

NOÇÕES BÁSICAS EM CONSTELAÇÃO SISTÊMICA

Portal
IDEA
.com.br



O que são Dinâmicas Sistêmicas?

As **dinâmicas sistêmicas** são padrões ocultos de interação e comportamento que se manifestam dentro de sistemas humanos, como famílias, organizações e grupos sociais. Esses padrões são, muitas vezes, inconscientes e se repetem ao longo do tempo, influenciando as vidas dos indivíduos e o funcionamento do coletivo. A compreensão das dinâmicas sistêmicas é fundamental no trabalho das **Constelações Sistêmicas**, abordagem terapêutica criada por **Bert Hellinger**, pois permite identificar as causas profundas de problemas emocionais, conflitos relacionais, dificuldades profissionais e até mesmo doenças físicas.

Segundo Hellinger (2003), as dinâmicas sistêmicas surgem quando as **ordens naturais dos sistemas** são perturbadas, ou seja, quando princípios como pertencimento, hierarquia e equilíbrio entre dar e receber são violados. Essas dinâmicas podem envolver **lealdades invisíveis**, **repetições de destinos trágicos**, **padrões de exclusão** ou **identificações inconscientes** com membros do sistema que sofreram injustiças ou foram esquecidos. Um exemplo clássico é o de uma pessoa que, sem perceber, repete o destino de um ancestral — como fracassos profissionais, doenças, dificuldades financeiras ou problemas de relacionamento — em um movimento inconsciente de amor e lealdade ao sistema.

Essas dinâmicas não são fruto de decisões racionais ou escolhas conscientes, mas de uma **necessidade profunda de pertencimento e de compensação sistêmica**. Quando alguém no sistema é excluído, desvalorizado ou injustiçado, os descendentes tendem a "compensar" essa desordem, carregando dores ou dificuldades que não lhes pertencem. Hellinger denominou esse fenômeno como **emaranhamento sistêmico**, que é o enredamento de um indivíduo nas histórias não resolvidas de seu sistema familiar ou grupo social.

Schneider (2007) explica que as dinâmicas sistêmicas se manifestam de formas diversas, como:

- **Identificação:** Quando alguém "toma o lugar" de outro membro do sistema, repetindo seu destino, sua dor ou seu fracasso.
- **Expição:** Quando alguém, inconscientemente, carrega a culpa ou a dor de outro, tentando compensar um erro ou injustiça cometida no passado.
- **Compensação:** Quando uma geração tenta equilibrar uma injustiça ocorrida em gerações anteriores, muitas vezes criando novos desequilíbrios.
- **Lealdade cega:** Quando uma pessoa se sente "presa" a regras, crenças ou padrões familiares, mesmo que isso a prejudique.

Essas dinâmicas podem ser reveladas e transformadas por meio das **Constelações Sistêmicas**, uma metodologia que permite visualizar o sistema de forma ampliada. Ao representar membros ou elementos do sistema, o campo sistêmico se manifesta, mostrando sentimentos, posturas e interações que não são conscientes, mas que influenciam as vidas dos envolvidos. A partir dessa percepção, é possível trabalhar para **restaurar a ordem, honrar os excluídos** e permitir que o amor e a energia fluam de maneira saudável.

No contexto das organizações, as dinâmicas sistêmicas também são observadas, embora se manifestem de formas diferentes. Em empresas e equipes de trabalho, surgem dinâmicas como a resistência a mudanças, a baixa produtividade, os conflitos entre setores, a dificuldade de sucessão ou o fracasso em projetos. Muitas vezes, essas questões estão ligadas a padrões ocultos, como a desvalorização de fundadores, a exclusão de colaboradores antigos ou injustiçados, ou a falta de clareza sobre papéis e responsabilidades. Weber (2009) ressalta que reconhecer essas dinâmicas é essencial para que líderes e equipes possam encontrar soluções mais eficazes e promover um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

É importante destacar que as dinâmicas sistêmicas não são "culpas" ou "erros" de indivíduos, mas **expressões de uma inteligência do sistema**, que busca restaurar o equilíbrio e a integridade de sua história. Elas mostram como estamos todos profundamente conectados, não apenas aos nossos

familiares e colegas, mas também às gerações passadas e ao contexto cultural e histórico em que vivemos.

