura de una familia como las relaciones entre los miembros de la misma. Por ello, debe incluir por lo menos a tres generaciones de familiares, además de insertar sucesos nodales y críticos en la historia de la vida de los miembros de la familia. Las familias se repiten a sí mismas: lo que sucede en una generación a menudo se repetirá en la siguiente, y estas conductas seguirán así generación tras generación, tomando una variedad de formas, lo que se ha denominado como transmisión multigeneracional de pautas familiares. Por ello, se van dando modelos implícitos de funcionamiento familiar que continúan o se alternan de una generación a otra.

La información sobre la familia que aparece en el genograma puede interpretarse en forma horizontal a través del contexto familiar, y en forma vertical, a través de las generaciones. Luis Cibanal sostiene que existe un *flujo de ansiedad* en un sistema familiar que se da tanto a nivel vertical como horizontal. El *flujo de ansiedad vertical* proviene de modelos de funcionamiento transmitidos de una generación a otra a través del proceso denominado triángulo emocional.

El *flujo de ansiedad horizontal* deriva de las tensiones actuales que mantiene el clan a medida que avanza a través del tiempo, ya sea por cambios inevitables, desgracias y transiciones en el ciclo de vida familiar, que llevarán a que la familia experimente inevitablemente una disfunción. Además, las tensiones que se dan en el eje vertical podrán crear nuevos problemas, que sumados a las tensiones en el eje horizontal, repercutirán en el sistema.

Cibanal da como ejemplo que en el caso de una mujer que tiene asuntos sin resolver con su padre (ansiedad vertical), le costará solucionar las dificultades normales en la relación de pareja (ansiedad horizontal). Por lo tanto, el genograma ayuda a averiguar el flujo de ansiedad a través de las generaciones y del contexto familiar actual.

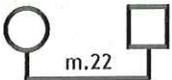
Al realizar el mapa o genograma se debe estar preparado para recibir mucha información o información parcial debido a olvidos o confusiones.

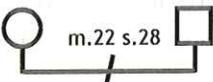
En el genograma se dibujan diversas *figuras* que representan a los miembros de la familia y *líneas* que describan sus relaciones. Para esto se mostrará a continuación la simbología utilizada para la construcción de los genogramas. (Los dibujos de la simbología fueron tomados del artículo del Dr. José Luis Contreras).

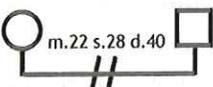
  Cada miembro de la familia se representa según su género; como un cuadrado si es mujer o un círculo, en el caso de un hombre.

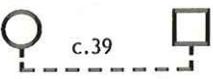
  El consultante se identifica con una línea doble.

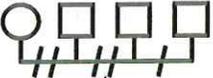
  A las personas muertas se les coloca un símbolo como una cruz o una estrella o lo que el consultante elija, indicando la edad al fallecer.

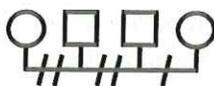
 Los matrimonios se representan a través de líneas que conectan a dichos miembros, con el esposo a la izquierda y la esposa a la derecha. Se escribe una letra "m" seguida por una fecha que indica cuando la pareja se casó. En caso de que no exista la posibilidad de confundirse de siglo, se indican solo los dos últimos dígitos del año.

 Las separaciones y divorcios se indican con líneas oblicuas: 1 diagonal para separación y 2 para un divorcio.

 Las parejas no casadas se señalan igual que las casadas, pero con una línea de puntos. La fecha importante es cuando se conocieron o empezaron a vivir juntos.

 Las parejas no casadas se señalan igual que las casadas, pero con una línea de puntos. La fecha importante es cuando se conocieron o empezaron a vivir juntos.

 Los matrimonios múltiples son más complejos de representar; la regla es que los matrimonios se indican de izquierda a derecha, con el más reciente al final. Por ejemplo, un hombre que tuvo tres esposas.



Esto no es posible de hacer cuando una de las esposas ha tenido un matrimonio anterior a su vez; en tal caso, se listan los matrimonios más recientes en el centro.



Embarazo



Muerte al nacer



Pérdida

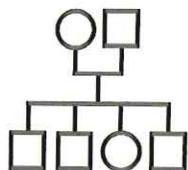


Aborto inducido

Se simbolizan embarazos, pérdidas, abortos y muertes al nacer.



Si una pareja tiene hijos, ellos cuelgan de la línea que conecta la pareja; los hijos se dibujan de izquierda a derecha, de mayor a menor.



El siguiente es un método alternativo para los hijos, usual en familias más numerosas.



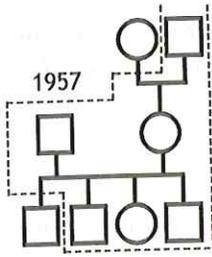
Los hijos adoptivos se simbolizan con una línea vertical segmentada. Cuando hay mellizos o gemelos, debe ser indicado.

Un nivel importante en la construcción del genograma está dado por el trazado de las relaciones entre los miembros de una familia.



Se utilizan distintos tipos de líneas para simbolizar los diferentes tipos de relaciones entre dos miembros de la familia, basados en la información proporcionada por los miembros de la familia y por observación directa.

Para determinar las relaciones entre dos miembros es conveniente entrevistar a uno o varios miembros de la familia, pues así se pueden comparar perspectivas y observar directamente las interacciones.



Cuando una familia vive en un mismo lugar, se señala con una línea punteada alrededor de los integrantes que comparten el espacio. Alrededor de esta línea se puede indicar el año desde el cual la familia está junta.

Información sobre la familia

Una vez que se ha trazado la estructura familiar podemos comenzar a agregar información sobre la familia:

- Información demográfica: se deben escribir edades, fechas de los nacimientos y muertes, ocupaciones y nivel cultural. Se pone en el interior de la simbología de cada integrante la edad.
- Información funcional: agregar datos sobre la salud física y emocional. La información recogida sobre cada persona se sitúa junto a su símbolo en el genograma.
- Información sobre sucesos familiares críticos: cambios de relaciones, migraciones, fracasos y éxitos. Estos dan un sentido de continuidad histórica de la familia. Los hechos críticos de la vida pueden ser registrados en el margen del genograma o en una hoja separada.

Interpretar el genograma

Composición del hogar

Observar la estructura del genograma permite analizar la composición de la familia; por ejemplo, si es una familia nuclear intacta, una familia con uno de los padres solamente, una familia que volvió a casarse, una familia de tres, etcétera.

Constelación fraterna

La posición de nacimiento en una familia marcará roles diferenciados entre el hijo mayor (responsable de continuar la tradición familiar), el hijo del medio (lucha por obtener un rol) o hijo menor (el pequeño del hogar, menos responsabilidad familiar), así como también si es hijo único, centro de atención de los padres. Se postula que cuanto mayor es la diferencia de edades, menor es la experiencia de hermanos, puesto que los hermanos con una diferencia de edad mayor de seis años son más hijos únicos que hermanos, ya que han pasado las etapas del desarrollo por separado.

Es importante la posición fraterna del consultante en relación con la configuración fraterna de sus padres porque a veces corresponde a una identificación entre los similares de configuración; por ejemplo, si la madre es la menor de los hermanos y el padre el hermano del medio, el hijo menor de ese matrimonio será el que se identifique con la madre.

El género será otro factor importante en la interpretación de un genograma. Por ejemplo, un hombre que tuvo solo hermanas podría tener mucha experiencia con las mujeres, pero muy poca con los varones, y viceversa. Estas experiencias con el sexo opuesto pueden afectar también la compatibilidad marital.

Es importante no tomar las hipótesis sobre la constelación fraterna en forma demasiado literal, ya que existen muchos otros factores que pueden modificar o moderar la influencia de la constelación fraterna. Sin

embargo, contar con el conocimiento de la constelación fraterna puede entregar algunas explicaciones sobre los roles de las personas dentro de su familia.

Repeticiones

Dado que las pautas familiares pueden transmitirse de generación en generación, se debe estudiar el genograma para descubrir conductas o destinos que se hayan ido repitiendo; por ejemplo: separaciones y/o divorcios, frecuencia en adoptar hijos, mujeres por línea paterna o materna solteras, hermanos de una familia que contraen matrimonio con hermanas de otra familia, reiteración en la elección de un tipo de profesión.

Un estilo particular de funcionamiento o de la forma de tratar un problema pasa de una generación a otra. Varias pautas sintomáticas, tales como alcoholismo, incesto, síntomas físicos, violencia y suicidio, tienden a repetirse de una generación a otra. Esta transmisión no necesariamente se da en la siguiente generación; por ejemplo, un padre alcohólico puede tener hijos abstemios y los hijos de estos pueden convertirse en alcohólicos. Otro ejemplo de repetición, a nivel de relaciones vinculares, se puede dar en una familia donde la madre y el hijo mayor en cada generación poseen un lazo especial, mientras que este hijo con el padre mantiene una relación conflictiva. A menudo, el problema que presenta la familia habrá ocurrido en generaciones previas.

También se pueden identificar pautas multigeneracionales de éxito o de fracaso. A veces sucede que una generación presenta una pauta de funcionamiento de éxito y la siguiente de un notable fracaso.

Al notar la repetición de pautas, el terapeuta podrá comprender mejor la adaptación actual de la familia a la situación y así sugerir intervenciones para sanar el proceso.

Sucesos de la vida y funcionamiento familiar

Un hecho en particular traumático para una familia es la muerte de un niño pequeño; a veces la muerte de un hijo hace que el hijo sobreviviente sea más “especial” para los padres.

Algunas coincidencias de hechos pueden comprenderse como “reacciones de aniversario”, es decir, los miembros de una familia reaccionan ante la fecha de aniversario de algún suceso crítico o traumático. Por ejemplo, una persona puede deprimirse en la misma época del año, alrededor de la fecha en que falleció uno de sus padres o un hermano, a pesar de que a menudo esa persona no realiza una conexión consciente.

Un acontecimiento *bueno* también puede tener un poderoso impacto sobre la familia; por ejemplo, la fama de un individuo puede tener profundas repercusiones para los otros miembros de la familia. A menudo, los hijos de la siguiente generación tienen un difícil legado.

Por otra parte, es importante relacionar los sucesos familiares que aparecen en el genograma con el contexto social, económico y político en el cual ocurren. Un acontecimiento que tiene gran impacto sobre una familia es la emigración. Una familia que emigra en medio de los años en que la madre se dedica a tener hijos puede tener dos grupos diferentes de hijos: aquellos que nacieron antes y los que nacen después de la emigración.

La importancia de dibujar el genograma radica en que ahí el consultante verá los nombres de sus ancestros, la vida de sus ancestros, y se dará cuenta de la conexión o la desconexión que hay con ellos. El genograma es un sistema vivo y cualquier parte de él que esté desconectado o enfermo es importante sanarlo, ya que ese lugar desconectado o enfermo tiende a ser compensado por el sistema en la vida de cualquier integrante del clan que esté receptivo para tomar el lugar de la situación excluida o enferma; el sistema compensa ciegamente para que pueda seguir siendo un sistema completo.

Según mi hijo Esteban Engel, doctor en bioquímica, “para estudiar los genes desde el área científica, ya sea en cuanto a la evolución o la herencia, se utilizan estructuras similares al genograma, es decir, se hacen agrupaciones en forma de árbol para ver la herencia. Por ejemplo, Mendel usó en sus estudios una estructura similar a un árbol, donde se

colocan los genes de un clan para ver cuáles son los genes dominantes y cuáles son los genes recesivos, estructura similar al genograma que se utiliza en Ancestrología, en el cual también se colocan las personas que componen la familia, a una escala más microscópica”.

El genograma abreviado

El genograma puede ser realizado en forma más sencilla por medio de cuatro líneas horizontales. Yo siempre les digo a mis alumnos que el genograma abreviado es como un condominio de aproximadamente cinco pisos, en el cual cada integrante de la familia tiene un departamento. En el primer piso se pone a la persona con sus hermanos, según el orden de nacimiento, de mayor a menor, con el mismo espacio para todos, ya que todos tienen derecho a vivir allí. Van de mayor a menor todos los hermanos, ya sean medios hermanos o adoptados; todos tienen el mismo lugar, estén vivos o muertos.

En el segundo nivel, en el centro van los padres y al costado los hermanos de estos (nuestros tíos). Si alguno de los padres ha tenido otras parejas, deben ser incluidas en el casillero correspondiente. En el tercer nivel se pone a los abuelos. En el cuarto nivel se pone a los bisabuelos. Toda información que se tenga se simboliza y en caso de no saber el nombre de los familiares, se pone un signo de interrogación. En el quinto nivel se anota el propósito de la consulta.

El genograma puede hacerse de variadas formas, en una sencilla cartulina o se puede elaborar más, utilizando distintas manifestaciones de arte, con todos los datos o con algunos; lo importante es hacerlo para poder guiarse en ese mapa de reconciliación con la historia que nos tocó vivir. Sentarse frente al mapa con los nombres de nuestros ancestros es un acto potente y reparador; por lo mismo, Rupert Sheldrake afirma que la memoria empieza a activarse por el efecto cuántico y se manifiestan asuntos que el consultante no sabía o tenía bloqueados en su información.

Cuando el consultante mira su genograma, ve fechas, nombres, sucesos, asuntos que están ahí y se constituye el primer acercamiento, ya que el hecho de ver todos esos nombres escritos produce un efecto inmediato.

Entra en una especie de trance y empieza a contar lo que ve y su historia. En ese momento, el ancestrólogo debe prestar especial atención a la persona, hacer preguntas de lo que se ve y de las sensaciones, la historia de las fotos.

Lola Hoffmann afirmaba que en esta parte del trabajo la persona se da cuenta de la sucesión de milagros que debieron ocurrir para estar vivo, lo que cada antepasado hizo en el pasado para que el cliente esté ahora sentado frente a ese mapa. Van apareciendo escenas del pasado que estaban “olvidadas” o bloqueadas por la memoria o que estaban incrustadas en el cuerpo del dolor y no dejaban al cliente avanzar en la vida, produciendo traumas.

Recuerdo el día en que murió Lola Hoffmann. La visité en la mañana y me dijo que ahora su familia, su vida, se estaba armando en el inconsciente como un álbum de fotos, como un collar de perlas en el que se van entrelazando en forma perfecta las imágenes del pasado, pero esta vez las emociones son desde el amor, desde la gratitud. Ella me manifestó que estaba armando una a una las piezas de su rompecabezas y que le faltaban pocas para terminarlo.

Lola insistía mucho en los mapas, y el genograma es en un mapa donde podemos guiarnos en la historia de nuestra familia; el proceso de ver los nombres escritos en el genograma y de jugar con esos espacios permite que las personas vayan encontrándose con esta impresionante y reveladora historia. El arte juega acá un papel muy importante y hacer un árbol familiar es una tarea creativa y se pueden hacer collages con símbolos, colores o fotos, que terminan siendo arte. Se sacan fotocopias de fotografías de las personas del árbol y se pintan, se hace un decoupage con símbolos, colores y formas y se configuran verdaderos arcanos del tarot o como escenas de un sueño que pueden ser interpretadas. Estos trabajos con imágenes producen una mejoría a nivel del inconsciente, pues al ver los momentos dolorosos del pasado, siendo reinventados u observados desde la madurez, desde la paz, se reconforta el alma herida.

Por ejemplo, tomé una foto de mis padres de un momento muy doloroso después de una pelea. En esa imagen se veía el dolor de lo que había acontecido; la saqué de contexto en forma digital y la aislé del escenario en que estaba. Por unos diez minutos envié Reiki a la situación, hice oraciones y mencioné frases sanadoras de la terapia hawaiana Hooponopo-

no, les dije: “lo siento, por favor, gracias, los amo”. Repetí muchas veces esas frases del Hooponopono mirando la foto y enviando esa energía curativa a través del tiempo y la distancia para sanar y borrar la memoria del dolor del pasado. Luego, la pegué digitalmente sobre un fondo de nubes y sus rostros cambiaron, se pusieron radiantes, hermosos, y la envié por e-mail a la familia. Todos respondieron “que bella foto, se ve que estaban felices y que fue sacada en un momento en que lo estaban pasando maravillosamente bien”. Sentí que había sanado al cambiar ese momento de dolor por una situación de luz, amor y aceptación.

