

Pero —lo más destacable— es que esos escritos revelan la intimidad de su alma y la profundidad santa de su relación con Dios.

Entra por tercera vez al monasterio con 25 años en 1930. Solo y sin director espiritual, producto de la guerra, la profunda experiencia de Dios en Rafael le permite crecer y anhelar el cielo vía renunciamiento del mundo. Su salud no mejora. El poco alimento que consume —por descuido del enfermero— agrava la situación. Guarda silencio. Ya casi no logra participar del rezo monacal.

Rafael sale por tercera vez y regresa a la Trapa en 1937. Tiene la certeza que regresa para morir. Ofrece a Dios su vida y su cruz. Reconoce ese sufrimiento como su vocación. Sufre no por su enfermedad, sino como el ciervo que anhela las corrientes de agua. Vive una semana Santa intensa —en 1938— que le transforma definitivamente; perdona la ofensa de un hermano y dedica horas a la oración ante el Santísimo.

Así llega el Domingo de Pascua —17 de abril— el abad le impone la cogulla y el escapulario negro en su despacho. Ya era monje de coro. Rafael había cumplido —hace ocho días— 27 años. Sólo le quedaban 9 días de vida. Tras su sonrisa se ocultaba el sufrimiento.

El 21 de abril de 1938 por la mañana, jueves de pascua, lo visita su padre. Todo parecía estar bien. Rafael parecía feliz. Al día siguiente, Rafael no logra levantarse de la cama. Entra en coma diabético. Delira y sufre.

Así llega el domingo —24— de la octava pascua. Rafael, impulsado por una sed abrasadora, se levanta como pudo de la cama y se dirige al grifo de agua fría. Acerca sus labios al metal, pero se detuvo y no bebió una gota de agua. Presente tuvo la sed de Jesús en la cruz. El lunes, hacia las seis de la madrugada, se le administró la extremaunción. El martes 26 recuperó la conciencia. Hacia las seis de la mañana —asistido por su confesor— murió. Todos estaban convencidos que moría un santo. Allí mismo se obtuvieron las primeras reliquias.

Así finaliza —adicionando unos apéndices— esta excelente obra, escrita con intensidad afectiva y profundidad espiritual.

WILLIAM RODRÍGUEZ CAMPOS

M. COLODRÓN, *Muñecos, metáforas y soluciones. Constelaciones familiares en sesión individual y otros usos terapéuticos*, Bilbao: Ed. Desclee de Brouwer, 2009.

Este libro describe un enfoque de psicoterapia individual que utiliza como base teórica las constelaciones familiares y como herramienta de intervención el trabajo con muñecos. En la primera parte se presenta la metodología de trabajo con muñecos y en la segunda parte se introduce la teoría de las constelaciones familiares y sus aplicaciones en psicoterapia individual utilizando muñecos, anclajes, visualizaciones y frases sanadoras. Se trata de un libro fundamentalmente práctico, en el que a través de viñetas clínicas o de resúmenes de procesos terapéuticos se dan las claves de intervención que luego se explican desde la teoría. Esto hace su lectura especialmente amena y enriquecedora, y una buena herramienta de formación o de generar nuevas posibilidades de intervención para los lectores que realicen inter-

venciones psicoterapéuticas o que trabajen en cualquier ámbito de las relaciones de ayuda.

Después de un capítulo introductorio, el segundo capítulo presenta el uso de los muñecos en el espacio terapéutico, describiéndolos como una herramienta de tipo simbólico que sirve para representar de forma metafórica y visual las dinámicas relacionales entre las personas que componen un sistema. Esto facilita en el nivel intrapersonal un proceso de integración personal y mayor autoconocimiento, al ver plasmados en los muñecos sus conflictos internos o relacionales, o la evolución de una determinada situación a lo largo del tiempo. Asimismo promueve la asunción de la propia responsabilidad sobre el cambio. Al verse la persona representada en los muñecos, se amplía la visión que tiene de su problema, percibe mejor cómo forma parte del mismo y accede a través del movimiento de los muñecos a una imagen de solución, sintiéndose más capacitada para realizar cambios. Por último, a nivel sistémico, los muñecos sirven para representar de forma simbólica cómo se despliegan las relaciones familiares, incluyendo a la familia de origen y miembros de la familia extensa, mostrando qué lugar ocupa la persona en ese sistema y cómo puede encontrar una mejor posición o lugar de fuerza dentro de ese sistema relacional.