Reconhecer e respeitar as dinâmicas sistêmicas é um convite à **humildade** e à **consciência ampliada**: entender que nossas dificuldades pessoais muitas vezes têm raízes em histórias maiores, e que a solução pode estar em olhar para o sistema como um todo, honrando os que vieram antes, reconhecendo as dores ocultas e permitindo que cada um ocupe seu lugar com dignidade e respeito.

Em suma, as dinâmicas sistêmicas são padrões de relacionamento que buscam restaurar o equilíbrio dentro dos sistemas. Compreendê-las é essencial para promover o bem-estar individual e coletivo, e para construir relações mais justas, amorosas e harmoniosas.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.
- FRANZ, Sophie Hellinger. **Constelação Familiar: Uma Nova Visão de Família**. São Paulo: Atman, 2015.
- SOUZA, Angélica. **Constelação Sistêmica: Teoria e Prática**. Belo Horizonte: Editora Constelar, 2018.

Repetição de Padrões Familiares e Lealdades Invisíveis

A **repetição de padrões familiares** e as chamadas **lealdades invisíveis** são conceitos centrais no campo das **Constelações Sistêmicas** e ajudam a explicar muitos dos comportamentos, escolhas e dificuldades enfrentados por indivíduos e famílias. Esses fenômenos revelam como estamos profundamente conectados aos nossos sistemas familiares e como eventos não resolvidos do passado podem influenciar, de maneira inconsciente, o presente e o futuro das gerações seguintes.

Bert Hellinger, criador das Constelações Sistêmicas, observou que as famílias e outros sistemas humanos possuem uma espécie de **consciência coletiva** que busca manter a **integração e a continuidade do grupo**. Quando ocorrem eventos traumáticos, como exclusões, mortes precoces, injustiças, segredos ou rupturas, o sistema pode desenvolver **padrões de repetição**, na tentativa de "compensar" essas desordens. Assim, problemas como doenças, dificuldades financeiras, fracassos profissionais, vícios ou conflitos relacionais muitas vezes não são apenas "problemas pessoais", mas manifestações de **lealdades invisíveis** a membros ou situações passadas no sistema.

As **lealdades invisíveis** são laços emocionais profundos, muitas vezes inconscientes, que nos vinculam aos nossos ancestrais e à história da família. Ivan Boszormenyi-Nagy, um dos pioneiros da terapia familiar sistêmica, introduziu o conceito de **lealdade invisível** para descrever a tendência das pessoas a manterem uma conexão com os familiares, mesmo às custas do próprio bem-estar. Hellinger (2003) expandiu essa ideia, mostrando que as lealdades podem se manifestar como uma tentativa de "compensar" ou "equilibrar" o sistema familiar. Por exemplo, uma pessoa pode carregar a tristeza não vivida de um ancestral, ou um descendente pode repetir um destino trágico como forma de expiar uma culpa não reconhecida pela geração anterior.

Essas repetições podem ocorrer de forma simbólica ou literal. Um neto pode ter dificuldades financeiras semelhantes às de um avô falido, uma mulher pode ter relacionamentos conturbados como os de sua mãe, ou um jovem pode desenvolver uma doença grave que afligiu um tio que morreu jovem. Essas manifestações não são fruto de uma transmissão genética direta, mas sim de uma **transmissão emocional e energética** que ocorre no campo sistêmico. Hellinger descreveu esse fenômeno como **emaranhamento**, no qual o destino de um indivíduo fica atado ao de outro, impedindo o pleno desenvolvimento de sua própria vida.