Otro ejemplo lo da Paula Calvo quien trabaja la Ancestrología en forma de *decoupage* y hace verdaderos libros de cuentos con las fotos. Paula dice:

“Yo recomiendo a las personas que hagan un álbum de fotos inspirándose en sus ancestros. Lo primero que hice fue pensar desde quién cuento la historia de este álbum; entonces, sencillamente me puse a recolectar fotos y pegar cosas, decoupage. Empecé a hacer un paisaje con una niñita; me acordé cuando era chica, y comencé a contar un cuento. ¿Y qué cuento conté? Conté el cuento de mi propia vida. Pero mi propia vida se inicia antes que yo, eso es lo que más me gustó. Siempre me agradó contar cuentos, entonces me empecé a contar este cuento, pero como soy muy mala para escribir tuve que encontrar unos recortes y fui poniendo las fotos y así fue como me fui contando el cuento de mis orígenes con la Ancestrología. Yo recomiendo a la gente que busque recortes de sus abuelos, de sus padres, que haga una composición como si fuera un cuadro con eso. Es lo que yo hago. Y después, otro día, la miro y voy viendo relaciones entre las personas, descubriendo conflictos. Es común sentir que se van desatando unos nudos y voy leyendo, como cuando leo el tarot, parecido”.

Cuando se integran la víctima con el victimario se acaba el conflicto. Mientras se le odia o se le excluye hay deseos de justicia o de venganza, y los que son víctimas terminan siendo victimarios. Solo una actitud de amor, de integración, ayuda a sanar, porque detrás de un abusador hay

una madre, hay una historia, que debe ser integrada a la historia de la víctima.

Elena, una mujer de 45 años, viene a la consulta porque fue abusada por su padrastro. Ella vive en Arizona, Estados Unidos, pero está pasando un tiempo en Chile por la muerte de su madre; entonces se encuentra con su padrastro, quien abusó de ella en la infancia. Presa del dolor que despierta su memoria, llega a la consulta. Al trabajar con “palitos” (objetos que se usan en la consulta privada y que reemplazan a los representantes de un taller) logramos que Elena vea al perpetrador desde la visión de una mujer adulta y no lo siga mirando desde la niña abusada; luego se trabaja con un collage *decoupage*, con la foto de ese padrastro y se le da un lugar integrándolo a la vida de Elena. Ella escribe en un corazón rojo: “He cargado este dolor sola, ahora me doy cuenta de que lo he llevado también por ti y te entrego lo que te corresponde”. Elena llora y logra integrar ese episodio como parte de su vida, sin excluirlo ni bloquearlo. Así, el inconsciente reemplaza esa escena tan fuerte del abuso y logra solucionar el odio entre víctima y perpetrador, porque la justicia y la venganza no llevan a un buen término ni dan solución al alma, y la cadena de dolor sigue pendiente en la familia. Cuando alguien soluciona el asunto, este se termina y no se hereda a las generaciones que siguen.

Le sugiero a Elena que en unos días más cargue una mochila con piedras pesadas por unas cuadas de distancia, como un acto psicopóético para sentir físicamente el peso del pasado que ya no sigue cargando en su destino. Elena ha deshecho una actitud neurorrígida que no le permitía abrirse hacia la neuroplasticidad o el cambio. Ahora le es posible ver con otros ojos.

Neurorrigidez y neuroplasticidad son términos del doctor Joe Dispenza. La neurorrigidez significa pensar dentro de lo establecido, repetir mediante el proceso inconsciente de los mismos pensamientos en diferentes interacciones con el entorno. Esto hace que el cerebro repita los mismos patrones y combinaciones. Y neuroplasticidad es la habilidad de nuestro cerebro para cambiar las conexiones sinápticas mediante el archivo de experiencias y nueva información del cerebro; podemos actuar sobre nuestra genética, dominar las circunstancias que nos aprisionan y trabajar activamente, con voluntad y responsabilidad personal, para

lograr aquello que deseamos y lograr un cambio concreto en nuestras vidas, mientras que la plasticidad nos permite desarrollar nuestras acciones y modificar nuestros comportamientos para mejorar nuestra vida.

En la medida en que me quedo rígido en la historia de dolor del pasado y repito, no hay creatividad, pero si vuelvo a mirar mi historia y decido crear algo nuevo con todo esto, se produce la neuroplasticidad.

Por ello, recomiendo tomar todos estos dolores de nuestro árbol, todas las tragedias, las enfermedades, las historias de abuso y hacer cambios frente a las emociones que siempre sentí para tener una actitud más sana. Y al hacer esto se logran nuevas emociones que se llaman sanadoras, positivas y que al final devuelven la paz al individuo; de esta forma no tendrá que repetir esos dolores. Uno puede decir “tomo esto de mi pasado, lo acomodo en mi corazón y con todo esto voy a ser feliz”.

Los vacíos

Parte del sistema de sanación es ir viendo lo que sabes y lo que no sabes, porque cuando haces tu mapa te das cuenta de aquellos espacios que están vacíos o de los espacios muy llenos. Muchas veces se da el caso de que un lado de la familia pesa más que el otro. De esta forma se puede ir observando los vacíos, viendo las ausencias, los excluidos. Si los excluidos no están o no se sabe de ellos, puedes recurrir a una configuración sistémica donde aparecerán secretos, cosas no dichas que se pueden ver. Esta configuración sistémica trabaja con imágenes, son representantes de las personas y sienten como las personas representadas.

Esos momentos son de una intensa emoción tanto en el consultante como en el ancestrólogo; son momentos sublimes de apertura del corazón. Hay llantos de emoción, reconciliación y de dolor en el campo cuántico en el que es posible resolver los asuntos, como si fueran sucediendo otra vez en el presente.

En los cuentos de Borges se plantea que el tiempo es circular y que se puede vivir en tiempos paralelos, y es así como ocurre esta sanación con los excluidos. Una vez puestos y reconocidos en el campo mórfico, se les dice frases de reconciliación inspiradas en las constelaciones familiares de Hellinger.

“No sé quiénes son ustedes, no los conozco y no sé los motivos que tuvo la familia para dejarlos excluidos, pero ahora los veo y los tomo y los honro y les voy a dar un lugar en mi corazón”.

A través de la física cuántica, esos excluidos están escuchando. Al momento de decirles que tienen un lugar, ellos también te dan el lugar en su corazón y agradecen ser incorporados al sistema.

En el caso de mi clan, mi papá nunca me dijo los nombres de su familia desaparecida en el Holocausto; era un hecho tan doloroso que no podía hablar de ello. Después de la constelación familiar que hice con ellos, sé que tuve primos que fallecieron a los seis meses, otros a los cinco años, así como tías que murieron a los 20, 30 años; que para mí, desde la mirada de niño, eran todos viejos, pero ahora que tengo 59 años son todos menores y los he puesto en mi alma, les he dado un lugar en la historia y sobre todo en el corazón.

El integrar a los excluidos de mi clan me ha dado un arraigo en la vida que nunca antes tuve.

Limpiezas chamánicas

Hay veces que acompaño el final de una Ancestrología con un sesión de tambor sobre el consultante. Esto puede ayudar a fijar sus emociones y abrir sus chakras para que la energía sanadora entre en el corazón.

En otras ocasiones hago una limpieza de aura con plumas de águila y cóndor, ya que en la tradición chamánica estas ayudan a sacar lo que no sirve. Se agitan las plumas en el aire para que los espíritus del cóndor y del águila se lleven lo que ya el consultante no necesita, sus imágenes antiguas y enfermas.

Una aspersion en el cuerpo áurico con agua florida ayuda a silenciar la mente, ya que estos rituales dejan al consultante fuera de los parámetros y así se desestructura cualquier intento de racionalizar la sesión.

Esencias florales

En ocasiones receto algunas esencias como la de Joshua Tree para cortar el apego a patrones de conducta establecidos por la familia o grupo. Es muy útil cuando no se ha tenido suficiente fuerza para la neuroplasticidad y el consultante queda atrapado en las viejas redes neuronales que lo hacen sufrir.

El destino tal cual nos tocó se puede vivir desde varias emociones; cuando hay rigidez, esta esencia es buena para ayudar a mirar lo sano.

Esta esencia es de un cactus cuya flor se abre por la noche y está relacionada con la Luna, por lo tanto, tiene un poderoso vínculo con las fuerzas del nacimiento y de la herencia. Sirve cuando hay una influencia muy fuerte de lo genético, con patrones como alcoholismo, violencia u otras influencias sucesivas. Permite quebrar patrones disfuncionales que operan inconscientemente, permitiendo libertad y creatividad.

Hay un excelente artículo en Internet sobre flores y los trabajos de Constelaciones Familiares del Instituto Bach de Buenos Aires. Recomiendo siempre a los terapeutas florales estudiar Ancestrología en cualquiera de sus formas, ya que el patrón de la familia y los remedios florales están muy ligados.

En un taller de Ancestrología, una terapeuta foral hizo su genograma y dio un nombre de esencia para cada ancestro y preparó entonces un remedio floral para abrir el corazón a la familia.

Honrar a los ancestros

Es necesario honrar, agradecer y no implicarse en el destino de los ancestros, sobre todo en destinos trágicos. Agradecer la vida que nos dieron y ser feliz en nombre de los antepasados.

Ellos responderán: “Gracias por honrarnos, pero no te impliques en nuestros destinos y sé feliz, porque todo esto tuvimos que hacerlo. Si nosotros no fuimos felices, no te quedes anclado en eso. En la medida en que tú seas feliz, nosotros también lo seremos”.

Solo queda agradecer por la vida, pues todo lo que llegó a nosotros proviene de ellos, tomar lo que nos dieron y ser feliz con eso. Ni hay que pedir perdón, solo decir gracias.

Celebrar

Este encuentro con nuestros ancestros debe culminarse con un ritual de celebración y respeto de la historia, al mirar hacia atrás y ver todo sin juzgar, sin omitir detalles, sino tomar, agradecer y bailar. Sin culpas. El fin último es uno mismo. El resumen es uno mismo, sanarse uno mismo.

Tiempo de callar

Todos estos movimientos que se producen a nivel del alma deben traspasarse al cuerpo, que el cuerpo asimile la reparación de los vínculos rotos, dejar que se lleven a cabo las nuevas sinapsis. Por esta razón, no se cuenta nada de lo que pasó en la sesión hasta 90 días después.

Otras herramientas

El Antropograma

Antropograma es un mapa creado por Lola Hoffmann. *Antropo*, proveniente del griego (es lo relativo al ser humano o a lo humano), significa primer elemento de compuestos y *Gramma*, también del griego, se traduce literalmente como letra, pero en su concepto se puede interpretar como texto o descripción, por lo cual antropograma es una descripción o un mapa del individuo o de la persona. Así como cuando quieres ir a un lugar y buscas un mapa para saber cómo llegar, cuando te buscas a ti mismo debes tener un mapa de cómo llegar, y eso se hace con la impronta de tus ancestros.

Una característica propia del ser humano es la búsqueda de un sentido trascendente de la vida. El hecho de dibujar mapas tiene como finalidad orientarse y comprender la Creación. El antropograma, por ende, es un mapa simbólico esencial para acercarse al alma, que integra distintas religiones, tradiciones espirituales y diferentes cosmogonías, que al ser proyectadas sobre él, dan cuenta de la universalidad del numen.

El antropograma tiene la particularidad de mostrar dos mundos: *el mundo de lo profano y el mundo de lo trascendente*.

Mirada la Ancestrología con este mapa se puede ver cómo trascender en las distintas relaciones a un mundo más sano y más trabajado, donde cada uno se hace cargo de sus errores, sin juzgar a los demás, sino que el individuo se hace cargo de sí mismo.

El antropograma, a través de textos e imágenes, nos acerca a la psique del ser humano en una estructura dinámica y atemporal. Para vivir el propio camino es necesario tener una meta y orientarse hacia ella, el antropograma señala el camino que conduce a esa meta que corresponde a un orden universal, a la ley eterna, al sentido del ser. Es un gráfico que revela la entrada al mundo interno, un mapa que une el cielo y la tierra a través del camino del dharma, un mapa donde es posible inscribir el proceso de individuación de Jung, mediante el cual se llega a ser un individuo psicológico, una unidad indivisible. En forma gráfica están representadas la sombra y el ánimos, el ánima, la persona y el sí mismo. El antropograma es una partitura sobre la cual se puede proyectar la propia melodía. La partitura no es la música, pero sin partitura no hay música. La totalidad del proceso se integra en la mente y luego se comunica.

Terapia de contención: un abrazo sanador

Otra técnica potente que conocí para reparar los vínculos rotos es el *abrazo de contención*. Es una técnica de la psicóloga checa Jirina Prekop, que consiste en que madre o padre e hijo se abrazan para renovar el vínculo y así sanar, de modo que el hijo puede volver a confiar en sus padres y tomar ese amor. Y una vez que ese amor se sana, esos padres pueden a su vez sanar el vínculo con sus propios padres. Esto ocurre

porque generalmente uno repite lo que ve, y en la medida en que los vínculos están rotos hacia atrás, cuesta mucho tomar a los hijos de las nuevas generaciones. Por lo tanto, es una cadena: lo que le sucedió a tu bisabuelo, tu abuelo lo repite, lo repite tu padre y lo repites tú. Lo mismo sucede en el caso de las mujeres: cuando una madre no ha podido respetar a su hija, o una hija no ha podido respetar a su madre, el vínculo está dañado y eso produce un trauma. Sin embargo, al retomar el vínculo, al curarlo, se sana hacia atrás y hacia adelante, el árbol florece y sus flores son hermosas.

Asistí a un módulo del taller de formación de terapia de contención con Laura Rincón Gallardo. Fue muy interesante darme cuenta de que el vínculo madre hija-madre hijo es básico para el desarrollo de todas las potencialidades del ser humano. En este primer módulo que estudiamos, hicimos esta vinculación muy potente del abrazo. Y es en este abrazo cuando se vuelve al momento del parto, donde la madre te abraza, te aprieta, te sostiene y te dice: “Esta vez te quedarás conmigo, este abrazo va a perdurar en el tiempo y en tu memoria”, lo que permite hacer una renovación a nivel inconsciente del ADN, de la memoria celular, gracias al cual el vínculo se restaura, el trauma se aplaca y se sana.

Una cosa que aprendí y me ha servido mucho de esta disciplina Prekop es que en ciertas situaciones complejas, como cuando un niño tiene una pataleta o se siente frustrado por algo, si la madre lo toma y lo abraza ese niño se relaja y descansa; en cambio, si a ese niño se lo castiga, se lo riñe y se lo aísla, no ocurre la sanación porque rompe el vínculo. Cuando el niño ve que su madre lo toma, lo abraza, lo sostiene, se produce en el hijo un relajo, porque vuelve a esa seguridad. Respecto a esto, nunca olvido una hermosa canción de cuna galesa, “Suo Gan”, pues ahí se explica esto. En los brazos de la madre uno está a salvo porque es el primer lugar donde estuvo en la vida y ahí estás a salvo de todo. Por ello, cuando tengas una pena infinita o sientas una gran frustración, ve a lo de tu mamá y abrázala, que ella te tome en su regazo y te pongas en su regazo, te sujete y sientas su corazón. Recuerdo la letra de esa canción de cuna que dice:

*Duerme mi bebé, en mi pecho,
son los brazos de una madre rodeándote.
Hazte un nido cómodo, caluroso
siente mi amor siempre nuevo.
El daño no te encontrará en el sueño,
la herida siempre te pasará.
Niño querido, siempre guardarás,
en sueño tranquilo, el pecho de tu madre cerca.*

Un niño amado siempre queda en tu memoria, por eso esta imagen del amor de una madre o padre es muy potente, ya que es un lazo tan sanador que siempre les recomiendo a mis alumnos que vuelvan a ese vínculo. Si no tienen a sus padres vivos o cerca, háganlo igual; pídanle a una persona que represente a su madre o padre, y tómenla, abrácenla y pongan la oreja en su pecho para escuchar el corazón, abrazar y sentirse pequeños.

La música, tónico del alma

La música es un bálsamo sanador muy trascendente que permite sanar la memoria celular. Al escuchar la música se pueden evocar momentos felices de la infancia, de la adolescencia y dejarse llevar por la emoción que producen. En la medida en que escuchamos la melodía, vamos limpiando la memoria cerebral del pasado y dejamos que esas evocaciones se limpien, se purifiquen, se aclaren y que solamente quede espacio para el amor y la trascendencia.

A través de la melodía vamos conectando con el corazón y podemos repetir el Hoponopono, sanación hawaiana, y decirle al pasado “lo siento, perdóname por favor, gracias, te amo”, ya que son palabras que van limpiando y en el cerebro se van construyendo nuevas redes neuronales para poder vivir los acontecimientos desde ese plano, sin implicancia, sin culpas, en confianza de que el destino que nos tocó está bien y decirle sí, gracias, te amo. De esta manera se puede decir sí a la vida.