El tercer capítulo expone las reglas básicas para trabajar con muñecos. Partiendo de la demanda del cliente de abordar un determinado tema, el terapeuta le propone cómo orientar el trabajo con los muñecos y qué personajes que se van a incluir inicialmente en esa exploración. El cliente escoge los muñecos que mejor puedan representar a los miembros del sistema y les sitúa en el espacio de forma que plasmen cómo son las relaciones entre ellos y con él. A partir de ahí es fundamentalmente el terapeuta quien sugiere los posibles movimientos de los muñecos, intentando buscar un mejor lugar para el cliente o siguiendo las resonancias que se produzcan a lo largo del proceso. Mientras tanto el terapeuta va formulando preguntas al cliente haciendo referencia a los muñecos y manteniéndose en el aquí y ahora (cómo se siente el muñeco que representa al cliente o a cualquier otro miembro del sistema, qué podría estar diciendo, etc.). Lo importante en este proceso es que el propio cliente sea quien otorga significados a este proceso, ayudado en ocasiones por preguntas o sugerencias del terapeuta, pero sin que en ningún caso se conviertan en interpretaciones de éste acerca de la experiencia del paciente. El terapeuta facilita que el cliente amplíe su mirada pero sin imponer la suya, confrontar directamente al cliente o generar más resistencias. Tal como se expone en la cita de Diderot. «A la conciencia hay que iluminarla, nunca empujarla». Al final de la sesión es importante recapitular el proceso (evitando intelectualizaciones) y dar tiempo para respetar el propio proceso de cambio del cliente.

El cuarto capítulo hace un repaso a distintas herramientas terapéuticas equivalentes o similares al trabajo con muñecos tales como la escultura familiar, la rejilla de Kelly, la silla vacía y las técnicas narrativas. Todas ellas amplían la construcción de la realidad de una forma intuitiva, mediante un lenguaje simbólico y metafórico, y facilitan la experimentación de distintas vivencias y posibilidades.

El quinto capítulo describe distintas aplicaciones del trabajo con muñecos. En primer lugar, los muñecos sirven para hacer una evaluación del estado actual del cliente, sus conflictos, su imagen interna del problema y sus intentos de solución.

Asimismo en cualquier momento del proceso terapéutico los muñecos sirven para realizar reformulaciones del problema presentado por el cliente y crear metáforas que éste puede posteriormente utilizar para representar su realidad. Por ejemplo, ante el problema de una joven con retraso mental que ha dejado de hablar, la terapeuta se plantea la hipótesis de que este mutismo tiene que ver con la situación de enfermedad crónica de la madre. La voz que la paciente ha perdido se representa mediante un muñeco y se describe como un regalo que ella ha hecho a su madre. Se promueve en este proceso que la paciente acerque el muñeco que representa la voz al que la representa a ella, facilitando simbólicamente que ella recupere su voz y le regale a la madre la posibilidad de contarle cómo está y lo que necesita. Los muñecos actúan como catalizador emocional, el representar a las personas significativas, dramatizar sus relaciones en el espacio, y utilizar frases sanadoras propuestas por el terapeuta. Asimismo pueden ser utilizados por el terapeuta como apoyo explicativo a algo que quiere transmitir al paciente. En general, los muñecos facilitan que el cliente adquiera una visión más amplia del problema desde una metaposición y que pueda ensayar nuevas respuestas ante las situaciones problemáticas o estancadas que vive en la actualidad.

Todas estas aplicaciones del uso de muñecos se pueden dar tanto con adultos como en intervenciones psicoterapéuticas con niños y adolescentes, descritas a través de multitud de ejemplos en el capítulo seis. Estos ejemplos muestran cómo utilizar muñecos para realizar intervenciones puntuales en las que se exploran los conflictos relacionales y sus posibles soluciones. Por ejemplo, se describe el trabajo con una adolescente hija de padres separados que convive con su madre y que siente un conflicto entre la posibilidad de no crecer (quizá para permanecer acompañando a la madre que la ha hecho el centro de su vida) y la culpa que siente por dejar de ser la niña cariñosa y dependiente de la madre. Mediante el trabajo con los muñecos se explora la relación con su madre y las posibilidades de cambio en el futuro y se reformula la culpa como el miedo a dejar de ser querida y el precio a pagar por crecer. También se describe en detalle un proceso terapéutico con un adolescente con quien se utilizaron los muñecos para representar distintas escenas que reflejasen su trayectoria vital y el futuro deseado.