Schneider (2007) exemplifica que as lealdades invisíveis surgem especialmente quando há **exclusões no sistema**, como mortes não elaboradas, abortos não reconhecidos, membros desvalorizados ou condenados. Quando o sistema exclui alguém, é como se o campo familiar criasse uma "dívida invisível" que precisa ser paga pelas gerações seguintes. Assim, um descendente pode, de forma inconsciente, buscar "reparar" essa injustiça, sofrendo ou fracassando em seu lugar. O amor infantil, cego e incondicional, leva a pessoa a se sacrificar sem perceber, por lealdade ao sistema.

Esses padrões, embora inconscientes, têm impactos profundos na vida das pessoas. Muitos conflitos de casal, problemas financeiros, doenças ou dificuldades emocionais têm raízes em lealdades ocultas a histórias familiares não resolvidas. O trabalho com Constelações Sistêmicas permite revelar essas conexões invisíveis, trazendo à luz o que estava escondido. Ao dar voz e lugar aos excluídos, ao reconhecer os eventos passados com respeito e sem julgamento, e ao restaurar a ordem no sistema, é possível **libertar os descendentes do peso das repetições**, permitindo que eles sigam seu próprio caminho.

A compreensão das lealdades invisíveis também nos convida a uma postura de humildade: muitas vezes, os problemas que enfrentamos não são apenas "nossos", mas parte de uma história maior, que envolve dores e amores transmitidos de geração em geração. Olhar para o sistema com compaixão e gratidão, honrando quem veio antes, abre espaço para uma vida mais plena e livre.

Em resumo, as **repetições de padrões familiares** e as **lealdades invisíveis** são manifestações de uma tentativa de equilíbrio sistêmico que, sem consciência, pode gerar sofrimento e bloqueios. Reconhecer essas dinâmicas e dar lugar ao que foi excluído é o primeiro passo para restaurar o fluxo de amor e de vida no sistema.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- BOSZORMENYI-NAGY, Ivan; SPARK, Geraldine M. **Lealdade Invisível: Os Laços Não-Visíveis da Família**. São Paulo: Summus, 1992.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.
- FRANZ, Sophie Hellinger. **Constelação Familiar: Uma Nova Visão de Família**. São Paulo: Atman, 2015.

A Influência dos Antepassados

A influência dos antepassados sobre nossas vidas é um tema central nas **Constelações Sistêmicas**, abordagem terapêutica desenvolvida por **Bert Hellinger** para investigar e transformar as dinâmicas ocultas presentes nos sistemas humanos. A ideia fundamental é que todos nós fazemos parte de um sistema familiar interligado, no qual os eventos vivenciados por nossos ancestrais — como perdas, exclusões, traumas, doenças e injustiças — não desaparecem com o tempo, mas permanecem no campo sistêmico e podem impactar as gerações seguintes.

Segundo Hellinger (2003), os membros de uma família estão vinculados por laços profundos e invisíveis que formam uma espécie de **campo de memória** ou **campo morfogenético**, onde estão armazenadas as experiências significativas vividas por cada integrante. Quando algum evento importante — como uma morte precoce, um aborto, uma exclusão social ou uma tragédia — não é devidamente reconhecido, elaborado e integrado, cria-se uma desordem no sistema. Para restaurar o equilíbrio, outros membros da família, muitas vezes de gerações posteriores, podem, inconscientemente, **"assumir o destino"** ou carregar a dor dos que vieram antes.

Esses padrões de repetição são conhecidos como **emaranhamentos sistêmicos** e refletem um tipo de lealdade invisível aos antepassados. Assim, por amor e fidelidade ao sistema, um neto pode repetir o fracasso financeiro de um avô, uma filha pode desenvolver uma doença semelhante à que vitimou uma tia esquecida, ou um jovem pode apresentar bloqueios profissionais como forma de "honrar" um ancestral injustiçado. Esse fenômeno demonstra que muitas dificuldades pessoais não são apenas fruto das escolhas individuais, mas expressões de histórias familiares não resolvidas.