- El *Concierto para piano n° 5* de Beethoven, en el movimiento n° 2, tiene el poder de evocar, limpiar y sanar las memorias celulares del pasado, conectar con lo trascendente; por lo tanto, nuestra memoria celular familiar, nuestro inconsciente familiar, se impregna de esta melodía y va sanando. Va curando la historia que nos tocó vivir.
- Con *Réquiem* de Mozart nos conectamos con aquella parte de nuestra historia que duele. Dejamos que la emoción aflore y vamos revisando, como en un libro, las escenas dolorosas, para poder ver cómo esos dolores también han sido un horno, un crisol, donde hemos forjado nuestro espíritu.
- Con el *Réquiem lacrimosa* de Mozart podemos conectarnos a momentos de trauma, de dolor, en los que nosotros o uno de nuestros ancestros hemos sido víctimas de una pena, de una tragedia, de una muerte violenta. A medida que escuchamos la melodía, nuestra emoción se intensifica y nos reconectamos a ese instante del trauma, lo envolvemos en amor, en energía dulce y poderosa. Podemos hacer Reiki, energía universal, imponer las manos, celebrar que ese dolor ya ha sucedido y que hoy en día esa emoción la tenemos acomodada en el corazón. Agradecemos y honramos ese dolor, y de esta forma no nos convertimos en seres con deseos de venganza. El poder del *Réquiem lacrimosa* es trascender para que desde hoy podamos liberar las emociones que permanecieron atrapadas en el dolor.

Al terminar se sugiere hacer una honra a nuestros ancestros y decirles: “La vida que pasó por ustedes y llegó a mí la voy a celebrar para que ustedes también se sanen, para que esos episodios fuertes y dramáticos de nuestra existencia puedan también ser liberados a través de la alegría y de nuevas experiencias que este árbol, este inconsciente familiar, va viviendo a través de nosotros”.

Después de esto se recomienda escuchar el *Concierto para piano n° 21* de Mozart y poder elevar los pensamientos más allá de ese dolor, tomar todo lo bueno de la vida y hacer la alquimia de que el dolor y la alegría también se abracen. Agradecer la salud, el trabajo, el dinero y todo lo que somos gracias a las vidas de los que estuvieron antes que nosotros. Pensar en sus nombres, en lo que significan, en lo que fueron sus vidas, y agradecer, agradecer, agradecer toda esa fuerza, esa energía del inconsciente familiar que llega de atrás para transformarse en entusiasmo, en nuevos planes, en creatividad, en amor por la vida, por las generaciones que vienen y así entregar esta energía, aunque haya venido de un trauma. Ahora se puede transformar también en alegría, en danza y sobre todo en arte y creatividad.

- Con el aria “La reina de la noche” de *La flauta mágica* de Mozart vamos conectándonos con el poder de la madre, que tiene un poder inmenso sobre nosotros porque nos dio la vida. Y aunque esa madre sea de la noche, de la oscuridad, en esa oscuridad tiene algo que enseñarnos. Los momentos de tinieblas que vivimos con la mujer que nos dio la vida son momentos de tremenda sabiduría, porque poder ver el mal en los ojos de la mujer que te dio la vida y poder decirle “te amo” es la experiencia más poderosa que me ha tocado vivir. Cuando la madre muestra su lado oscuro y tú puedes tomar la vida a través de eso y agradecerla, es una experiencia sublime.

Tuve muchos momentos fuertes con mi mamá, intensos, en que sentí que ella no me amaba, que me juzgaba muy duro, pero en el fondo era mi incapacidad de tomarla a ella como un ser humano, como una persona dañada también. Pero ante todo era mi madre y no importa si es su lado oscuro o su lado luminoso el que me habla. Esta aria sirve para conectar con esos momentos tan intensos en que uno debe tomar la madre a través de la noche, de la oscuridad, de la sombra, como la Madre Kali.

- A través de la melodía de *Canon* en re mayor de Pachelbel vamos recorriendo cada parte de nuestro cuerpo, como un escáner de la memoria celular que habita ahí para poder curar y sanar todos los órganos, dejando que la emoción se exprese sin retener ni bloquear.
- Recomiendo *Laudate dominum* de Mozart. Cuando hay una mala relación con los padres, uno suele olvidar los momentos felices que vivió con ellos en la infancia. Con esta música se restaura la conexión con esos momentos felices y esa sensación de protección y de calor en algunos momentos de la infancia que se bloquean por la rabia o por estar implicados negativamente con ellos.
- Libestod, de *Tristán e Isolda*, Wagner (final). Esta melodía es una de las sanaciones más poderosas que conozco en la música. Recomiendo escucharla al menos dos veces. Podemos ver en una imaginación los rostros de los muertos queridos resplandecientes en luz, en gloria y trascendente vida; la muerte es un reino que convive con nosotros tras un delgado velo y es desde ese mundo que los ancestros nos dan la fuerza para la vida y seguir.

EL CUADERNO DE TRABAJO

Álbum de fotos contando la historia familiar

En un cuaderno grande se puede hacer un bello álbum de fotos con la historia familiar. Se pueden pegar las fotos ordenadas en forma cronológica para construir esta historia en un álbum creativo, seleccionando imágenes de todos los ancestros, a través de símbolos, con las casas en que las familias han vivido. Los hechos más importantes, los matrimonios, la primera comunión, los ritos familiares, como un legado para las generaciones que vienen.

A través de esta historia se irán plasmando los recuerdos de las fiestas, los hogares, la juventud y la vejez para que toda la familia se integre y todos se sientan representados en estas fotos.

Es muy importante este ejercicio creativo con fotos. Este álbum se convertirá en un libro que narra la historia familiar, que proyecta la esencia de la familia. Se puede dar como un buen regalo de Navidad, o bien se fotocopia y se les entrega a cada integrante del clan.

El libro de cocina familiar

Las comidas, las cenas y las recetas son instancias para reunir toda la tradición de la familia. Es bueno que el clan se junte a recordar aquellos días de los almuerzos, lo que se comía en la casa, los platos típicos de la abuela, los postres, y así poner todas las recetas culinarias junto a las fotos de esos momentos en que se preparaban esas comidas.

Inclusive, en el caso de que los más viejos del clan estén vivos, se pueden realizar videos con la receta de cocina, donde se enseñe a preparar cada plato. Mi hijo Kabir hizo videos con mi mamá, donde ella explicaba cómo preparar algunas de sus recetas; también creamos un blog donde se pueden encontrar las recetas de todas las ramas de la familia, aquellas recetas especiales de cada uno, además de mencionar los rincones de la tierra donde venían los integrantes del clan.

Este libro de recetas puede ser un hermoso regalo para las generaciones que vienen, porque ahí encontrarán no solo las comidas típicas de la familia y su preparación, sino también se puede dar cuenta de la historia familiar escribiendo las impresiones de lo que uno sentía cuando comía tal plato o quién ayudaba a servir, lo que se conversaba en los almuerzos, la loza que tenía cada uno, los manteles que cubrían la mesa, así como igualmente se puede incluir a las nanas, ya que ellas también han hecho cosas buenas por el sistema. La comida es una forma de entregar amor, de recordar, de integrar y de amar el clan.

Reuniones familiares

Es muy sanador hacer reuniones familiares, donde cada persona vaya narrando la historia de la familia, donde cada uno vaya aportando las fotos que tiene, las experiencias que ha vivido. De esta forma, cada integrante de la familia se puede dar cuenta de que lo que una persona vivió, el otro lo vivió de otro modo, y así se van reuniendo los distintos puntos de vista para poder acomodar el destino de la familia en el corazón. Todas estas reuniones se pueden grabar o escribir, inclusive pueden dar origen a un libro de la historia de la familia.

El escudo familiar

El escudo familiar es un ejercicio muy bonito y potente, que tiene como objetivo instalar los símbolos de la familia. Sobre una cartulina se diseña y confecciona un escudo, similar al de las familias antiguas. Se puede hacer en grupo, creando un símbolo que represente a la familia, ya sea por el apellido o por alguna característica especial; por ejemplo, en mi familia por el apellido Engel puedo poner un ángel y crearlo imitando un escudo de la heráldica.

El escudo diseñado se puede dividir en cuatro, y en cada parte poner cuatro símbolos diferentes, palabras importantes, frases que los padres acostumbraban a decir, fotografías, colores que simbolicen la particularidad de la familia, símbolos, elementos significativos de la familia.

El escudo tiene gran utilidad. Al mirar el escudo, al observar detalladamente este trabajo creativo, es posible entender la esencia que esa familia transmitió. Lo que la familia representa quedará grabado como un estandarte, una bandera, la herencia de la familia.

Así como el cuaderno o el libro de recetas, el escudo se puede fotocopiar o hacer con él un bello cuadro para entregarlo al resto de la familia.

Ritos de reconocimiento

Cuando hay una pérdida de un familiar o un aborto, se puede hacer un ritual especial en el lugar donde uno vive, una ceremonia similar a un entierro de ese hijo que no nació y destinar un lugar donde uno pueda honrarlo, inclinarse ante él, decirle que pertenece a la familia, que no está excluido, que no está olvidado. Se puede adornar con algo bonito; por ejemplo, perdí mi primer hijo antes de nacer, él tiene un lugar hermoso en la casa, elegí en mi jardín un lugar bello y puse ahí un Buda durmiente, y cuando paso por ese lugar me inclino, y le digo que tiene un lugar en la vida, que es el mayor, que mis otros hijos también lo honran, que es parte importante de la familia.

También es posible construir un lugar para las personas que están desaparecidas, para las personas que han tenido una muerte trágica, ya sea en una guerra, un exterminio por asuntos políticos, por genocidio, a todos aquellos a quienes no se ha vuelto a ver. De esta forma se les da un lugar a los muertos, un lugar de ceremonia.

Ofrendas

Con Gloria Liberman aprendí a hacer ofrendas a los ancestros inspiradas en el chamanismo africano. Ella me enseñó a hacer *capulanas*, pintando un género con símbolos de la familia, flores, se pueden utilizar colores especiales, pintar símbolos del mar si la familia proviene del mar, símbolos de la montaña si vienen de allí, de modo que esta capulana se transforme en una capa de poder, un manto protector.

En la capulana se pueden inscribir los nombres de los ancestros como una ofrenda hacia ellos, un regalo que constituye una forma de honrarlos. Cuando la capulana está terminada, se consagra a los ancestros; te puedes envolver con ella, con esa energía de los ancestros como un símbolo protector, o la puedes regalar a algún miembro de la familia para que la tenga como un objeto de poder. Esto de la capulana es solo una forma; cada uno puede crear su forma libre de hacer un regalo para los ancestros.

El altar de los antepasados

También es un lugar de poder dentro de la casa donde las personas pueden reunirse en familia, y hacer algo como colocar flores y regalos. Una forma de honrar a los ancestros es armar el altar familiar entre todos, por ejemplo, en ocasiones especiales como el Año Nuevo.

En mi familia se acostumbra a honrar a los que ya no están en esta fecha, entonces, en la misma mesa de Año Nuevo se colocan fotos, objetos de ellos, se les hacen ofrendas, regalos, se los honra para tenerlos presentes, para bendecir la historia familiar y de esta forma todo el clan toma la energía que proviene de ellos.

• Capítulo 3 •

La Ancestrología

En nuestro cuerpo físico mismo están presentes todos los elementos de la creación. No falta nada, y por esto podemos progresar hasta el infinito y nada puede detenernos. Para realizar estos progresos, debemos cumplir una condición: trabajar con nuestra materia, no solo nuestra materia psíquica, sino también con nuestra materia física, con el fin de purificarlas, flexibilizarlas, suavizarlas, hacer que se vuelvan vibrantes hasta que logren expresar el mundo divino. Es así como un día nos manifestaremos en plenitud tal como somos arriba, en el mundo divino, en nuestro Yo superior.

OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV

La Ancestrología es un arte y práctica que tiene como meta principal sanar a las personas, liberarlas de cargas familiares que impiden que puedan avanzar sanamente en la vida, integrando a sus ancestros como fuerzas creadoras para un desenvolvimiento feliz de sus vidas.

Hu-Ssong contaba a uno de sus discípulos el siguiente relato:

Un hombre que iba por el camino tropezó con una gran piedra; la recogió y la llevó consigo.

Poco después tropezó con otra; igualmente la cargó. Cargaba con todas las piedras con las que iba tropezando, hasta que aquel peso se volvió tan grande que el hombre ya no pudo caminar.

-¿Qué piensas tú de ese hombre? -Le preguntó Hu-Ssong a su discípulo.

-Que es un necio -respondió-. ¿Para qué cargaba las piedras con las que tropezaba?

Hu-Ssong dijo:

-Eso es lo que hacen aquellos que cargan las ofensas que otros les han hecho, los agravios sufridos, y aún la amargura de las propias equivocaciones. Todo eso lo debemos dejar atrás, y no cargar las pesadas piedras del rencor contra los demás o contra nosotros mismos. Si hacemos a un lado esa inútil carga, si no la llevamos con nosotros, nuestro camino será más ligero y nuestro paso más seguro.

La Ancestrología es mi visión de la sanación genealógica que se va construyendo a partir de las investigaciones o postulados de Lola Hoffmann, Adriana Manríquez, Alejandro Jodorowsky, Bert Hellinger y Ann

Ancelin Schützenberger, como mencioné en el capítulo anterior, por lo cual se puede utilizar cualquiera de estas técnicas en versión libre, según lo requiera el contexto. En Ancestrología, la meta es sanar desde el agradecimiento a los padres por habernos dado la vida; para lograrlo, es importante mirar el lugar de dónde venimos, escuchar las voces de los ancestros, sincronizar con ellos. A menudo es difícil oír, más aún si es con el alma.

El camino propuesto por la Ancestrología es muy simple, pero a la vez intenso. Llama a hacernos cargo de nuestra propia vida, ya que usualmente desplazamos el problema a otros, a un afuera, pero esta es la oportunidad de darnos cuenta de que la herida es nuestra y somos nosotros los llamados a sanarla.

La Ancestrología ayuda en conflictos generados por rechazos, falta de apoyo, desórdenes del amor, roles equívocos que la familia asigna, secretos de familia, traiciones, como también ayuda a curar heridas provocadas por ancestros desaparecidos en guerras, crímenes, muertes prematuras, abortos, suicidios, abusos sexuales, violencia familiar, opciones sexuales. Otro tipo de conflictos que la Ancestrología sana son aquellos problemas generados por herencias mal repartidas, guerras entre hermanos por el dinero o por el amor de los padres, quiebras económicas, estafas dentro del clan. Gracias a este profundo trabajo de sanación se reparan esos dolores y se acepta lo que es, lo que a cada uno le tocó vivir, con paz y sin resentimientos.

Los objetivos

El primer objetivo es sanarme para llevar una vida más íntegra y feliz. Una herencia familiar sana dota al individuo con el arraigo necesario para vivir cada día en la tierra como dueño de su lugar y su espacio, en paz y alegría. Si las heridas no quedan saldadas por tu generación, quedará la tarea pendiente para las siguientes, y heredarás a tus hijos y nietos los conflictos que no te dejan avanzar; por lo tanto, no es un trabajo que se hace solo por uno, sino también se busca entregar un árbol

sano. Para Lola Hoffmann, la mejor manera de aportar algo al mundo es sanando tu alma, porque el árbol es un microcosmos del planeta.

El segundo objetivo es revisar nuestro linaje: aceptar, amar y honrar. De esta manera, el trabajo de la Ancestrología ayuda a integrar lo que no se logra comprender de sí mismo a partir del árbol genealógico. Lola sostenía que todos los ancestros están en los genes y por eso uno tiene múltiples posibilidades de tomar de los ancestros sus cualidades; en nosotros viven biológicamente el malo, el bueno, el artista o el ingeniero. Resulta indispensable entender y asimilar que el asesino más grande de este planeta debe tener un lugar en el corazón, si no queda excluido y la exclusión es una herida que con el tiempo busca compensar, y el sistema se daña. Todos los seres tienen el mismo derecho a estar en el corazón; quien está torturando tiene el mismo derecho que el torturado. Tiene un lugar quien masacró a la gente y quien la salvó. Siempre hay alguien que fue muy malo y siempre hay alguien que fue muy bueno. Lo mismo ocurre con el arquitecto, el poeta y el ingeniero. Todos tienen que tener un lugar en el corazón porque el no integrarlos comienza a dejar excluidos que, a la larga, provocarán más dolor.

Y como tercer objetivo, la Ancestrología busca conquistar el lugar que nos corresponde y que la familia no nos dio. Por ello, un paso básico es saber qué lugar ocupa el cliente dentro del sistema, ya que las personas no deben tomar roles que no les corresponden. Pertenencia, sanación, aceptación, amor e integración son las claves logradas en este trabajo.