La segunda parte del libro describe el modelo de constelaciones familiares, resumiendo en el capítulo siete sus conceptos principales. Esta teoría describe a los sistemas humanos como «dinámicos y semiabiertos (nuevos elementos pueden entrar a pertenecer pero ningún elemento puede dejar de pertenecer aunque cambie de estatus, desaparezca o muera), manteniendo al mismo tiempo una estructura subyacente basada en una serie de órdenes o “leyes naturales”» (p. 137). Estas leyes, también llamadas “órdenes del amor” giran en torno a la idea de *vínculo* y de *conciencia*. Desde esta perspectiva se considera que estamos vinculados afectivamente de una u otra forma no sólo con las personas que conocemos sino también “con aquellas que no conocemos pero que han intervenido de una u otra forma en la constitución de nuestro sistema y de su destino” (p. 137-138), tales como las que han hecho sitio para que nosotros llegáramos al sistema (por ejemplo las parejas anteriores de nuestros padres, que dejaron lugar a que estos se encontrasen y posteriormente naciósemos nosotros). Otro concepto importante es el de “conciencia”, que es “el órgano interno que nos advierte sobre si el “movimiento” (conducta, actitud, opinión) que estamos

haciendo nos aleja o no de nuestro sistema” (p. 138). Esta idea guarda relación con el concepto de culpa como miedo a dejar de ser amado. Cuando nos sentimos culpables, la conciencia nos está diciendo que estamos haciendo algo que pone en peligro nuestra pertenencia al sistema; por ello, la culpa es el acompañante inevitable en nuestro proceso de crecimiento e individuación, cuando dejamos de cumplir ciegamente con las normas, rituales o leyes no escritas en el sistema; es «el indicador de que estamos superando nuestra necesidad de ser “niños buenos” para convertirnos en adultos con criterios propios» (p. 139). Por el contrario, cuando actuamos guiados por el «amor ciego», intentando tener «buena conciencia», nos vemos limitados a no ser más felices o disfrutar más que los que nos precedieron, a expiar culpas de nuestros padres o abuelos y, en general, a asumir culpas que no nos corresponden. Esto es lo que se denomina «movimiento de la conciencia», que es el que manifiesta la dinámica del problema. En contraposición, en constelaciones se intenta promover los «movimientos del alma», que son aquellos movimientos hacia la solución «que implican que en el sistema se están teniendo en cuenta los tres *órdenes del amor*» (p. 139).

El primer orden es el de *pertenencia*, que implica que todas las personas que en algún momento han pertenecido al sistema mantienen un lugar en él, incluso si ya no están presentes (ex parejas, personas fallecidas). Cuando una persona es excluida mediante la ignorancia o el olvido la conciencia del sistema provoca que un miembro de una generación posterior lo incluya de forma inconsciente, asumiendo el destino de esta persona excluida (y por tanto sufriendo enfermedades o limitaciones que le impiden disfrutar de su propio destino). El segundo orden es el de *jerarquía*, que implica que los miembros del sistema que llegaron antes tienen prioridad sobre quienes llegaron después. Los que llegan antes deben ser reconocidos como tales y tienen el derecho y el deber de mantener su lugar de prioridad. Los que llegan más tarde (por ejemplo, la familia de procreación respecto a la familia de origen) tienen prioridad en cuanto a la atención y el cuidado. Finalmente, el tercer orden es el de *la compensación entre dar y tomar*. Esto implica que los que llegaron antes al sistema dan y los que llegaron después toman. Así, en las relaciones entre padres e hijos o entre mayores y menores no hay reciprocidad o equiparación entre el dar y tomar, y los intentos de «igualar la deuda» (por ejemplo, devolviendo a los padres los que estos nos dieron), provocan malestar en el sistema. Según la teoría de las constelaciones familiares, «la compensación sólo puede producirse transgeneracionalmente, “hacia delante”»: «doy a mis hijos lo que mis padres me dieron», y también «disfruto de la vida en nombre de mis padres y mío propio» (p. 141). En las relaciones entre iguales (amigos, pareja), en cambio, sí debe equipararse el dar y tomar entre ambos miembros. Partiendo de la base de esta teoría, la forma habitual de intervención desde las constelaciones familiares se realiza en grupos en los que una persona consulta su caso y el terapeuta facilita, a través de la intervención de otros miembros del grupo, la representación de ese sistema relacional y los movimientos y frases sanadoras que conducen hacia una imagen de solución. En ésta, cada miembro tiene un lugar de dignidad y respeto; en el sistema se produce un movimiento hacia la reconciliación; el cliente asume su propia responsabilidad y se desprende de lo que no le corresponde; el amor adulto, que conlleva respeto, sustituye al amor ciego, que no reconoce los límites; y por último, el cliente asiente a su destino y al de su sistema, o bien da un paso en este sentido (p. 142).