A psicologia também reconhece o impacto transgeracional dos traumas. Estudos como os de **Anne Ancelin Schützenberger** (1998), com sua teoria do **"psicogenealogia"**, demonstram que padrões de vida, datas de morte, profissões e até doenças podem se repetir em várias gerações de uma família, como uma tentativa inconsciente de manter a coesão do grupo ou de

"resolver" questões não superadas. Da mesma forma, **Ivan Boszormenyi-Nagy** (1992) introduziu o conceito de **lealdades invisíveis**, destacando que vínculos de lealdade profunda podem fazer com que os descendentes carreguem dívidas emocionais, culpas ou responsabilidades que não lhes pertencem.

A influência dos antepassados, no entanto, não é apenas um fardo de repetições dolorosas. Também recebemos deles talentos, virtudes, capacidades, histórias de superação e força vital. Reconhecer a ancestralidade como parte da nossa identidade é uma maneira de **honrar o passado**, sem precisar carregar seus pesos. Hellinger (2003) enfatiza a importância de "tomar a vida dos pais como ela foi" — ou seja, aceitar a história familiar com suas luzes e sombras, sem tentar negar ou corrigir o que aconteceu, mas simplesmente reconhecendo e respeitando o que foi.

Nas Constelações Sistêmicas, a influência dos antepassados é trabalhada por meio da **representação simbólica** dos membros da família e da observação do campo sistêmico. Durante uma constelação, é possível identificar exclusões, injustiças ou eventos traumáticos que impactam o sistema e encontrar caminhos para restaurar a ordem e o fluxo do amor. Ao dar voz e lugar aos antepassados, muitas vezes através de frases de reconhecimento como "Eu vejo você" ou "Eu honro sua história", cria-se espaço para que os descendentes sigam seu próprio destino, livres de emaranhamentos.

Essa abordagem também nos convida a refletir sobre a **força da ancestralidade**. Quando olhamos para os nossos pais e antepassados com gratidão — independentemente das dificuldades que possamos ter vivido com eles —, conectamo-nos à corrente de vida que nos trouxe até aqui. Esse movimento de aceitação e honra é libertador, pois nos permite assumir nossa própria vida plenamente, com autonomia e força para construir novos caminhos.

Em síntese, a influência dos antepassados não deve ser vista apenas como um peso ou um destino a ser repetido, mas como uma oportunidade de aprendizado, cura e reconciliação. Ao reconhecer nossa origem, podemos

encontrar nosso lugar no mundo e trilhar nosso caminho com mais consciência, liberdade e gratidão.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- BOSZORMENYI-NAGY, Ivan; SPARK, Geraldine M. **Lealdade Invisível: Os Laços Não-Visíveis da Família**. São Paulo: Summus, 1992.
- SCHÜTZENBERGER, Anne Ancelin. **Amo Meu Destino: A Psicogenealogia e a Repetição Transgeracional**. São Paulo: Summus, 1998.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.

The logo for Portal IDEA .com.br is centered on the page. It features the text "Portal" in a large, light gray sans-serif font, with "IDEA" in a bold, light gray sans-serif font directly below it. Underneath "IDEA" is ".com.br" in a smaller, light gray sans-serif font. The entire text is enclosed within a large, light blue hexagonal frame that has a 3D effect, with its edges receding into the background.

Portal
IDEA
.com.br

Lei da Hierarquia

A **Lei da Hierarquia** é um dos pilares fundamentais das **Constelações Sistêmicas**, abordagem terapêutica desenvolvida por **Bert Hellinger** para compreender e transformar dinâmicas ocultas que influenciam os sistemas humanos. Segundo essa lei, também chamada de **Ordem de Chegada**, existe uma ordem natural no tempo dentro de qualquer sistema — seja ele uma família, uma organização ou um grupo social — em que aqueles que chegaram primeiro ocupam um lugar de precedência em relação aos que vieram depois. Respeitar essa ordem é essencial para manter o equilíbrio e o bom funcionamento do sistema.