Con respecto a lo anterior, cabe destacar que la Ancestrología está indicada para cualquier persona, porque, como decía Lola Hoffmann, todos tenemos una mamá y un papá. Mientras no bendecimos a nuestros padres, no podemos recibir sus bendiciones ni tampoco podremos bendecir a nuestros hijos o a las generaciones que vienen.

Mientras no encontremos la imagen sana de ellos no es posible ser feliz, puesto que se trata de un asunto genético. Si uno dice “mi papá es una persona dura que no sabe amar”, uno mismo está resaltando esa cualidad genética en sí. La semilla importa: si planto un cuesco de palta, no puede salir un guindo. Si uno no limpia la figura parental, no es posible sanar. Lo que digo de mis padres lo digo de mí mismo.

Cómo funciona la Ancestrología

La familia es un sistema vivo, como dice el doctor Humberto Maturana: “Los seres vivos son redes de producciones moleculares en las que las moléculas producidas generan con sus interacciones la misma red que las produce”.

La familia es un sistema vivo que respira, se desarrolla, se reproduce, cambia, siente y ama, pero también sufre, excluye, se resiente, y esto último va provocando llagas, heridas y dolor. Cada generación tiene sus heridas, las cuales pueden ir acumulándose a través del tiempo.

La Ancestrología te permite ver cómo ese dolor está unido a algún suceso que ocurrió en el pasado, de manera que podamos transformarlo en algo sano. Yo siempre comparo este proceso con llevar el auto al garaje. Cuando una pieza está dañada, una parte de nuestro ser se encuentra herido. Se debe realizar el movimiento adecuado para que esa pieza, en este caso esa imagen herida que está grabada en nuestro inconsciente, se reemplace por una pieza nueva que nos permita, entonces, poder continuar el camino. A este proceso yo lo llamo *operaciones del alma*, puesto que se configura como una intervención a nivel profundo, donde el consultante puede solucionar y arreglar lo que está corrompido en su alma y de esa manera sanar.

Conversando con mi hijo Esteban Engel, doctor en bioquímica, sobre la Ancestrología y la genética, concluimos que “cada uno de nosotros es la consecuencia de dos informaciones genéticas que portan nuestros padres; ellos se fusionan de forma única e irreproducible. Esta combinación dará origen a un comportamiento, que se mezclará con el ambiente, para conformar lo que será una vida. Al ser producto del encuentro y unión de dos genéticas, de dos linajes, de la información de estos dos seres, en nuestras células se irá albergando no solo la composición morfológica, psicológica y funcional de cada ser, sino también seremos portadores de una determinada memoria celular proveniente de nuestros ancestros”.

Al reemplazar en el alma los episodios de dolor, paralelamente se sanan registros en la memoria celular a nivel neuronal; de esta forma, se logra hacer nuevas sinapsis, las que son posibles sin dolor y rabia. Cuando la persona integra su historia con amor, acepta su destino y lo

acomoda en el corazón, entonces puede sanar y una energía nueva aflora. Es algo que se produce a nivel celular.

Cuando el cliente ve la imagen sana en su interior, el alma también se cura. Es un reemplazo de lo dañado por una nueva mirada a nivel inconsciente y profundo.

Cada generación tiene su dolor y su alegría; podemos encontrarlo y repararlo para hallar nuestro equilibrio.

La herencia de nuestro linaje

La historia que cada uno recibe desde su origen es un tema sagrado que debemos tomar con responsabilidad. La familia es un linaje de maestras y maestros que traspasan la palabra, su verdad, de generación en generación. Por ende, los hijos pasamos a ser versiones evolucionadas de nuestros padres, vivimos en espejo o en oposición buscando una definición propia. Esa es la evolución, como una carrera de relevos. Si el linaje es sano, ancestros, padres y madres, hijos e hijas podrán mirar el horizonte juntos, porque supieron trabajar lado a lado, cada uno apoyando al otro. Si el linaje no es sano, es decir, si hay mentiras, secretos, traiciones, controles abusivos, los lazos familiares se vuelven venenosos; por ende, los seres humanos crecen torcidos mental, física y emocionalmente: inseguros y mal amados. El lugar que ocupan nuestros padres y los demás miembros de la familia en nuestro corazón es esencial para el desarrollo y fuerza de nuestra vida, transmitiéndose en la relación con nuestra pareja y con nuestros hijos.

Un elemento necesario para que el amor fluya en las familias es el *orden*. Muchas veces hay acontecimientos particulares en el sistema familiar que alteran el orden dentro del mismo. Cuando esta estructura se altera, los miembros muestran tendencias inconscientes hacia el sufrimiento, la enfermedad y la muerte, cuyas raíces pueden estar en la familia de origen (padres, abuelos e incluso hasta en los bisabuelos), ya que lo que no fue saldado en una generación es heredado por la siguiente. La alteración del orden generará tragedias en las familias, tales como enfermedad, muerte, suicidio, accidentes, divorcio, abortos, etcétera.

Para mantener el orden, es importante destacar que los padres son los grandes y los hijos son los pequeños, aunque parezca evidente. Cuando un hijo confronta a su madre y/o padre, lo riñe, lo critica y le dice cómo tienen que ser las cosas, pierde esa contención. El hijo entonces está cambiando su lugar y no está siendo pequeño, sino que está siendo grande y el papá o la mamá se achican. Lola Hoffmann insistía mucho en que los padres son el origen, la semilla de nuestro ser y no podemos entonces criticar lo que hicieron, porque en el orden del tiempo los ancestros están antes y debemos honrarlos, no criticarlos. Al criticar a un ancestro, la persona no puede descansar en él y a la vez sus ancestros no lo pueden sostener. Recomiendo la lectura de “¿Dónde están las monedas?”, un libro extraordinario de Joan Garriga Bacardi. Es un cuento que ayuda mucho a entender este movimiento, de que son los hijos quienes tienen que ir donde los padres y agradecer la vida, agradecer todo lo que le dieron, lo bueno y lo difícil, y acomodarlo en el corazón, porque los padres son el vínculo más importante. Así lo sostenía Lola: los padres son la primera pareja que visualiza uno, es el vínculo más importante que uno tiene en la vida, no importa que dure una hora, media hora, diez minutos, pero el momento en que te vinculaste con tus padres es tan fuerte que permanece en la memoria celular durante toda tu vida; entonces reparar ese vínculo es algo vital para el ser humano, para su desarrollo y su felicidad, para sus relaciones con otras personas y para el éxito.

Un aspecto importante en el orden está dado por el perdón. El perdón no proclama igualdad; por lo tanto, los hijos no son quienes deben perdonar a sus padres, ya que al hacerlo pasan a convertirse en grandes y sus padres quedan pequeños. En Ancestrología no se trabaja con el perdón, pues con este acto se desplaza la responsabilidad al otro. En cambio, el decir “lo siento” funciona de mejor manera, te haces cargo de tus errores, te sanas y te enriqueces. La clave está en bendecir a los padres, puesto que este acto integra y ata vínculos en la historia, que debe resolverse desde el amor.

Cuando una persona quiere encontrar la sintonía con su familia, debe buscar sus heridas, implicancias, enfermedades y desórdenes en el árbol genealógico, en los ancestros, y a partir de ahí sanarlas. Cada uno sana a su manera y sobrevive a su historia como puede. En muchas familias hay secretos del origen: ausencias de los padres, incestos, exclusio-

nes, muertes prematuras, abortos, abusos, entre otros sucesos que se van heredando de generación en generación. Pero en el momento en que uno de sus miembros decide poner orden, y reparar ese dolor, ese desorden, o dar el lugar al excluido, la energía del amor se restaura y así se logra mejorar las relaciones con la descendencia.

A partir de entonces, nuestros hijos y nuestros nietos podrán relacionarse de una forma más sana, ya que cada uno de nosotros nos hacemos cargo y podemos ordenar, tomar y amar lo que nos tocó heredar.

Los roles y mandatos: lealtad con el clan

El nacimiento de un hijo marca un inicio, que muchas veces está lleno de sueños, expectativas y deseos. Cuando el hijo nace, muchas veces debe cargar con roles que los padres le imputan, ya sea por la propia historia que estos tuvieron o por lo que despierta ese niño en sus progenitores. Es bastante común que cuando nace un bebé la gente va a la clínica y exclama: “¡Oh, los mismos ojitos que el tío Arnoldo!”. “¡Las mismas manitos que la tía Juana!”. “¡Oh, este niño me recuerda tanto a mi prima Josefina!”. Y así, esos recuerdos, esas emociones de los padres determinan la conducta futura con sus hijos. Poco a poco esa conducta empieza a desarrollarse, de modo que los afectos y los lazos que se construyen en ocasiones están relacionados con esas conductas, con esas memorias. Por ejemplo, en el caso de una madre que fue abandonada o se sintió poco querida por sus padres, en alguno de sus hijos proyectará esa carencia y lo sobreprotegerá, lo que determinará que lo críe de manera distinta, dándole a ese hijo lo que siente que a ella le faltó. En cambio, con otro hijo repite lo que recibió y lo que vio, de modo que esta madre abandona a este hijo y lo trata de la misma manera que fue tratada, es decir, no lo quiere de la misma forma. Y con eso qué pasa: por un lado, con el hijo que repite las conductas que ella vivió, siente que es fiel al árbol, a su sistema, y repite, todo lo que ella recibió lo repite con su hijo. Por otra parte, con el otro hijo que mima más, realiza lo que ella no recibió. Hay ocasiones en que los padres no concretaron sus sueños y se fueron amargando con el tiempo; por ello, no soportarán ver a sus hijos felices,

no tolerarán su libertad y el éxito que ellos mismos no lograron en su tiempo. Si rigen a los hijos dividiéndolos, separándolos, favoreciendo a unos sobre otros, los instan a volverse seres dependientes, manipuladores, egoístas y crueles. Por lo tanto, la memoria biológica es muy importante a la hora de crear los afectos con los hijos. Los recuerdos, las vivencias y anhelos, los deseos no cumplidos de los padres, muchas veces se proyectan en los hijos, exigen; piden y determinan la forma de querer a sus hijos con esas vivencias.

Generalmente en una familia hay un trauma en el inconsciente familiar, porque el vínculo se ha roto. Por ejemplo, en el caso de un abuelo con su hijo, donde no se han abrazado, no se han reconocido, existe un vínculo que no se ha reparado. Ese vínculo roto se traspasa hacia las generaciones que vienen, por lo cual es muy importante reparar todos los vínculos rotos de ese árbol, porque cualquier trauma está relacionado con aquello, ya sea por un abandono, por una muerte temprana o porque simplemente no se han podido tomar desde el corazón y eso se vuelve a repetir en las generaciones que vienen. Por ejemplo, en mi caso, me costó mucho tomar a mi papá, y a mi papá también le costó quererme, a pesar de que había un gran amor entre nosotros.

Nos costó lograr el abrazo, el aceptarnos, amarnos y respetarnos; en las generaciones que siguieron se repitió la historia con otros miembros de la familia, y fue difícil reparar el vínculo. En mi familia hubo varios vínculos rotos. Mi papá no se pudo despedir de su madre porque ella murió en el Holocausto, en la guerra. Y a su vez, ese pesar, ese vínculo roto, mi padre lo llevó en su corazón con mucho dolor, y de alguna forma eso influyó en la relación nuestra con él. Y también se proyectó en las generaciones siguientes. Por eso es necesario reparar.

Los excluidos: un círculo que no se rompe

En todo árbol familiar hay secretos, historias que se ocultan, silencios, cosas que se quieren olvidar, pero ese mismo episodio, esa misma persona olvidada, todo aquello a lo que no se le da un lugar, adquiere más fuerza; por lo tanto, es bueno que la historia se respete y también se res-

peten los destinos de todos sus miembros. Si hay excluidos, hay que agregarlos e integrarlos, colocar sus fotos en el altar familiar y decirles que se respeta el destino que tuvieron. Muchas veces ignorar a una persona de la familia produce estragos, enfermedades o síntomas en la generación que viene, pues alguna de las personas las toma para que el excluido sea recordado; por eso importa que todos los miembros de la familia sean respetados, más allá de sus creencias religiosas, opciones sexuales, de su capacidad para ganar dinero, de la moral o del destino que cada uno tuvo. Es de vital importancia respetar a cada una de las personas del clan; un excluido puede llegar a hacer mucho daño a la familia.

Es necesario comprender que el sistema familiar es igual al cuerpo: si está desconectado, no se encontrarán las respuestas a los sucesos, por lo cual la tarea es hallar la información excluida. Uno nunca debe cortar los lazos, ni expulsar a algún miembro, sino que debe ponerlo en el corazón para revincular, reconectar e integrar a ese ser, ya que se da la paradoja de que el odio es tan fuerte como el amor.

Debemos entender que las personas que configuran nuestro sistema familiar tuvieron sus limitaciones, las cuales hay que respetar, reconocer que sufrieron, que murieron en forma trágica, que desaparecieron, que se amaron o que fueron felices, y poder tomar todo ese destino de la familia y traspasarlo a nuestros hijos y nietos, pero no en forma dramática o trágica, sino que honrando la historia familiar y proporcionando a todas las personas de este árbol un espacio, porque cada persona es importante. La historia de cada uno de los miembros de nuestro árbol es necesario que sea recordada y que su vida tenga un sentido para las futuras generaciones.

¿Padres biológicos vs. padres del corazón?

Un hijo adoptado tendrá dos árboles genealógicos, el de sus padres biológicos y el de los padres adoptivos. En estos casos, a los hijos adoptados hay que integrarles a su vida los padres biológicos, y la tarea es que los padres adoptivos también puedan ponerlos en el corazón, y decir: “Yo estoy muy agradecido por tus padres biológicos porque me dieron un

hijo tan lindo como tú”. Si esto no ocurre, en la vida de estos hijos habrá un tiempo que está borrado, el tiempo que estuvieron en el vientre de su madre biológica y el tiempo que demoró la adopción. No importan los motivos que hayan tenido sus padres para dar al hijo en adopción, lo importante es que ese tiempo de vida el hijo debe asumirlo y ponerlo en el corazón, aceptarlo, amarlo y bendecirlo.

A modo de ejemplo, puedo contar el caso de una niña adoptada de 14 años. Ella se considera muy feliz con su familia adoptiva, pero sin embargo tiene rabia, está enojada con la vida y llega a la consulta en busca de una solución. La niña viene acompañada por sus padres adoptivos. Al comienzo de la sesión, cuando se le recomienda mirar en algún representante a sus padres biológicos, ella dice que no le interesan, porque la dieron en adopción y se sintió abandonada. Al inclinarse ante ellos y decirles: “Los honro, gracias, ustedes también son importantes para mí, porque me dieron la vida y todo salió bien porque encontré otros padres que me cuidaron”, ella se reconecta con una parte negada, que son los nueve meses que estuvo en el vientre de su madre, más el tiempo que demoraron en llevarla a la casa de los padres del corazón. Este es un período de su vida que no se puede borrar. En ese momento, la niña logra inclinarse hacia sus padres biológicos, a los representantes de ellos, y bendice ese momento repitiendo: “Bendigo el momento en que nací y bendigo a los padres que me dieron la vida y con eso bendigo la vida”. Nuestra clienta llora, sus emociones son muy fuertes.

Algo que me impresiona siempre de la Ancestrología es el cambio que se aprecia en el rostro, es como que las células entendieran (seguro que entienden), y el rostro se vuelve radiante, emana una luz provocada por la transfiguración al tomar la historia familiar y ponerla en el corazón.

Acomodar el pasado con amor

El concepto de la Ancestrología está enfocado en poder acomodar la historia en el corazón. De este modo, a todas esas experiencias traumáticas del pasado se buscará darles un lugar y avanzar al futuro sin complicaciones. La Ancestrología, por lo tanto, nos permite tomar lo que la vida

nos dio tal como lo recibimos, aceptarlo y amarlo, bendecir el destino que cada uno ha recibido. En la medida en que somos capaces de aceptar nuestra historia y de hacer nuevas conexiones a nivel cerebral, nuestro cerebro es capaz de mirar el pasado desde otra perspectiva y no desde la mirada de la víctima, desde el sufrimiento, desde el dolor. Cada vez que pongo mi mente en juzgar y rechazar, en criticar, no estoy siendo capaz de avanzar porque estoy *tomado* por mi pasado, me encuentro anclado. Lo que postula la Ancestrología es poder mirar hacia adelante con confianza, con absoluta creatividad, porque se trata de escribir o reescribir la historia desde el genograma, se trata de ser capaz de tomar el destino y con eso salir adelante, con lo que tengo, con lo que la vida me dio.

