

LA CONCIENCIA MORAL II

SEGÚN BERT HELLINGER (Y POR QUÉ A VECES NOS ENFERMA EN LUGAR DE AYUDARNOS)

¿Qué es la conciencia moral para Hellinger? Bert Hellinger observó que todos los seres humanos pertenecemos a sistemas (familiares, culturales, religiosos...) y que, dentro de estos sistemas, existe una fuerza invisible que rige nuestra pertenencia: la conciencia moral.

Pero aquí viene la clave: La conciencia moral no está al servicio del bien o del mal, sino de la pertenencia. Es decir, no juzga lo que es ético o correcto en términos universales. Juzga lo que es leal o desleal para el sistema al que pertenecemos.



¿CÓMO FUNCIONA LA CONCIENCIA MORAL?

¿Cómo funciona? La conciencia moral actúa como un radar interno. Cuando somos fieles a las reglas, mandatos o exclusiones del sistema familiar, sentimos "estar bien", en paz, incluso si nos limitamos o sufrimos. Pero si desobedecemos esas reglas, aparece la culpa, el miedo o la sensación de estar "fallando". No es una conciencia del alma o del yo profundo, es una conciencia del clan.

TRES NIVELES DE CONCIENCIA SEGÚN HELLINGER

1

CONCIENCIA PERSONAL (O MORAL)

- Es la que nos hace sentir culpables o en paz según si cumplimos o no con las reglas internas del sistema.
- Se activa cuando nos salimos del "guión familiar".
- Por ejemplo: si en mi familia ser sumiso es un valor, y yo empiezo a poner límites, me sentiré culpable aunque esté haciendo lo mejor para mí.

2

CONCIENCIA DE GRUPO (SISTÉMICA)

- Asegura la pertenencia al sistema.
- Todos los miembros tienen "derecho a pertenecer". Si alguien fue excluido (por vergüenza, aborto, crimen, etc.), otra persona en generaciones posteriores puede cargar con su destino.

3

CONCIENCIA ESPIRITUAL (DEL ALMA)

- Más allá del juicio, más allá de la moral.
- Es una conciencia amplia que incluye todo tal como es.
- Es la que permite los movimientos de reconciliación y sanación profunda.
- Solo desde aquí podemos hacer algo verdaderamente libre, más allá del bien y del mal.

Estos tres niveles de conciencia operan simultáneamente en nuestras vidas, influyendo en nuestras decisiones y bienestar.



¿POR QUÉ PUEDE ENFERMARNOS LA CONCIENCIA MORAL?

¿Por qué puede enfermarnos? Porque muchas veces la conciencia moral nos obliga a traicionar nuestra verdad interna para no traicionar al sistema familiar.

Nos hace leales a la infelicidad, al sacrificio, al sufrimiento... Y al desobedecerla, sentimos culpa, aunque en realidad estamos acercándonos a nuestra libertad.

Por eso, en el trabajo de constelaciones, el mayor acto de amor es desobedecer esa conciencia moral para entrar en un orden más grande: el del alma.

EJEMPLOS CONCRETOS

Estos ejemplos muestran cómo la conciencia moral puede limitar nuestras vidas sin que seamos conscientes de ello.



FRASE DE HELLINGER PARA RECORDAR

"Lo que sentimos como bueno no siempre sirve a la vida. Y lo que sentimos como malo, a veces, es justo lo que nos libera."

REFLEXIÓN TERAPÉUTICA

¿Y si la culpa que sientes no fuera tuya, sino del sistema? ¿Y si esa incomodidad al romper un patrón fuera señal de sanación, no de error?

- ❏ Esta pregunta nos invita a reconsiderar nuestras emociones desde una perspectiva sistémica, permitiéndonos liberarnos de cargas que quizás no nos corresponden.