Hellinger (2003) observou que, nos sistemas familiares, a hierarquia é estabelecida de forma simples: os pais vêm antes dos filhos, os avós antes dos pais, os irmãos mais velhos antes dos mais novos, e assim por diante. Essa precedência não é uma questão de valor ou de merecimento, mas de reconhecimento da sequência natural da vida. O primeiro que chega abre caminho para o próximo, e cada membro do sistema tem um lugar específico que precisa ser respeitado para que o amor e a energia fluam de maneira saudável.

Quando a hierarquia é desrespeitada, surgem **emaranhamentos sistêmicos**, ou seja, padrões de desordem que geram sofrimento e desequilíbrios. Um exemplo clássico é quando um filho se coloca no lugar dos pais, tentando "cuidar" ou "salvar" os genitores, assumindo responsabilidades emocionais ou práticas que não lhe cabem. Da mesma forma, quando pais colocam os filhos como "confidentes", "parceiros" ou "salvadores" de seus próprios problemas, invertem a ordem natural e sobrecarregam os filhos com um peso que não lhes pertence. Esse tipo de inversão é prejudicial porque impede que cada um ocupe seu lugar e viva de acordo com seu próprio destino.

A **Lei da Hierarquia** também se aplica a outros contextos. Em empresas e organizações, por exemplo, quem funda o negócio ou assume um papel de liderança tem precedência em relação aos colaboradores mais novos ou de menor grau de responsabilidade. Ignorar essa hierarquia pode levar a conflitos de poder, desmotivação e queda de produtividade. Weber (2009)

destaca que o reconhecimento claro das funções e do tempo de contribuição de cada pessoa fortalece a estrutura organizacional, cria clareza nos relacionamentos e favorece o sucesso coletivo.

Nas Constelações Sistêmicas, restaurar a hierarquia correta significa **reconhecer o lugar de cada um no sistema**. Isso envolve honrar os que vieram antes — pais, avós, ancestrais — sem julgá-los ou tentar corrigir seus erros. É compreender que, independentemente de suas escolhas ou falhas, os antepassados deram a vida e abriram caminho para as próximas gerações. A postura saudável é tomar a vida como ela foi oferecida, com gratidão, e seguir adiante. Essa aceitação liberta os descendentes de sobrecargas emocionais e permite que eles trilhem seu próprio caminho.

A hierarquia também se manifesta no equilíbrio entre os papéis de liderança e de seguimento. Hellinger (2003) explica que, para um sistema funcionar bem, é necessário que cada um **aceite seu lugar com humildade**: o líder assume a responsabilidade e orienta, o subordinado confia e executa, o mais velho orienta o mais novo, e o mais novo respeita a experiência do mais velho. Quando alguém tenta assumir um lugar que não lhe pertence — seja por arrogância, carência ou desejo inconsciente de reparação —, o sistema responde com desordem e sofrimento, pois o fluxo natural é interrompido.

Respeitar a hierarquia não significa aceitar abusos de poder ou desigualdades injustas, mas reconhecer que cada um tem uma função única e que o equilíbrio sistêmico depende do respeito a essa função. É o que Hellinger chama de **"ordem do amor"**: quando cada pessoa ocupa seu lugar, sem se intrometer no destino dos outros, o amor pode fluir de maneira mais livre, e as relações tornam-se mais saudáveis e respeitadas.