El trabajo con el árbol genealógico es una labor con la memoria familiar, con el inconsciente familiar y lo que hemos recibido, lo que nos han contado, lo que nuestros padres vivieron, lo que está en el destino de la familia. Para sanar este dolor debemos *sacralizar* nuestro árbol genealógico, por lo que es esencial revisar nuestro linaje, aceptarlo, honrarlo y amarlo. La gente que trabaja con su árbol tiene la capacidad de reescribir esta historia desde un lado positivo y así no quedar implicado en los destinos de sus ancestros, sino poder mirar más allá de lo que ellos vivieron. Todos tienen derecho a permanecer, no se puede juzgar, y todos deben ser integrados. De esta manera, cuando limpias tu árbol genealógico, lo limpias por ti, por tus padres y por tu descendencia.

La Ancestrología es una sanación que nos permite tomar a nuestros muertos. La conclusión a la que llegué es que al hacer tu genograma, escribir los nombres de los miembros de tu clan, poner sus fotos, investigar, averiguar, encontrarás que muchos de tus ancestros están muertos. En mi caso, tras la muerte de mi madre se acabó mi historia, para atrás no queda ningún pariente, todos están en el cementerio. Solamente mi hermano está vivo, pero él se encuentra en el mismo nivel que yo. Entonces, por un lado, se trata de tomar estos muertos e integrar sus vidas y también dar cuenta de un proceso de preparación para la propia muerte, porque mientras haya alguien de una generación anterior con vida, uno no piensa que se va a morir, pero cuando ese ancestro se muere, el que sobrevive es uno y se piensa que más tarde será su turno. En el libro *Las lágrimas de tus ancestros* se señala que cuando uno nace, está más cerca de los muertos, ya que es hijo, luego se es padre y siente que se aleja,

pero al llegar a ser abuelo uno vuelve a estar cerca del ancestro, vuelve a estar cerca de la muerte. Al hacer este ejercicio de revisar el árbol, al adentrarse en todos los ancestros, es posible darse cuenta de que hay mucho tiempo para atrás, con nuestros padres, abuelos, bisabuelos, y más; entonces se produce un pasillo en el tiempo y una amplitud en el alma, uno se posiciona entre el pasado y el futuro, experimentando la fuerza de doscientos años hacia atrás y adelante, no son los 80 o 90 años que se pueden llegar a vivir, sino que es más extenso.

Debemos honrar a los padres con el corazón, tomar la vida tal como la recibimos y mejorarla. El camino para sanar tu vida va de la mano con tus ancestros, porque es imposible que tu vida funcione armónicamente si no respetas a tus padres, si no honras a quienes te dieron el más grande regalo que podrías haber recibido, te dieron la vida, y eso es superior a cualquier otra cosa o asunto. El respeto a la vida se origina en el respeto a tus ancestros; es de vital importancia venerar a los padres porque te dieron la vida, y es todo lo que necesitas para ser feliz. Para esto hay que encontrar la budeidad en los padres, como quiera que ellos hayan sido; esa es la base de la Ancestrología. Tomar la vida que nuestros ancestros nos dieron parece fácil, pero la dificultad radica en que hay que tomar todo, lo bueno y lo difícil, y luego acomodarlo en nuestro corazón.

• Capítulo 4 •

Ancestrología y experiencias sociales

Cuando no sabemos de dónde venimos, no sabemos a dónde vamos.

PROVERBIO AFRICANO

Talleres en empresas

La Ancestrología es una sanación para personas, para familias y también para grupos sociales porque todo organismo es un sistema que necesita que todos sus miembros encuentren su lugar apropiado.

Cada participante trabaja con sus ancestros, limpiando el campo energético que ellos ocupan y recuperando un orden en el amor, para así poder lograr que cada uno tenga su lugar dentro de la estructura. Lo interesante del trabajo de la Ancestrología en los talleres es que los participantes no solo trabajan cuando se centran en su propio genograma, sino también al observar, escuchar y sentir las experiencias de los demás, las historias, las heridas y la sanación de otros. Es un trabajo muy generoso, donde todos los participantes se abren a sus propias heridas frente al grupo, y, a la vez, van curándose en conjunto.

A medida que fui haciendo talleres de Ancestrología, me di cuenta de que también era muy importante llevarlo a las empresas, porque las personas cuando toman a sus ancestros y reciben de ellos la fuerza pueden rendir mejor en la vida, son personas más felices y más completas. El desafío y la propuesta de la Ancestrología para empresas es poner el alma en los negocios, mostrando que está obsoleto el concepto de que el mundo de los negocios es frío e impersonal. En la actualidad, el espíritu se ha impuesto, acompañado por los avances en la investigación de la física cuántica, de la inteligencia emocional y de la programación neuro-lingüística, lo que permite darse cuenta de que hoy las empresas deben trabajar también con nuevos aspectos y paradigmas. De este modo, las creencias, los valores y las miradas son modificables a través de ritos de encuentro y talleres.

En un tiempo mínimo, la Ancestrología para empresas entrega información sobre los problemas que dificultan el buen funcionamiento de la institución y de las personas que en ella conviven. Se entregan soluciones y herramientas que, fortaleciendo a la dirección y respetando al

empleado, ayudan a generar los cambios que conducen hacia una mejor convivencia entre ellos y un mejor resultado en lo productivo.

La Ancestrología para empresas propone una nueva mirada que permite comprobar a los participantes lo útil de la información que surge. El conocimiento es generado por conexiones que no estaban expuestas, pero que, sin embargo, se mantenían en forma inconsciente.

Cada empresa tiene un alma y un origen, así como tiene fundadores. Es un organismo vivo, un sistema que parte en un momento determinado y un destino íntimamente ligado a esos fundadores y a quienes han transitado en la historia de la empresa. Por esta razón se puede afirmar que la empresa es un sistema de relaciones que se entretajan con un hilo invisible, por lo tanto cuando se enreda y se desordena, se enferma. Lo mismo que en una familia, la empresa mantiene lealtades, también hay excluidos o personas que están en el lugar equivocado.

Este sistema que incluye en la mirada el alma de la empresa permite en pocas horas avanzar muchísimo proponiendo y mirando soluciones a nivel de recursos humanos y de producción, ya que logra una mejor comunicación y la solución de los conflictos que la empresa tiene. Los resultados van más allá de las palabras, pues están enfocados a sanar el flujo energético que la empresa tiene. Cuando se restaura esta energía, todo fluye con más facilidad y armonía, ya que al poner prioridad en los asuntos del alma, permite un desarrollo integral de sus participantes y se genera un ambiente de respeto y mejor productividad.

La Ancestrología para empresas permite entrar a un campo de información, observarlo, escucharlo, reconocerlo y dejarlo fluir en el sistema organizacional. Por otra parte, también se revelan las relaciones entre las personas y se ordena el alma al ver estas imágenes en el campo energético. Los ancestros no son solo parte de una familia, también lo son de una institución y si escuchamos lo que ellos tienen para decirnos, todo mejora.

La Ancestrología en empresas se realiza de diferentes formas. Se puede trabajar como un taller de crecimiento personal, para las personas que asisten, o también se trabaja en grupos. Se debe tener en cuenta que la empresa además es una familia, y en esa familia se puede encontrar, por

ejemplo, que algún fundador no ha sido honrado, o también se puede ver cómo se están dando las dinámicas en esa empresa, con movimientos, con representantes en forma sistémica. Permite que el consultante pueda ver el funcionamiento, las fallas en el sistema, cuáles son las personas que no están en el lugar que les corresponde, dónde puede estar una persona para que pueda rendir mejor, etc. Es una experiencia bastante efectiva y de muy buen resultado.

Haciendo este trabajo para grandes empresas en Chile, me emociona ver los resultados. Cuando me encuentro frente a un empresario, de esos que uno piensa que son de fierro, sin corazón y veo lo que le pasa con ellos, me conmuevo y me sorprende, porque la verdad es que detrás de la gente de negocios hay seres, hay almas e historias. Al terminar, veo que las caras están diferentes de cuando empezamos, son rostros más amorosos, y los resultados humanos y económicos son notables. He trabajado en grandes empresas, como Copec, Codelco y Enap, y aunque las personas al principio se sorprenden por lo extraño, lo diferente a lo que están acostumbrados a hacer, resulta al final un trabajo muy profundo y personal y con muy buena recepción.

Últimamente he tenido la experiencia de hacer Ancestrología en los malls. En un principio fui reticente a realizarlos en estos espacios, pero ha dado muy buenos resultados y las personas ahí mismo abren su corazón, cuentan y trabajan con sus ancestros. He tenido espléndidos resultados, es un trabajo que me ha emocionado y sorprendido mucho. También he realizado este trabajo en cárceles y en lugares donde no hay muchas posibilidades de que llegue la sanación, y es maravilloso dar las herramientas para que las personas finalmente descubran que el sanador no viene de afuera, sino que está en cada uno de los participantes; la sanación está en despertar cada uno su propio sanador.

En el verano pasado, trabajé la Ancestrología en la universidad de Calama. Fue una experiencia emocionante, donde alumnos y profesores mezclados trabajaron sus vidas logrando ver que las bendiciones de los ancestros son vitales para una vida feliz.

Ancestrología en la cárcel

A continuación doy a conocer un testimonio sobre el trabajo de la Ancestrología social, una experiencia muy profunda y emocionante a la vez, que permite encontrar la paz por medio de la sanación en un ejercicio masivo, donde van introyectando los cambios tanto quienes viven la experiencia activamente como quienes observan. Se producen situaciones sorprendentes que podrán leer en las siguientes líneas escritas por una alumna que nos llevó a Jacqueline Wilson, a Pepe Acevedo y a mí a la cárcel.

“Conocí la Ancestrología cuando fui por mi propia sanación, sin saber mucho. A la hora de la presentación le conté a Pedro que era trabajadora social y que estaba haciendo un taller en la cárcel de Rancagua; él me miró, con una linda sonrisa y me dijo que encantado iría a hacer un taller allí. Ese fue el comienzo de una experiencia realmente extraordinaria.

El día que se dispuso para asistir al taller, quienes pertenecen al denominado tan peyorativamente pabellón Especial, dado que en aquel lugar conviven personas con HIV, con discapacidades físicas y mentales y mujeres transexuales, estaban realmente ansiosos y con muchas ganas de saber de qué iba a tratar este misterioso taller. Al comenzar el trabajo, junto a la presentación, para mi sorpresa, la sala donde se realizó el encuentro se abarrotó con asistencia de casi todo el pabellón, más varias personas de la empresa concesionaria de la cárcel y algunos invitados.

Pedro explicó que este trabajo consistía en poner a nuestros padres en el corazón, que la sanación viene de nuestros ancestros, así como la fuerza y las oportunidades en nuestra vida. El primer trabajo sería realizado con una de nuestras invitadas, Vicky, mujer transexual fue mi compañera en la realización de una clínica teatral. Vicky necesitaba desesperadamente decirle a su padre

cuánto lo amaba, pues hacía pocas semanas que él había fallecido y ella sentía que lo había decepcionado, por lo tanto cargaba con muchas culpas y con mucho dolor. Al comienzo del trabajo, Vicky estaba un tanto gris de dolor, pero al término, cuando ambos se abrazan y su padre descansa por fin en paz, Vicky se volvió otra persona, una mujer radiante, con su cabello rubio perfecto, y su cara parecía ya no tener esas arrugas producto del llanto permanente.

Quienes observaban en el pabellón no entendían y trataban de muchas formas de interrumpir una y otra vez la sesión, pero la magia de estas sanaciones hacía que cada vez que ellos intentaban el boicot, algo frenara, seduciéndolos e incorporándolos como pacientes espectadores de la sesión.

Las mujeres transexuales, a medida que avanzaba la sesión, manifestaban inmediatamente sus conflictos: con su familia, con sus amigos, con la sociedad. Las chicas deben sortear muchas dificultades en la vida, ante un entorno que les cierra las puertas, enfrentadas al aislamiento y la desprotección. Esto también genera agresividad, resistencia ante la posibilidad de reconciliarse, de incorporar los dolores y a la familia, con una negativa permanente. Pedro estaba muy calmado, convencido del poder que tiene la Ancestrología. Como un mago alzando su varita, fueron saliendo aquellas cosas del alma.

Nicol es muy especial. Tiene amarguras pasadas. Muchas marcas en su cuerpo hablan de una vida dura: "Tengo miedo de ser feliz. Cuando lo estoy disfrutando, se va todo al suelo". Nicol, primero triste, melancólica, se transformó en una princesa bella, agraciada, querida completamente y dispuesta a ser feliz. Dejó sus temores y se llenó de proyectos para una vida nueva luego que Pedro le hizo una limpieza de esos decretos de malestar que ella misma se impuso. Nicol acostumbraba a decir:

“Si piso el escalón número 9 no salgo en libertad esta semana”; así lo hacía y cada vez más se retrasaba la salida definitiva de la prisión. En la ceremonia de purificación se traen al cóndor y al águila, para que se lleven sus decretos negativos y emociones destructivas.

Elías padece el HIV y sabe que va a morir; su cuerpo y su alma están enfrentados. Luego de años de conflicto con la figura paterna, Elías es capaz de pararse frente al representante de su padre y honrarlo. Esto genera un reencuentro con su cuerpo y su alma y lo hace muy feliz. Se siente limpio y sabe que puede esperar con tranquilidad la muerte, porque ya está reconciliado consigo mismo.

La agresividad del resto de las chicas cada vez se transforma más en silencio y en admiración, y Pedro, sabio en su quehacer, les cuenta que no importa que no se integren al campo de energía, pues aquella que está en la sesión y pone a su mamá y papá en el corazón permite que el que se resista también lo haga. Ellas, mudas, solo sonríen, como intuyendo que ya sabían esa información y que, por mucho que se resistieran, esto era un profundo anhelo en ellas.

Luego del taller, me quedé con muchas sensaciones; entre ellas, prima la de llevar un bálsamo de armonía para aquellas que no tienen acceso a este tipo de sanación, y además siento que se entrega un poco de justicia para ellas. Otra sensación fue la de oxigenar un lugar lúgubre, que no es el más bonito para visitar, pero que quedó lleno de aire nuevo, de caras iluminadas, de amor y esperanza, y eso caló muy hondo en mi corazón.

Mi propia sanación se la debo a mis padres: el darme cuenta de que ellos han abierto caminos en mi vida, el poder leer las señales en la ruta, el querer ser mejor persona y brindar una mejor aten-

ción profesional. Todo se lo debo a ellos y a nuestro reencuentro. Sin duda que este día fue un gran regalo para mí, que puse a papá y a mamá en mi corazón también”.

CAROLINA SÁNCHEZ SOTO
TRABAJADORA SOCIAL

• Capítulo 5 •

Testimonios

*No vayas a mi tumba y llores,
no estoy ahí. Yo no morí.*

EPITAFIO HOPI

La llave que sana nuestra Alma

VERÓNICA AROS

Muchas cosas vienen a mi memoria, pero particularmente recuerdo el ver escrito en una gran cartulina blanca los nombres de mis padres, abuelos y bisabuelos. ¡Qué desconexión más grande sentía con todos ellos! La primera sensación fue muy fuerte y recuerdo que no paré de llorar, sin saber exactamente qué me generaba tanto dolor...

Para mí ha sido muy difícil poner a mis padres en el corazón, ya que mi historia familiar, al igual que muchas otras, está cargada de sensaciones de abandono, penas, sufrimientos, rabias, enojos y frustraciones, y si bien no hay ninguna historia más triste o más trágica que otras, es la mía, es mi historia.

Por más de 20 años justifiqué todo en mi vida o mi forma de abordar la vida, basándome en la “triste historia de mi vida”, mis padres, mi hermana, el abandono de mis padres, la enfermedad de mi hermana, y en lo emocional llegué a empantanarme en un bosque oscuro donde no llegaba luz. Mi alma se enfermó y yo también, tanto así que para mí no tenía mucho sentido seguir viviendo. Diferentes circunstancias me hicieron seguir “sobreviviendo”, yendo a cuanto sanador, chamán, sahumero, bruja (colega), vidente y médicos en general aparecieran, en busca de quien tuviera la llave o la pócima mágica que me permitiera salir de ese estado lastimoso en el que se había convertido mi vida emocional.

Recuerdo claramente aquel primer árbol que hicimos juntos y la cantidad de energía que movió en mi interior. Ver a mis padres, empezar a comprender las circunstancias de sus propias vidas, sus propios padres, y los padres de ellos, y así sucesivamente, me hicieron reflexionar y, por primera vez, empezar a mirar a mis propios hijos...