Al aplicar los órdenes del amor a las relaciones de ayuda, Bert Hellinger, el fundador de las constelaciones familiares, formula los llamados «órdenes de la ayuda». El primero es que no se puede dar lo que no se tiene ni se puede tomar lo que no se necesita. En segundo lugar, para ayudar es necesario respetar las circunstancias del otro, aceptando sus fuerzas y sus limitaciones. En tercer lugar, debemos situarnos en una relación de igual a igual y ver al otro como adulto, en lugar de infantilizarlo. Debemos también contemplar al otro en relación a su sistema. Y finalmente, la ayuda debe estar al servicio de la reconciliación, que no implica un «final feliz» sino recuperar la dignidad, asentir a nuestro destino, renunciar a lo que no nos dieron, y dejar atrás fantasías de sanación y de salvar a otros.

Los capítulos posteriores del libro ejemplifican cómo trasladar esta teoría de las constelaciones familiares al trabajo en psicoterapia individual. En el capítulo ocho se dan indicaciones de cómo mostrar los vínculos afectivos y las jerarquías a través de la colocación de los muñecos al representar a la pareja, los hermanos, o las familias de origen. Los movimientos que se vayan dando en terapia, siguiendo los órdenes del amor, se ven así plasmados en la colocación de las figuras. En los capítulos nueve y diez se describen ejemplos de trabajo con muñecos y con anclajes, es decir, hojas de papel o trozos de fieltro que se colocan en el suelo en representación de los miembros del sistema, y que facilitan al consultante una visión global del sistema y una toma de contacto emocional con la posición de los distintos miembros. Otros elementos terapéuticos que pueden complementar este trabajo terapéutico se describen en el capítulo once. Las visualizaciones pueden servir de ayuda cuando el cliente tiene que dar un paso o hacer un cambio importante, cuando debe dar su lugar a una persona previamente excluida, o tener presente a alguien a quien debe devolver algo o presentar honra o respeto. Finalmente, las frases sanadoras (frases que el terapeuta formula e invita a repetir al cliente) son una herramienta muy útil para conseguir varios objetivos (p. 200): explicitar lo obvio de manera que el cliente integre lo expresado por distintos canales de comunicación haciéndose más consciente de ello; provocar la implicación personal y la reacción emocional al pronunciar y escuchar frases de carácter ancestral y arquetípico, tales como «gracias (a los padres) por darme la vida»; promover un cambio a partir de la intención paradójica que se produce al pronunciar palabras en sentido contrario al movimiento que el cliente necesita realizar (por ejemplo, una madre con dificultades para elaborar su separación matrimonial, que le dice a su hijo «querido hijo, no te quiero tal como eres, sólo quiero la mitad que viene de mí»; y en general, explorar o comprobar si la dirección de un movimiento es la adecuada, al comprobar qué efecto tiene en el cliente el pronunciar determinada frase.

El libro está lleno de ejemplos muy útiles de intervenciones terapéuticas y es de agradecer que la autora muestre y comparta de forma tan abierta su trabajo. También es muy clarificador el capítulo sobre la teoría de las constelaciones, que da las claves para entender el modelo que guía a la autora en las viñetas clínicas que presenta.

ALICIA MORENO FERNÁNDEZ