Em resumo, a **Lei da Hierarquia** nos ensina que a vida segue uma ordem natural, e que honrar essa ordem é essencial para o equilíbrio dos sistemas humanos. Respeitar quem veio antes, reconhecer o lugar de cada um e aceitar as limitações e responsabilidades inerentes a cada papel são atitudes que promovem a harmonia, fortalecem os vínculos e permitem que o amor e a energia fluam de maneira saudável. Quando essa ordem é restaurada, cada

membro do sistema pode encontrar paz em seu próprio lugar, sem a necessidade de carregar pesos ou destinos que não lhe pertencem.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- FRANZ, Sophie Hellinger. **Constelação Familiar: Uma Nova Visão de Família**. São Paulo: Atman, 2015.
- BOSZORMENYI-NAGY, Ivan; SPARK, Geraldine M. **Lealdade Invisível: Os Laços Não-Visíveis da Família**. São Paulo: Summus, 1992.

The logo for Portal IDEA .com.br is centered on the page. It features the text "Portal" in a large, light gray sans-serif font, with "IDEA" in a bold, light gray sans-serif font directly below it. Underneath "IDEA" is ".com.br" in a smaller, light gray sans-serif font. The entire text is enclosed within a large, light blue hexagonal border. The hexagon is composed of several smaller, overlapping hexagonal shapes, creating a 3D effect with varying shades of blue and white.

Lei do Equilíbrio

A **Lei do Equilíbrio** é um dos fundamentos essenciais das **Constelações Sistêmicas**, abordagem terapêutica desenvolvida por **Bert Hellinger** para compreender e intervir em dinâmicas ocultas dos sistemas humanos, como famílias, organizações e grupos sociais. Também chamada de **lei do dar e receber**, essa ordem natural orienta o fluxo saudável de relações humanas, baseando-se na premissa de que, para que as relações sejam sustentáveis e harmoniosas, é necessário que exista uma compensação equilibrada entre o que se dá e o que se recebe.

Segundo Hellinger (2003), o equilíbrio nas trocas é uma necessidade fundamental para o funcionamento de qualquer sistema. Quando alguém dá algo – seja cuidado, amor, apoio, conhecimento ou recursos materiais – é natural que sinta a expectativa de receber algo de volta. Esse retorno não precisa ser idêntico ou imediato, mas deve existir para que a relação permaneça saudável e mutuamente benéfica. Quando há um desequilíbrio persistente, surgem tensões: aquele que dá demais pode se sentir esgotado ou injustiçado, enquanto aquele que apenas recebe pode se sentir envergonhado, culpado ou dependente.

A **Lei do Equilíbrio** está particularmente presente nas relações entre adultos, como casais, amizades, parcerias profissionais e contratos. Nesses contextos, o fluxo de troca precisa ser equilibrado para evitar ressentimentos ou rupturas. Hellinger destaca que, quando alguém recebe algo de valor, sente a necessidade de retribuir, às vezes até com algo um pouco maior, criando um ciclo virtuoso de trocas que fortalece os vínculos. Esse movimento cria o que ele chama de "**circulação do amor**": uma dinâmica onde cada parte contribui para o bem-estar da outra, sem que ninguém fique em dívida ou em excesso de obrigação.

Por outro lado, há relações em que o equilíbrio direto nas trocas não é possível nem desejável, como na relação entre pais e filhos. Os pais dão aos filhos a vida, o cuidado e o sustento, e os filhos não têm como devolver aos pais o que receberam, pois o fluxo natural é de cima para baixo, dos mais velhos para os mais novos. Nesse caso, a compensação se dá de maneira

indireta: os filhos, ao crescerem, passam adiante o que receberam, transmitindo cuidado, afeto e recursos para seus próprios filhos ou para o mundo. Hellinger (2003) reforça que, quando os filhos tentam "pagar" os pais diretamente – assumindo responsabilidades emocionais, financeiras ou tomando decisões pelos pais –, invertem a ordem natural, gerando desordem e sofrimento no sistema.

A **falta de equilíbrio** nas relações pode gerar conflitos, ressentimentos e até rupturas. Quando alguém dá demais sem receber, tende a se sentir explorado ou desvalorizado. Quando alguém apenas recebe sem dar, pode desenvolver uma postura de passividade ou dependência, que enfraquece sua autonomia. Esse desequilíbrio também pode se manifestar como uma dívida emocional oculta, que gera desconforto e dificulta o desenvolvimento de relações saudáveis.