Fue una experiencia muy fuerte tomar conciencia de que durante mucho tiempo estuve más enfocada en lo que mis padres “me hicieron” que en lo que yo estaba “haciendo con mis propios hijos”; si bien no era repetir una historia, estaba siendo peligrosamente muy similar.

Esta toma de conciencia no ha sido para nada fácil, ya que, como todo trabajo de crecimiento personal, depende exclusivamente de mí, y si bien tú me guiaste y me diste las herramientas para comprender y sanar, no fue hasta que decidí tomar acción, iniciar el proceso de madurar, tomar total control de mi vida, hacerme responsable de mi presente, y comprender con altura de miras lo que mis padres de verdad me dieron, que este trabajo de Ancestrología me permitió ordenar a mi propia familia... Con pavor vi cómo había invertido los órdenes de mi propia familia, poniéndome yo en el lugar de hija y dejando a mi hijo mayor con responsabilidades emocionales que eran superiores a lo que él, para su edad, podía asumir...

Este trabajo ha sido la más grande toma de conciencia de mi vida, que me ha permitido sanar profundamente los vacíos de mi alma al descubrir que mis padres eran personas tan vulnerables como yo, y que me era mucho más fácil culparlos a ellos de todo lo malo que ocurría en mi vida que tomar real responsabilidad de mi propia vida, asumir mis roles con madurez, y no desde una eterna victimización.

Tomar total control de mis actos y, más que todo, poner a mi padre y a mi madre en mi corazón, con paz, con serenidad, pero sobre todo con mucho amor, el comprender que en realidad mis padres me dieron la vida, y depende solo de mí hacer de esa vida algo bueno y feliz. No ha sido tarea fácil, porque mi ego siempre trataba de volver a atraparme en los dolores y culpas...

En fin, solo puedo decir a quien lea estas líneas que no existe ninguna pócima mágica... Cada uno tiene una llave, que una vez unidas con las llaves de nuestra sanación que tienen nuestros padres, se transforman mágicamente en una llave de oro, que abre nuestra alma y la sana para siempre. Una vez que comprendí que mi mamá hizo lo que pudo con las herramientas que tuvo para criarme, me fue más fácil aceptar muchas otras cosas en mi vida.

Para mí ha sido mucho más difícil poner a mi mamá en el corazón, porque si bien la amaba profundamente, siempre critiqué sus actuaciones. Con horror vi hace no mucho tiempo que yo repetía sus patrones de conducta, aquellos que tanto critiqué.

Las voces de los ancestros

COSME DAMIÁN

En la Ancestrología aprendí a convivir con mis muertos queridos. A veces voy en el auto y escucho una canción y lloro de emoción porque siento en ella un mensaje de mi padre; otras veces en el cine me conecto con una escena en que mi madre me dice algo o un abuelo.

Los muertos queridos nos hablan a veces con canciones y películas. Y se hacen presentes, nos quedan sus recuerdos y sus palabras. Y estarán vivos mientras nosotros hablemos de ellos y así las generaciones futuras los amarán como yo amo a los abuelos de mis padres que nunca conocí.

Son las nuevas generaciones, los hijos, los nietos, las que nos dan las alegrías del futuro, y la vida se impone siempre hacia delante con el impulso que nos dan los que ya estuvieron. Ahora somos nosotros los testigos de la historia, porque una familia sin historia es un ser sin su infancia.

Escuché recién el aria de la ópera de Wagner Tristán e Isolda que nos recomendó Pedro; es algo potente que abre el chakra del corazón y lloré sin cesar de alegría, de gratitud.

El dolor de mi hombro, el dolor de mi padre

MARÍA PAZ BIZE

Hace 23 años, después del nacimiento de mi hija Josefa, comencé con un fuerte dolor en el hombro derecho, que los médicos y kinesiólogos no pudieron quitarme. Tuve que aprender a vivir con él, cuidándome de no hacer fuerza con ese brazo, de no cargar peso, de no hacer ejercicios que utilizaran mi hombro, y tuve que cambiar hasta mi forma de dormir, ya que ni siquiera mi propio peso lo podía cargar en ese lado de mi cuerpo.

Viví 21 años con ese dolor, hasta que comencé a asistir a los talleres de Pedro. Ahí pude ver el trabajo que se hacía con otras personas, y mientras yo recopilaba información para construir mi propio árbol genealógico y poder “trabajarlo”, me di cuenta del dolor que había sobre

mí, dado que era un dolor que venía por el lado de mi padre, y siendo yo la menor de siete hermanos, al “armarlo” según las instrucciones, quedé literalmente bajo la línea de mi papá, desde donde había mucho dolor.

El día que me tocó mi turno, Pedro me preguntó qué quería sanar y mi respuesta fue “el dolor de mi hombro, siento que no es mío, que lo cargo por alguien más”.

Comenzamos a mirar y empezaron las preguntas y respuestas, yo comentando lo que sabía de cada uno, de sus vidas, de cómo me había relacionado con ellos (mis ancestros), a muchos no conocí, pero algo sabía de la familia, entonces apareció el comentario de una tía adoptada (hermana de mi padre), de la cual nunca a nivel familiar se habló, de hecho mis hijos no la conocen, y haciendo las “tareas mágicas” sobre mi propio árbol (pliego de cartulina escrito, con los nombres de todos nosotros, desde mis bisabuelos hasta mis hijos y nieto), el dolor desapareció hasta el día de hoy.

Como coach ontológico, puedo y sé que puedo dar muchas explicaciones lógicas y no tan lógicas de lo que pasó, pero prefiero quedarme con la experiencia de haber vivido lo que viví, sin explicaciones, solo con el registro de lo acontecido.

He participado por tres años en los talleres de Pedro Engel, se lo agradezco y siento que cada vez que alguien sana alguna pena, dolor o frustración, también lo hago yo.

Alianzas ocultas y secretos de familia

AMALIA BLANCO

A través de la Ancestrología he podido ver cómo aquello que yo sentía inexplicablemente desde chica era una alianza “oculta” con mi abuela materna que murió a los 39 años. Siempre sentí que moriría joven, que después de mis 40 años era la nada y desde entonces sentí que vivía de más.

Esta sensación y la idea del suicidio me persiguen desde los 10 años por lo menos; tengo clara la edad porque vivía en la segunda casa que habitamos con mi familia. Tuve una buena infancia; sin embargo, la idea de la muerte por suicidio me acompañó siempre...

Lo intenté en una depresión a los 46; no era original, venía de mi abuela paterna cuando el abuelo la quiso abandonar para irse con otra mujer, y a pesar de que no era muy cercana a ella, sentía una especial conexión, quizá por ser la mayor de las nietas.

Por otra parte, estaba el amor interrumpido en la familia de mi padre: mi bisabuelo y su amorío con una joven de campo tuvo como fruto a la tía Olga, quien por impedimento de mi bisabuela y su hija no fue nunca reconocida. Y además fue maltratada, ya que se la trajeron del campo para servir de empleada en su casa y nunca más vio a su propia madre.

Será esta la explicación de la “mala suerte en el amor” que han tenido las mujeres de la familia, por mi lado paterno, tanto tías como primas.

El trabajo en el campo es impresionante. Lo que sientes, cómo lo sientes y cómo una vez que he mirado mis ancestros, mi experiencia de vida toma otra dimensión. Yo pago por lo mío, pero también por lo de mis antepasados, y lo que es peor, haré pagar a mi hijo. Si esto lo hubiese sabido antes...

Hoy tengo un altar y a mis ancestros los recuerdo con cariño; soy lo que soy y también gracias a la herencia de todos ellos.

• Epílogo •

Una acción en sí no representa la verdad. Solo es una consecuencia, y si un día uno se ve obligado a ejercer de juez, si pretende juzgar a alguien, tiene que llegar más allá de los hechos del informe policial, y tiene que conocer lo que los doctores en derecho llaman los motivos.

EL ÚLTIMO ENCUENTRO

SÁNDOR MÁRAI

Epílogo

ALEJANDRO ENGEL BRATTER

DOCTOR EN MATEMÁTICAS

Debo empezar confesando que la Ancestrología me parecía que estaba destinada a ser una más de tantas modas que con el tiempo se iría a desvanecer sin que casi nadie se volviera a acordar de ella. La consideraba un algo sin fundamento y de poca credibilidad. Cuando se me propuso escribir algo “científico” sobre este asunto, el escepticismo de mi formación científica me hizo dudar de que fuese posible, ya que no pensaba que hubiese algo de verdad en ella. Pero al poco andar y buscar alguna base que la justificase pude ver que en la Ancestrología en realidad no hay nada de misterioso ni menos aún inexplicable. Muy por el contrario, es algo comprensible, muy concreto, de objetivos claros y bien definidos, los cuales se tratan de lograr a través de sencillas técnicas prácticas y palpables. Pero no por eso es algo que cualquier persona puede efectuar; muy por el contrario, son necesarios muchos años de preparación además de un agudo sentido de la empatía, para poder lograr que las personas conecten con aquello que dentro de ellas son lo que causan los conflictos. Lo que veremos en lo que sigue como aclaración a los fenómenos que trata la Ancestrología es probablemente, usando el principio de la Navaja de Ockham, la explicación correcta, ya que es la más sencilla de todas las que se conocen. Pero no solo es, por su simplicidad, probablemente la explicación correcta, sin quitar la posibilidad de otras avenidas de esclarecimiento, sino que creemos que lo es ya que cada paso que se dará estará sólidamente fundamentado.

Para entender nuestra justificación de lo que es la Ancestrología debemos transitar por el territorio de la neurofisiología, la evolución de las especies y la inteligencia artificial, embarcándonos en un viaje fascinante. Nos encontraremos con muchas sorpresas: algunas nos producirán perturbación y desconcierto, otras desilusión y consternación, pero varias de ellas alumbramiento. Nuestro objetivo final será el responder a tres

incógnitas: ¿qué es la Ancestrología?, ¿cuáles son las metas de la Ancestrología? y ¿para qué sirve la Ancestrología? Las respuestas con que nos hallaremos son asombrosas, y también bastante evidentes al momento en que uno se pone a pensar seriamente en los fenómenos de la transmisión de caracteres adquiridos y la teoría de la adaptación. Pero no nos adelantemos, nuestro camino comienza con la simple y a la vez cósmica pregunta ¿qué somos? Sin duda que no se pretende dar una respuesta exhaustiva a una pregunta tan antigua como la humanidad, y que posiblemente nuestro limitado intelecto nunca logre comprender en su totalidad, sino simplemente enfocarla desde el punto de vista concreto y hasta tal vez mecanicista de la neurofisiología.

¿Qué somos? Sin entrar en la metafísica del espíritu o del alma, en nuestra estadía en la tierra estamos confinados al animal humano, y somos solamente la actividad cerebral, nada más ni nada menos. Efectivamente, por ejemplo, después de un accidente en el cual se compromete el lóbulo frontal de una persona, esta deja de ser la misma persona que fue antes del accidente, ya que queda con limitadas facultades mentales, muchas veces sin siquiera él mismo saber quién fue. Al cambiar la funcionalidad cerebral, cambia la persona. Somos nuestro cerebro. Entonces debemos entrar aunque sea un poco en lo más simple y lo más básico de lo que es el cerebro y cómo este funciona. Primeramente y en forma muy resumida, se puede decir que el cerebro está compuesto por células nerviosas llamadas neuronas, las cuales están conectadas entre sí formando redes o circuitos neuronales. La neurona, por su parte, tiene un centro del cual sale un tallo del que nacen muchas ramificaciones más finas, y cada una se conecta a una o más de las tantas neuronas del cerebro, formando redes o circuitos neuronales. En biología al centro se lo llama núcleo, al tallo axón y a las ramificaciones dendritas. Desde el núcleo se generan impulsos eléctricos que se transmiten por el axón a las dendritas; estos impulsos eléctricos se inician una vez que la neurona recibe suficientes impulsos eléctricos desde las neuronas conectadas a ella. Es lo que en biología se denomina la ley del todo o nada. La neurona permanece inactiva, hasta que la suma de los impulsos que a ella llegan la activa produciendo ella un impulso eléctrico, luego queda inactiva hasta ser activada nuevamente por el agregado de los impulsos que recibe. Se puede decir entonces que la actividad cerebral no es más que una serie

de impulsos eléctricos que se propagan por las neuronas que componen el cerebro; funcionalmente eso somos en esta vida, los impulsos que se propagan por el cerebro; cuando ellos cesan, cesa también la vida de la persona, aunque el resto del cuerpo siga en funcionamiento.

Ahora que sabemos que funcionalmente somos la actividad de nuestro cerebro, vamos a nuestra pregunta siguiente: ¿qué es la memoria? Esta es una pregunta de respuesta importante, ya que como personas somos nuestra memoria; si perdiésemos la memoria, como ocurre por ejemplo con el alzheimer, dejaríamos de ser, al menos en los momentos en que la enfermedad no permite el recordar. Como funcionalmente somos nuestro cerebro, o más bien la actividad cerebral, la memoria debe “estar” en algún lugar del cerebro. Pero ¿dónde? En las células nerviosas, las neuronas, no puede haber memoria, ya que cada una de ellas es un simple conmutador de dos estados, tiene apenas los estados de encendido y apagado, nada más. Empecemos con una analogía práctica, en pensar en aquello que está más cercano a nuestro cerebro, y es lo que cotidianamente conocemos como el computador, o “cerebro electrónico”, el cual también funciona a base de conmutadores de dos estados, encendido y apagado; el computador tiene un algo al cual se le dice memoria, la cual fácilmente se puede identificar, ya que está en un determinado lugar físico de la máquina. Sin embargo, la memoria del computador es estática, lo que se coloca en esa memoria queda allí inmutable a menos que la máquina misma lo cambie, y cuando se necesita usar lo que allí está, simplemente se lee lo que fue guardado. Lugares de memoria en los cuales nada se ha colocado quedan en blanco o vacíos hasta que algo se coloque en ellos. En contraposición a esto, los conmutadores de nuestro cerebro, las neuronas, están en continuo cambio de estado, por ello no logran guardar información como la memoria del computador que es estática. Pero nuestro cerebro de cierta forma tiene un funcionamiento parecido al computador, lo que nos va sucediendo se va “guardando” en el cerebro y al recordar, ello se trae al consciente. La memoria del computador, como se dijo, es estática, lo que allí se almacena queda inmutable para ser usado cuando se necesita; hay un lugar específico donde se almacenan los datos, un lugar físico, que está compuesto de varios chips donde cada uno se puede considerar un lugar de memoria. Pero en nuestro cerebro, primero no hay lugares “vacíos” o en blanco, ya que

las células cerebrales están en constante actividad y cambian de activas a inactivas dependiendo de los estímulos del entorno; por lo tanto, no hay en el cerebro “lugares” de memoria como sucede en el computador. Entonces, repitiendo la pregunta, ¿qué es la memoria si no hay unas células específicas que la contengan como sucede en las computadoras?

La analogía con la computadora, entonces, no es muy buena, ya que en realidad nuestra memoria no es estática, es dinámica, no es una foto como en el computador, es una película de una cierta duración no nula, a veces muy corta, pero siempre con una duración que la hace “moverse” en el tiempo. Por ejemplo, si a uno le preguntan ¿recuerdas al tío Juan? Uno no ve una foto del tío Juan, ve al tío Juan en una cierta actividad que sucede en un lapso de tiempo, ya sea caminando por alguna vereda, o comiendo un durazno, o riéndose de un chiste, o hablando de política. El recuerdo, la memoria, nunca es una foto estática. Así podemos responder en primera instancia a la pregunta ¿qué es la memoria? La memoria humana es un algo que trae a la conciencia situaciones dinámicas, no estáticas, películas, no fotos. La pregunta obvia que ahora esta respuesta origina es ¿dónde “está localizada” la memoria si ella no se encuentra en la neurona en sí? La respuesta es algo bastante inquietante, ya que la memoria no está en ningún lugar específico. La clave está en la frase anterior, en el “algo que trae a la conciencia”, esto es, los recuerdos y la memoria no están en ningún lugar físico específico, sino que se generan al ser convocados por algún estímulo externo, ya sea intencional, como querer recordar un cierto hecho del pasado, o involuntario, cuando por ejemplo un cierto aroma nos trae a la memoria una primavera del ayer.

No es fácil hallar una buena analogía con algo de lo cotidiano. Tomemos como ejemplo una puesta de sol a la orilla del mar con algunas gaviotas lejanas cruzando el horizonte y supongamos que eso fue filmado por una grabadora digital que lo filma en un disco de video digital o DVD. ¿Dónde está esa escena que fue grabada? En realidad, ella no está en ningún lugar físico, sino que solamente se puede “traer a la conciencia” o a la realidad a través de una red electrónica específica como es el aparato que transforma la señal digital del DVD en una imagen en el televisor, y esa imagen en el televisor es el “recuerdo” o la “memoria” que fue convocada por el estímulo que provino del DVD y enviado a una red

concreta de fin bien determinado, la cual creó aquello que fue grabado. De una manera muy similar funciona la memoria humana.