No contexto organizacional, a Lei do Equilíbrio se aplica à relação entre empregadores e colaboradores, clientes e fornecedores, ou mesmo entre parceiros de negócio. Quando o trabalho e o esforço dos colaboradores não são justamente reconhecidos, seja por meio de remuneração adequada ou de reconhecimento simbólico, a relação tende a se deteriorar. Da mesma forma, quando um colaborador não entrega o que foi combinado ou não cumpre sua função, gera um desequilíbrio que impacta todo o sistema. Weber (2009) destaca que a clareza nas expectativas e a reciprocidade justa fortalecem a confiança e a coesão nos ambientes profissionais.

A restauração do equilíbrio, nas Constelações Sistêmicas, muitas vezes ocorre por meio de **frases de reconhecimento** e de **ajustes de postura**. Quando alguém expressa gratidão pelo que recebeu e reconhece sua dívida de amor ou apoio, cria-se um espaço para que o fluxo seja retomado. Essa atitude não exige "pagar" o que foi recebido, mas sim reconhecer o valor da troca, o que já é, por si só, um movimento de reequilíbrio.

É importante destacar que a Lei do Equilíbrio não significa uma contabilidade rígida ou matemática das relações. Trata-se, antes, de um **sentimento subjetivo de justiça e compensação** que sustenta o bem-estar mútuo. O equilíbrio não está em dar e receber exatamente o mesmo, mas em

perceber que há uma troca justa, onde ambas as partes se sentem valorizadas, vistas e respeitadas.

Em síntese, a **Lei do Equilíbrio** ensina que o fluxo saudável nas relações depende de trocas justas e respeitadas, onde cada pessoa dá e recebe de maneira que fortaleça os vínculos e a autonomia de todos os envolvidos. Reconhecer essa ordem e buscar restaurá-la quando há desequilíbrios é essencial para criar sistemas mais saudáveis, amorosos e resilientes.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- FRANZ, Sophie Hellinger. **Constelação Familiar: Uma Nova Visão de Família**. São Paulo: Atman, 2015.
- SOUZA, Angélica. **Constelação Sistêmica: Teoria e Prática**. Belo Horizonte: Editora Constelar, 2018.

Lei do Pertencimento

A **Lei do Pertencimento** é uma das três leis fundamentais das **Constelações Sistêmicas**, abordagem terapêutica desenvolvida por **Bert Hellinger** para investigar e reorganizar dinâmicas ocultas nos sistemas humanos, especialmente nas famílias. Essa lei afirma que **todo membro de um sistema tem o direito inalienável de pertencer a ele**. Negar ou excluir alguém do sistema cria desordens que podem afetar os descendentes, gerando sofrimento, conflitos e padrões de repetição.

Segundo Hellinger (2003), o pertencimento é uma necessidade básica, tão essencial quanto o alimento ou a segurança. No contexto das famílias, isso significa que cada pessoa ligada à história familiar — pais, filhos, avós, irmãos, tios, parceiros antigos, filhos abortados ou natimortos — tem um lugar que precisa ser reconhecido e honrado. A exclusão de qualquer um desses membros, seja por julgamento moral, vergonha, rejeição ou esquecimento, fere a ordem do amor no sistema e gera desequilíbrios que se manifestam em forma de sintomas emocionais, doenças, dificuldades de relacionamento ou padrões de fracasso.

Essas exclusões podem ocorrer por diversas razões: mortes precoces que não foram elaboradas, abortos não reconhecidos, segredos de família, membros desvalorizados por comportamentos socialmente condenados (como crimes, vícios ou traições), adoções não integradas à memória familiar, entre outras. Quando uma pessoa é excluída, é como se o sistema "marcasse" essa exclusão, e os descendentes, muitas vezes sem consciência, assumem o destino, a dor ou a culpa daquele que foi esquecido. Esse movimento é uma expressão de **lealdade invisível**, conceito desenvolvido por **Ivan Boszormenyi-Nagy** (1992), segundo o qual os membros do sistema, por amor e fidelidade inconsciente, podem repetir destinos ou carregar fardos que não lhes pertencem.