Recordemos que el cerebro es básicamente una red, en este caso una red de elementos nerviosos que se comunican por señales eléctricas. Cuando el cerebro recibe una señal externa como “¿recuerdas al tío Juan?”, este responde creando el recuerdo del tío Juan de una manera análoga a la forma en que se creó la escena de puesta de sol. El cerebro crea el recuerdo activando un cierto circuito dentro de él que es donde está “almacenado”, entre otros recuerdos, el recuerdo del tío Juan, de forma similar a como la puesta de sol está “almacenada”, entre otras posibles escenas, en el aparato reproductor de DVD. Es claro que la analogía se termina aquí, ya que en el caso del reproductor de DVD todo el circuito está dedicado a esta tarea, pero en el caso del cerebro el circuito donde se guarda el recuerdo del tío Juan no puede ser todo el cerebro debido a que al mismo tiempo que se recuerda al tío Juan, se está mirando a la persona que hace la pregunta, se está pestañeando, el corazón está latiendo, la presión sanguínea está dentro de ciertos límites, el riñón está filtrando fluidos y tantos otros procesos están sucediendo simultáneamente, todos controlados básicamente por el cerebro, y si todo él se limitase a traer el recuerdo del tío Juan, como se limita el aparato reproductor de DVD, el cual tiene solamente esa única función, en ese mismo instante todo el cuerpo entraría en un caos irreparable. Así en el cerebro hay un cierto conjunto relativamente pequeño de neuronas que forman una red que controla el corazón, otro pequeño conjunto de neuronas en red que controla la audición y así por delante, regiones del cerebro se especializan en tareas particulares para que en su conjunto pueda hacer funcionar la maravilla biológica que es nuestro cuerpo. De igual forma hay un pequeño conjunto de neuronas concertadas en red que cuando se dice “tío Juan” se activan de una manera específica trayendo a la conciencia el recuerdo del tío Juan. Finalmente, respondiendo a la pregunta ¿dónde está la memoria?, se puede decir que la memoria, o cada recuerdo, está codificada en pequeños circuitos o redes neuronales dentro del cerebro, y la codificación es a través de la interconexión del conjunto de neuronas; es importante entender entonces que si se cambia la interconexión de ese conjunto de neuronas, se puede cambiar o hasta destruir el recuerdo correspondiente. Además, y esto es un poco

sorprendente, un mismo circuito neuronal puede contener varios recuerdos; cada uno de estos recuerdos se trae al consciente dependiendo del estímulo que la red neuronal recibe. Diferentes estímulos a la misma red neuronal resultan en recuerdos distintos, tal vez relacionados, pero diferentes, de la misma forma que el mismo circuito del reproductor de DVD puede mostrar diversos escenarios respondiendo a distintas señales provenientes de discos grabados con situaciones diferentes.

Ahora, si somos la suma de nuestros recuerdos, y los recuerdos se van creando a medida que la persona va viviendo, entonces debemos ser consecuencia del entorno en el cual crecimos, y de infantes de memoria virgen pasamos a ser individuos con características que nos definen solamente como reflejo de las experiencias de vida. Esta idea la llevó Burrhus Frederic Skinner al extremo de sostener que si dos recién nacidos se cambian de cuna, uno iría a ser lo que sería el otro si no se hubiesen cambiado de cuna. Skinner sostuvo que, como consecuencia de que somos el producto de nuestro entorno y recuerdos de infancia, es posible condicionar a cualquier persona a que sea quien uno quiere que sea. Lo llamó “condicionamiento operante”. No vamos a entrar en los detalles del conductismo, que es como se le conoce a la teoría de Skinner; basta decir que si las cosas realmente fuesen de la forma en que él defiende, que la persona es únicamente una consecuencia de los refuerzos y de las inhibiciones del entorno, realmente no habría ni libertad ni dignidad. Felizmente no es así, las personas son lo que son en gran parte por los refuerzos e inhibiciones que impone el entorno, pero solo en gran parte; como veremos más adelante hay otros factores muy importantes que definen la personalidad de las personas.

Hemos recorrido un asombroso camino y en él hemos descubierto lo que somos, y sin duda a muchos esto los ha sorprendido. Ahora que sabemos lo que somos, tratemos de entender quiénes somos.

Para ello es necesario un viaje a través de la evolución y preservación de las especies. Charles Darwin propuso la teoría de la selección natural, en la cual se postula que la naturaleza selecciona a las especies más adecuadas al entorno, eliminando a las demás. Eso es la selección natural y es el paradigma de más aceptación hoy en día para explicar la forma en que las especies se han desarrollado en el planeta. Para que se

produzca la selección natural deben haber muchísimas formas de una misma especie, y las formas no adecuadas desaparecen, quedando solamente aquellas de mayor resistencia. Es la sobrevivencia de los más aptos. Esto se ha visto y aún se ve de forma muy clara en microorganismos. Efectivamente, hay virus muy bien adaptados que están en nuestro ámbito de forma continua desde que se tiene memoria y son imposibles de erradicar, como el virus del resfriado común. Otros, como el virus de la poliomielitis felizmente no son adaptables. A grandes rasgos una enfermedad viral comienza con la entrada del virus al organismo; el sistema inmunológico al detectar el virus en general sigue dos caminos. El primero, si el virus ya es “conocido”, se desencadena inmediatamente una producción de anticuerpos que eliminan al virus sin que este traiga mayores consecuencias al organismo. El segundo, si el virus no es “conocido”, el sistema inmunológico lo “estudia” y cuando lo “entiende” produce los anticuerpos diseñados específicamente para combatir este virus. Este mecanismo del sistema inmunológico permite la confección de vacunas, que no son otra cosa que virus muertos o desactivados, los cuales al entrar en el organismo enseñan al sistema inmunológico a producir anticuerpos específicos para combatir este virus y solamente este virus. La vacuna no causa la enfermedad, ya que está compuesta de virus incapaces de reproducirse. La vacuna hace que el sistema inmunológico “conozca” al virus, así cuando un virus vivo entra al organismo el sistema inmunológico ya “sabe” combatirlo, de esta manera el virus no tiene tiempo de reproducirse y producir la enfermedad. Fue de esta forma, a través de la vacunación masiva, que prácticamente se erradicó la poliomielitis en los países más desarrollados. Esto ha sido posible ya que el virus de la poliomielitis no cambia de vestiduras, que es la proteína que lo envuelve; en cambio, el virus del resfriado común cada cierto tiempo sufre una mutación con la cual cambia de vestidura para no ser reconocido por el sistema inmunológico. Por este motivo no hay vacuna que proteja contra el virus del resfriado común, el cual sobrevive a través de la propagación incluso a individuos que ya han tenido la enfermedad. El haber estado resfriado solamente otorga inmunidad al virus con la vestidura que causó el resfriado y no a sus mutaciones. El organismo de más plasticidad y que se adecua mejor al entorno sobrevive y aquellos que no

pueden hacerlo eventualmente desaparecen. Es la teoría de la evolución de Darwin en acción.

Pero para que la teoría de Darwin realmente funcione son necesarias muchas formas de la misma especie para que la mejor adecuada al entorno sobreviva. Hay especies que no han tenido muchas formas y sin embargo han sobrevivido, y lo han hecho no por selección natural, sino por adaptación y transmisión de los caracteres adquiridos, como propuso Jean Baptiste Lamarck en lo que se conoce también como adaptación. La evolución de las especies en el planeta ha sido tanto por la selección natural propuesta por Darwin como por la transmisión de caracteres adquiridos o adaptación propuesta por Lamarck. Algunas especies han seguido el destino sugerido por Darwin, otras el destino sugerido por Lamarck. Un ejemplo muy ilustrativo de la transmisión de caracteres adquiridos son las cebras. No se conocen muchas formas distintas de cebras para que solamente aquellas que originalmente temían a los leones pudiesen haber sobrevivido. Lo que sí es posible es que en un tiempo lejano una manada de cebras que no temían a los leones vio cómo algunas eran devoradas por ellos. Eso fue un episodio traumático en la especie, y para poder sobrevivir como especie era necesario adaptarse, esto es crear el miedo a los leones y transmitirlo a las generaciones venideras. Así, el instinto de temer al león se codificó de alguna manera en el mensaje genético como carácter adquirido y desde ese entonces se transmite a través de las generaciones de las cebras. Otro ejemplo, el clásico, es el de la jirafa, que por alcanzar los follajes más altos de la vegetación fue estirando el cuello y pasado este carácter de generación en generación cada vez con cuello más alargado. En ambos casos, el cambio no llegó a modificar la especie, lo que quiere decir que la secuencia del ADN se mantuvo. Entendamos ahora lo que esto significa y cómo se lleva a cabo. La forma o el mecanismo en que este instinto se llevó a modificar el comportamiento de algún gen en el ADN de las cebras primordiales que con ello alteraron su mensaje genético no se conoce, pero hay evidencia de que esto sí ocurre en la naturaleza, y es el fenómeno de resistencia bacteriana a antibióticos. Efectivamente, al inicio de los antibióticos hace más de 50 años, la gran mayoría de las enfermedades producidas por bacterias se curaba con estos fármacos. Por desgracia, las bacterias están mutando para no ser vencidas por las drogas que las han derrotado. Un

ejemplo muy preocupante es la tuberculosis, que ya ha mutado a cepas resistentes a antibióticos de primera línea de defensa, como el antibiótico isoniazida. Una manera en que las bacterias consiguen esta resistencia a los antibióticos es de la forma propuesta por Lamarck, esto es, aprendiendo a sintetizar enzimas que neutralizan a la droga por medio de un mecanismo que modifica el comportamiento de algún gen que luego se transmite de generación en generación, creando toda una variante del microorganismo resistente al medicamento. De la misma forma, las cebras pudieron crear un mecanismo que altera el comportamiento de uno de sus genes para producir descendientes temerosos al león. Recordemos que el mensaje genético que se encuentra en el ADN es un conjunto de instrucciones que se proporciona al embrión de cebra fecundado para que se desarrolle formando órganos, tejidos, nervios y también neuronas cerebrales con sus correspondientes conexiones. Y aquí está la clave y la respuesta a lo que es el instinto, a lo que es el comportamiento innato. Es el circuito neuronal que se forma al desarrollarse el embrión el cual corresponde a estos comportamientos innatos; las instrucciones para crear este circuito neuronal en el cerebro están dadas por una alteración en el comportamiento de algún gen responsable por el comportamiento modificado de las cebras debido a una experiencia traumática sufrida por ancestros de la especie.

No hay duda de que también los humanos nacemos con una serie de instintos de preservación. De hecho, hay un experimento muy interesante efectuado por Eleanor Gibson y Richard Walk de la Universidad de Cornell en el cual una superficie transparente suspendida a un metro del suelo más o menos se divide en dos secciones, una de ella se oscurece dando la percepción de solidez y por la otra sección se deja ver el abismo. Al colocar un infante que apenas ha aprendido a andar sobre la superficie oscurecida, el infante se desplaza solamente por la superficie oscurecida, apenas asomándose al abismo, sin llegar a transponer la frontera incluso cuando la madre de este lo llama desde el otro lado de la superficie transparente. Este es un claro ejemplo de un comportamiento innato en la raza humana (los autores sostienen que el carácter innato de este comportamiento se prueba comprobando que sujetos no humanos se comportan de igual forma), un claro ejemplo de un comportamiento no aprendido, sino que de alguna manera heredado. En efecto, este com-

portamiento está codificado en el ADN y al gestarse el cerebro, un cierto conjunto de neuronas se conecta en una red que al recibir un impulso o estímulo del sistema visual por percibir un abismo se activa ordenando al sistema motor a alejarse del abismo percibido. Es similar a lo que sucede con las cebras: cuando una cebra huele la cercanía de un león o lo percibe a la distancia se activa el circuito neuronal correspondiente al instinto de temer a los leones, el cual envía una señal a la glándula suprarrenal para que libere epinefrina, la cual al entrar al flujo sanguíneo prepara al animal para enfrentar situaciones de emergencia aumentando el suministro de oxígeno y glucosa al cerebro y a los músculos, y a la vez dando señal de huida o enfrentamiento; en este caso de huida, con lo cual la cebra escapa alejándose del león lo más rápidamente posible; la rapidez de escape es más veloz que el cabalgar normal de la cebra debido al exceso de oxígeno y glucosa generados por la epinefrina en la sangre. Con esto la cebra salva su vida. La herencia de los caracteres adquiridos se gestó como uno de los mecanismos que aseguran la sobrevivencia a la especie. Esto también es verdadero en las formas de vida superiores, como nuestro miedo a las fieras, como leones, tigres, lobos, etc; miedo a fenómenos naturales, como tormentas, temblores y otros similares. La codificación en el ADN de un tal carácter es un acto no voluntario ni consciente, algún sistema interno se encarga de ello sin que el sujeto lo perciba. Además, el sujeto no tiene acceso a este sistema, por lo que no podría de forma consciente alterar su mensaje genético. Este sistema interno de alteración del mensaje genético, que tiene su origen en la preservación de la especie, no tiene la capacidad de distinguir lo que es necesario para la sobrevivencia de la especie y lo que no lo es. Simplemente se encarga de codificar aquello que en algún momento ha sido una experiencia de gran traumatismo en algún individuo o conjunto de individuos. Por este motivo, no todos nuestros caracteres adquiridos por experiencias traumáticas están relacionados directamente con la sobrevivencia de la especie humana; por ejemplo, frente al incendio de una vivienda, que supondremos de madera, en la cual muere toda la familia de un sujeto, la cual es una situación sin duda muy traumática, por lo que el sistema encargado de programar situaciones de sobrevivencia puede confundir con una situación de sobrevivencia y grabar en el ADN del individuo terror asociado con olor a

madera quemada. Este carácter ahora adquirido se irá a propagar a los descendientes, y el olor a madera quemada, de por ejemplo una inocua chimenea, les irá a producir angustias, miedos y aprensión, sin que ello contribuya de alguna manera a la preservación de la especie. Más adelante consideraremos nuevamente este ejemplo.

Volviendo a lo que somos, las experiencias de vida nos forjan y nos hacen en parte ser lo que somos. Esto es, las experiencias de vida van programando dentro de nuestro cerebro redes neuronales que son las que componen nuestra personalidad y otras a las que llamamos recuerdos; así, situaciones futuras gatillan alguna de estas redes haciendo que nos comportemos de una cierta manera. Como lo escribió Jorge Luis Borges en el poema 1964, “un símbolo, una rosa te desgarrar y te puede matar una guitarra”; es decir, alguna situación entristecedora que vivimos ha dejado una huella imborrable y tan fuerte en nosotros que al recordarla nos vuelve la misma tristeza de cuando eso sucedió. En lo que hemos visto esto significa que la situación entristecedora tuvo como efecto el que algunas neuronas de nuestro cerebro se conectaran en una red que al activarse nos produce la tristeza que provocó la situación original, y esta red se activa con el estímulo sensorial que “recuerda” el hecho entristecedor, como el símbolo o la rosa a la que Borges alude. A estas redes neuronales que se forman de hechos tristes sin ser traumáticos les podemos llamar redes neuronales transitorias, ya que con el tiempo van perdiendo su estructura y aminorando las sensaciones que producen. Son redes que en el gran esquema de las cosas, aunque en su momento nos parezcan de una importancia fundamental, son irrelevantes y terminan desapareciendo con nosotros. Otras sin embargo no lo son. De esto nos vamos a ocupar en lo que sigue.

Hay tristezas, desasosiegos o incluso pánico que no comprendemos, como a veces las que nos trae el fin de una tarde tibia o el aroma del fin del verano, la claridad del aire después de una lluvia o la lluvia misma en una mañana fría y oscura. Y hay situaciones de angustias, miedos o ansiedades aún más incomprensibles. Un cierto ruido nos produce un momento de terror, o una imagen nos hace angustiarnos, o alguna voz en medio de otras nos trae ansiedad y la buscamos en la multitud sin hallarla, o como en la ilustración de más arriba, el olor a leña quemada puede

producir terror y profundo dolor. Otras veces un rostro nos produce rechazo, un tono de voz rencor, una mirada turbación, o lo contrario, un rostro nos da ganas de acariciarlo, o una imagen nos llena de ternura, o una voz nos da sosiego. Entremos a entender a qué se debe todo esto.

El aprendizaje nos es más que programar en nuestro cerebro un conjunto de neuronas en red que al activarlas nos hacen ser diestros en lo que aprendimos; ahora, si algo se aprende de forma equivocada, es difícil volver a programar la red neuronal asociada a ese aprendizaje, de modo de corregir las fallas en lo aprendido. Difícil pero posible, ya que podemos tener “acceso” a la red neuronal mal programada a través de aprender correctamente y reprogramar la red hacia el aprendizaje correcto. Ahora si alguna de nuestras redes neuronales es consecuencia de algún hecho traumático de algún ancestro, y ello nos produce una carga de tristezas o angustias que nos ocultan el sol de la felicidad o del sosiego, no podemos volver atrás para que nuestro ancestro pueda corregir la situación reprogramando esa red que está en las profundidades de nuestro cerebro, de la misma forma en que el aprendizaje correcto remedia el aprendizaje equivocado reprogramando la red correspondiente. Por otro lado, si alguna de nuestras experiencias traumáticas ha dejado huella en una red neuronal programada para traérnosla de vuelta y la experiencia ha sido tan profunda que se transfirió a nuestro mensaje genético produciendo un carácter adquirido hereditario, no podemos volver atrás para cambiar el pasado. Nos preguntamos ahora si estas situaciones pueden remediarse de una forma análoga a la de remediar el aprendizaje equivocado con el aprendizaje correcto. A ello nos iremos a abocar en lo que sigue.

De acuerdo con lo que hemos visto, podemos dividir nuestros circuitos neuronales en tres clases; a saber, la clase de los que son comunes a nuestra especie como instintos y temores primordiales que llamaremos de clase primordial; la clase de los caracteres adquiridos por herencia de nuestros ancestros que es única a nuestro linaje que llamaremos de clase ancestral, y la clase de los que se han programado a causa de nuestras propias vivencias que es única en cada individuo que llamaremos de clase individual. Es justo decir que las dos primeras clases forman nuestra personalidad y la última clase complementa a esta componiendo nuestra identidad. Entonces lo que se abordó al inicio en referencia al

conductismo de Skinner que sostiene que no hay ni libertad ni dignidad ya que somos el producto de nuestras vivencias no es en realidad así, pues nacemos con una personalidad bien definida; nuestras vivencias solamente complementan la personalidad dando lugar a la identidad. Entonces al cambiar dos recién nacidos de cuna no es verdadero que el desarrollo de uno sería idéntico al desarrollo del otro si no lo hubiesen cambiado de cuna, ya que la personalidad de cada uno marcaría su identidad. Por este motivo el condicionamiento operante solamente es de éxito bastante restringido.

Hemos insistido en que las redes neuronales que componen cada una de las clases descritas están formadas por un número relativamente pequeño de neuronas y también un número relativamente pequeño de conexiones; pero lo de “relativamente pequeño” es en relación al número total de neuronas y de conexiones en el cerebro humano. El cerebro humano está compuesto de unos cien mil millones de neuronas, que se interconectan entre ellas formando más de cien millones de millones de conexiones. Para tener una idea de lo casi inimaginable de estos números, supongamos que pudiésemos crear una neurona por segundo; para llegar a tener las neuronas de un cerebro se necesitarían más de cinco mil años, esto es, si hubiésemos comenzado en la edad del bronce cuando la humanidad descubrió la metalurgia hasta hoy, solamente hubiésemos logrado crear las neuronas de un solo cerebro; si luego nos demoramos otro segundo en hacer una conexión entre las neuronas, demoraríamos un millón de años más en terminar la tarea de interconectar las neuronas y formar un cerebro humano; dado que nuestro universo tiene alrededor de veinte mil millones de años, si hubiésemos empezado al nacimiento de nuestro universo la tarea de ensamblar cerebros, solamente hubiésemos logrado construir no más de cinco de ellos en todo el tiempo que ha existido el universo. Son números inconcebibles para la mente humana. Es interesante recordar que los microprocesadores de última generación no llegan a tener más de cincuenta millones de transistores; esto es, más de dos mil de ellos se necesitarían para llegar al número de transistores del orden de magnitud de las neuronas en un cerebro humano; eso sin contar las conexiones. Debido a su gran número, las neuronas deben ser muy pequeñas, unas cincuenta mil caben en la cabeza de un alfiler, por eso, a pesar del gran número de neuronas en el cerebro, este es de un volumen

relativamente pequeño, es de aproximadamente 1500 centímetros cúbicos, lo que equivale a solamente un litro y medio. Este enorme número de componentes en el cerebro permite que las redes neuronales especializadas, como las redes que componen las clases descritas anteriormente, tengan redundancia. Esto significa que la red tiene más elementos y más conexiones de lo necesario, así varias subredes cumplen la misma función; esto tiene como objetivo minimizar los posibles daños cerebrales ya sea por traumatismos o por necrosis, ya que al desactivar o destruir parte de la red, esta aún puede ejecutar correctamente su función. Entonces, por “pequeño” número de neuronas en las redes neuronales que hemos estudiado se quiere decir varios miles de neuronas con varias decenas de miles de conexiones; es importante hacer notar que una neurona puede participar de varias redes a la vez, y de hecho así es; eso es similar a nosotros por ejemplo que somos parte de nuestro equipo de trabajo en la oficina, y también del equipo de fútbol del barrio, y de la asociación de padres y maestros de la escuela de nuestros hijos, y así por delante sin que esto signifique ni contradicción ni traslape de funciones. Además, un mismo circuito neuronal puede cumplir más de una función, dependiendo del estímulo que recibe.

Todo lo que hemos visto hasta el momento nos lleva a la inexorable conclusión de que al nacer venimos con una carga emotiva, motora y sensorial bastante grande como consecuencia de las redes neuronales de las clases primordial y ancestral con la que se ha formado nuestro cerebro. Estas son las redes neuronales que nos causan las emociones y sensaciones que no logramos comprender ni logramos saber a qué se deben ni menos aún podemos saber su origen. Con el tiempo se va poblando nuestra clase individual de redes neuronales, se van estableciendo y debilitando conexiones y las emociones y sensaciones que provienen de esta clase sí las comprendemos, es el símbolo o la rosa de la cual nos habla Borges. Toda esta carga emotiva y sensorial muchas veces interfiere con que vivamos una vida plena y que disfrutemos de las alegrías que nos proporciona el destino; incluso hay veces en que nos hace tener sentimientos encontrados con quienes nada de malo nos han hecho. Entonces, si de algún modo pudiésemos anular o modificar las redes neuronales que traen negatividad a nuestra vida, tendríamos una existencia más serena y sosegada. Nuestro cerebro es de una complejidad física

inconcebible, por ello es prácticamente imposible poder entrar en él, en sus profundidades para desactivar o modificar las redes neuronales de negatividad; incluso si pudiésemos hacerlo por un lado, la redundancia haría la tarea inalcanzable, por otro si desactivásemos algunas de las neuronas de esas redes, esto podría tener consecuencias no deseadas en el funcionamiento cerebral, ya que se podría tratar de neuronas que cumplen también otras funciones, las cuales pueden ser muy importantes. Lo que se debería hacer para apagar las redes de negatividad es similar a lo que se hace cuando ha habido aprendizaje equivocado, volver a programar la red asociada con el aprendizaje equivocado a través de un aprendizaje correcto. Pero las experiencias pasadas, ya sean ancestrales o individuales, no las podemos volver a vivir, entonces es necesario buscar nuevos caminos.

◦ Ese nuevo camino es el que ha hallado la Ancestrología. Dos ilustraciones nos servirán para explicar lo que queremos y de paso responder a las tres incógnitas que nos propusimos aclarar al inicio. La primera ilustración es la red neuronal creada por carácter adquirido del ancestro imaginario al cual se le quemó su casa con la familia dentro y eso nos acarrea que al oler madera quemándose, aunque sea de forma inocua, se nos encoja el corazón y nos invada una congoja incomprensible; este es un circuito de la clase ancestral. La segunda ilustración es la red neuronal causada por un serio conflicto con un familiar, en particular un antagonismo con los padres del individuo, que es lo más común que suceda; este es un circuito de la clase individual.

Para lograr reprogramar el circuito proveniente de la clase ancestral es necesario lograr una conexión o vínculo con el ancestro; este es uno de los ejercicios de la Ancestrología, el conectarse al ancestro correspondiente al circuito que al oler madera quemada nos trae angustias; se sabe que la conexión se ha logrado al sentir la angustia producida por la red en cuestión, en este momento es posible que se esté en condiciones de reprogramar la red a través de forzar sensaciones de paz y sosiego. La repetición de este proceso es lo que puede llevar a liberar al individuo de la carga emotiva asociada con esta red y llevar a que su activación produzca sosiego y no angustias. Esto es en pocas palabras el proceso que propugna la Ancestrología para reparar las cargas negativas provenientes de circuitos de la clase ancestral.

Para modificar el circuito proveniente de la clase individual, como el del antagonismo con los padres, el proceso es algo distinto, ya que es necesario primero aceptar a los padres por lo que son, sin querer que sean o que hayan sido distintos a lo que son o lo que fueron. Esto se logra en parte volviendo a revivir los hechos traumáticos y forzar el sentimiento a cambiar de negativo a positivo; con esto se logrará eventualmente reprogramar el circuito correspondiente a rencores o negatividad, de modo que este ahora traiga sosiego a la persona en vez de angustias, que en vez de desconsuelo traiga alegría y en vez de odio genere amor. Además, y esto es quizás lo más importante y valedero, al reprogramar este circuito, también se lo eliminará en el mensaje genético como negatividad, y así la persona no los cargará de herencia a sus descendientes sus propios conflictos.

Finalmente, podemos ahora responder a las tres incógnitas del inicio. La Ancestrología es el vehículo para conectarse a circuitos de las clases ancestral o individual que al activarse producen negatividad. Las metas de la Ancestrología son el reprogramar los circuitos que producen negatividad para que traigan serenidad y sosiego. La Ancestrología sirve para mejorar la calidad de vida aliviando las cargas ancestrales e individuales que no permiten un vivir sereno y pleno, y también para soltar el lastre de conflictos para no dañar con ellos a las descendientes. Debido a la complejidad neuronal del cerebro humano, a pesar de las claras metas de la Ancestrología, es necesario que el ancestrologo sea de mucha percepción y de mucha sabiduría, ya que los caminos que se deben seguir son muy delicados; un paso en falso en vez de alivianarle la carga emotiva a una persona se la puede hacer aún más pesada.

Alejandro Engel Bratter Rochester,
Nueva York
junio 2009

• Bibliografía •

- Actis Danna, Marcelo. *PNL: Programación Neurolingüística*. Longseller, 2006.
- Anderson, Brenda. *Conoce el poder de tu campo cuántico*. Urano, 2007.
- Bessi Magnoli, Adriana. *El derecho a vivir mejor*. 1996.
- Braden, Gregg. *La Matriz Divina*. Sirio, 2006.
- Bradshaw, John. *Secretos de familia*. Obelisco, 2008.
- Ceberio, Marcelo R. *Quién soy y de dónde vengo: el taller de Genograma*. Tres Haches, 2004.
- Cyrulnik, Boris. *Del gesto a la palabra: la etología de la comunicación en los seres vivos*. Gedisa, 2004.
- *El Amor que nos cura*. Gedisa, 2006
- *De Cuerpo y Alma*. 2007. Gedisa, 2007.
- *Autobiografía de un espantapájaros*. Gedisa, 2009.
- Dancourt Masías, Daniel. *Luces y sombras del Árbol Genealógico*. Ediciones Librería Argentina.
- Díaz, Luis Ángel. *La memoria en las células*. Kier, 2008.
- Dispenza, Joe. *Desarrolle su cerebro*. Kier, 2007.
- Dyer, Wayne W. *Inspiración*. Norma, 2007.
- *El poder de la intención*. Debolsillo, 2008.

Engel, Pedro y Gloria Liberman. *Caminos alternativos de sanación*. Grijalbo, 1998.

— *Los sueños, interpretación y experiencia*. Grijalbo, 1998.

Franke, Ursula. *Cuando cierro los ojos te puedo ver*. Alma Lepik, 2005.

Franke-Gricksch, Marianne. *Eres uno de Nosotros*. Alma Lepik, 2006.

Gallardo, Laura Rincón y otros. *El abrazo consentido*. Instituto Prekop México, 2008.

Garriga Bacardi, Joan. *¿Dónde están las monedas?* Rigden Institut Gestalt, 2006.

— *Vivir en el alma*. Rigden Institut Gestalt, 2008.

Grof, Stanislav. *La mente holotrópica*. Kairós, 1993.

Hellinger, Bert. *El manantial no tiene que preguntar por el camino*. Alma Lepik, 2007.

— *Religión, Psicoterapia, Cura de Almas*. Herder, 2001.

— *El centro se distingue por su levedad*. Herder, Barcelona, 2002.

— *Felicidad que permanece*. Rigden Institut gestalt Gaia ediciones, 2008.

— *La verdad en movimiento*. Alma Lepik, 2008.

— *Raquel solloza por sus hijos*. Herder, 2006.

— *Pensamientos en el Camino*. Ridgen Edit. S. L., 2006.

— *Órdenes del Amor*. Herder, 2001.

— *Los Órdenes de la Ayuda*. Alma Lepik, 2006.

— *Mística cotidiana*. Alma Lepik, 2008.

— *Cuentos de Vida*. Alma Lepik, 2009.

Hellinger, Bert y Tiiu Bolzmann. *Imágenes que solucionan*. Alma Lepik, 2003.

- Hellinger, Bert y Gabriele Ten Hövel. *Reconocer lo que Es*. Herder, 2000.
- *Un largo Camino*. Alma Lepik, 2006.
- Jascha. *Conversaciones con mi Ser Superior*. Editorial Lulu.
- Janov, Roger J. *Constelaciones familiares: terapia de la reconciliación*. Ediciones Masters.
- Jodorowsky, Alejandro. *La Danza de la Realidad*. Random House Mondadori, 2005.
- Jodorowsky, Cristóbal. *El collar del tigre*. Ediciones Martínez Roca, 2007.
- Kutschera, Ilse y Christine Schéffler. *Enfermedad que sana*. Alma Lepik, 2006.
- Levy, Alexander. *El adulto huérfano*. Atlántida, 2001.
- Liebermeister, Svagito R. *Las raíces del Amor*. Gulaab, 2006. McAllister *Al Ho'oponopono* – Crescent Ltda E-Book 2007. McTaggart, Lynne. *El campo*. Sirio, 2002.
- McTaggart, Lynne. *El experimento de la intención*. Sirio, 2007.
- Moggi, Jair y Daniel Burkhard. *El espíritu transformador*. Editorial Antroposófica, 2007.
- Neuhauser, Johannes (ed.). *Lograr el Amor en la pareja*. Herder, 2002.
- Payne, John L. *Constelaciones familiares para personas, familias y naciones*. Obelisco, 2007.
- *La Presencia del Alma*. Luciérnaga, 2009.
- Pearl, Eric. *La Reconexión*. Obelisco, 2007.
- Prekop, Jirita. *El Primogénito*. Herder, 2007.
- Prekop, Jirina y Bert Hellinger. *Si supieran cuanto los amo*. Herder, 2004.

Roy, Marie-Louise. *Liberarse del karma familiar*. Ediciones y distribuciones Vedrá, 2006.

Sánchez Gavete, Francisco. *Constelaciones familiares: una guía de trabajo*. Rigden Institut Gestalt, 2009.

Schützenberger, AnnAncelin. *¡Ay, Mis Ancestros!* Edicial Buenos Aires, 2002.

Schützenberger, AnnAncelin y Evelyne Bissone Jeufroy. *Salir del duelo*. Taurus, 2007.

Sierra, Malú. *Sueños, un camino al despertar*. Editorial Puerta abierta, Santiago, 1988.

Stevens, Barry. *No empujes el río, porque fluye solo*. Cuatro Vientos, 1979.

Van Kampenhout, Daan. *La Sanación viene desde afuera*. Alma Lepik, 2007.

Van Kampenhout, Daan. *Las Lágrimas de los Ancestros*. Alma Lepik, 2007.

Van Dusen, Wilson. *La profundidad natural en el hombre*. Cuatro Vientos, Santaigo, 1977.

Van Eersel, Patrice y Catherine Maillard. *Mis antepasados me duelen*. Obelisco, 2004.

Vergara, Delia. *Encuentros con Lola Hoffmann*. Antártica, Santiago, 1989.

Wauters, Ambika. *Los Chakras y los Arquetipos*. EDAF, 1998.

Weber, Gunthard (ed.). *Felicidad dual*. Herder, 1989.

Impreso en Primera Clase Impresores
California 1231 - C.A.B.A.
Octubre de 2014