O trabalho das Constelações Sistêmicas busca restaurar o equilíbrio sistêmico ao **incluir aqueles que foram esquecidos ou rejeitados**. Isso significa reconhecer explicitamente o lugar dessas pessoas no sistema, muitas vezes por meio de frases de inclusão como: "Você pertence", "Eu vejo

você", ou "Agora, você tem um lugar entre nós". Esse simples movimento de reconhecimento pode ter um efeito profundo, liberando as gerações seguintes do peso de padrões repetitivos e abrindo caminho para que cada um siga seu próprio destino.

A **Lei do Pertencimento** não julga comportamentos ou escolhas. Hellinger enfatiza que o pertencimento é **um direito incondicional**: não importa o que alguém tenha feito, todos têm o mesmo direito de pertencer. Isso significa que até mesmo membros que cometeram crimes, causaram sofrimento ou foram considerados "indignos" por padrões sociais precisam ser incluídos no campo sistêmico. Negar esse pertencimento perpetua o desequilíbrio e impede o fluxo saudável de amor e energia no sistema.

Além do contexto familiar, a Lei do Pertencimento também se manifesta em outros sistemas, como organizações, escolas ou grupos sociais. Funcionários antigos que são demitidos sem reconhecimento, líderes que foram desvalorizados, ou colaboradores que foram injustiçados geram marcas no campo organizacional. Se essas exclusões não forem reconhecidas, novos membros podem, inconscientemente, "substituir" os excluídos, muitas vezes enfrentando dificuldades similares ou assumindo funções que não lhes cabem. Weber (2009) aponta que, assim como nas famílias, o pertencimento no contexto profissional é essencial para manter o equilíbrio e o sucesso coletivo.

Na educação, o pertencimento também tem um papel crucial. Alunos que são excluídos, marginalizados ou ignorados no ambiente escolar carregam essa marca, o que pode se refletir em baixo desempenho, comportamentos desafiadores ou evasão escolar. A **Pedagogia Sistêmica**, inspirada nas Constelações, propõe que o reconhecimento do pertencimento de cada aluno, assim como o respeito à sua família e origem, é fundamental para promover um ambiente escolar saudável e inclusivo (FRANKE-GRICKSCH, 2014).

Em resumo, a **Lei do Pertencimento** nos ensina que todos têm um lugar no sistema. Quando alguém é excluído, o sistema, em busca de equilíbrio, "cobra" essa exclusão das gerações seguintes, criando repetições, sofrimentos e bloqueios. O trabalho terapêutico com Constelações busca

restaurar a ordem do pertencimento, reconhecendo e honrando cada pessoa que faz parte da história do sistema, sem julgamento, com respeito e compaixão. Somente assim o amor pode fluir de maneira saudável, e os membros podem seguir seus próprios destinos, livres de cargas que não lhes pertencem.

Referências Bibliográficas

- HELLINGER, Bert. **Ordens do Amor**. São Paulo: Cultrix, 2003.
- WEBER, Gunthard. **Constelações Familiares: Uma Introdução**. São Paulo: Atman, 2009.
- SCHNEIDER, Jakob. **As Constelações Familiares na Prática**. São Paulo: Cultrix, 2007.
- FRANKE-GRICKSCH, Marianne. **Você é um de nós: A Pedagogia Sistêmica na Prática Escolar**. São Paulo: Atman, 2014.
- BOSZORMENYI-NAGY, Ivan; SPARK, Geraldine M. **Lealdade Invisível: Os Laços Não-Visíveis da Família**. São Paulo: Summus, 1992.