

**Bertold
Ulsamer**



TECHNIKI USTAWIANIA RODZIN

**WPROWADZENIE
DO TERAPII SYSTEMOWEJ HELLINGERA**

TECHNIKI USTAWIANIA RODZIN





BERTOLD ULSAMER

TECHNIKI
USTAWIANIA
RODZIN

Wprowadzenie do terapii
systemowej Hellingera



STUDIO ASTROPSYCHOLOGII

Redakcja: Ewa Karczevska
Projekt okładki: Anna Drozdowska
Skład komputerowy: Maciej Grycz
Tłumaczenie: Monika Krotoszyńska

Original title: **Das Handwerk des Familien-Stellens: Eine Einführung in die Praxis der systemischen Hellinger-Therapie** by Bertold Ulsamer

© 2001 by Wilhelm Goldmann Verlag, a division of Verlagsgruppe
Random House GmbH, München, Germany.

© Copyright for Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok, 2008.
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2008
ISBN 978-83-7377-300-4



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
(085) 662-92-67 – redakcja
(085) 654-78-06 – sekretariat
(085) 653-13-03 – dział handlowy – hurt
(085) 654-78-35 – sklep firmowy „Talizman” – detal
www.studioastro.pl e-mail: biuro@studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

Wstęp: List od Berta Hellingera	11
WPROWADZENIE. Ustawianie rodziny jest rzemiosłem	13
Rozwój ustawiania rodziny	14
Rzemiosło? Powołanie?	14
„Prawidłowe” ustawianie rodziny	16
Cel tej książki	17
Sposób przedstawienia i stosowane nazewnictwo	19
 CZĘŚĆ I. Założenia	 21
Przebieg ustawiania rodziny	24
1. Pole badawcze	27
Pytania związane z występowaniem i zakresem pola	31
Otwarcie się na pole badawcze: wzbudzenie duszy	39
2. Pełne zaangażowanie – fenomenologia	45
Sztuka percepcji	46
Fenomenologiczny sposób postępowania	51
Wewnętrzny zbiór	54
Wewnętrzne nastawienie: co daje siłę?	58

3. Rozwiązania tkwią w harmonii	61
„Porządki miłości”	63
Kroki wiodące ku rozwiązaniu	65
Konkretne przykłady rozwiązań	68
Oddziaływanie	73
4. Dotarcie do klienta	77
Szacunek	77
Kontakt vis-à-vis	83
5. Dojrzałość osobista	87
Szanowanie własnych granic	88
„Plamki ślepe”	93
Osobisty rozwój terapeutów	94

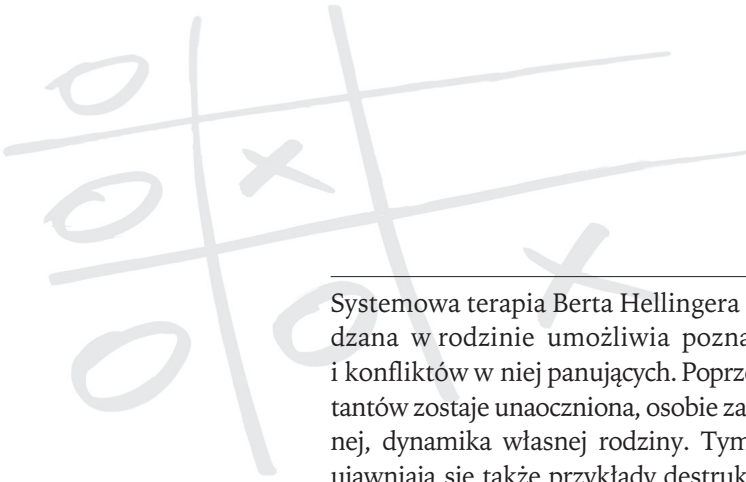
CZĘŚĆ II. Umiejętności rzemieślnicze podczas ustawiania rodzin

99

1. Nadanie dobrej oprawy	103
Przygotowanie	104
Wprowadzenie uczestników	107
Początek konstelacji	111
Ustawianie	120
Koniec ustawiania	123
2. Dalszy zakres seminarium	129
Rytm ustawień	129
Bezpośrednio po ustawianiu	131
Historie i transy	134
Obchodzenie się z sytuacjami ekstremalnymi	136
Opieka nad rekonwalescentami	138
Modyfikacja formy ustawiania	139

3. Rola i zachowanie się osoby ustawiającej	143
Powaga	143
Postawa kluczowa	145
Niebezpieczeństwa związane z wykorzystywaniem autorytetu ...	148
Klient w „opozycji”	150
Trudne chwile podczas ustawień	155
 4. Równowaga w interwencji – energia, porządek, rzeczywistość i skupienie	 161
Energia	162
Porządek	169
Rzeczywistość	170
Klient i jego życzenia	177
Mieć klienta na oku	183
Wspólna gra	184
 5. Ostrożne obchodzenie się ze słowami, sygnałami ciała i uczuciami	 187
Język, który leczy	188
Język, który odkrywa i wyjaśnia	191
Motywowanie do używania języka	192
Dostrzeganie sygnałów ciała	199
Wyrażanie uczuć	202
 6. Trzy podstawowe modele związków i stosunki w nich panujące	 209
Dzieci – rodzice	210
Związek partnerski	214
Rodzice – dzieci	220
 7. Śmierć, choroba, wina i tajemnice rodzinne	 227
Śmierć	227
Choroba	230
Wina	237
Tajemnice rodzinne	239

8. Inne formy konstelacji	241
Ustawianie samodzielne	242
Konstelacje firm	244
Ustawianie uczuć, części osobowości, przedmiotów i struktur ...	247
 Epilog	 255
Podziękowanie	257
Zalecenia i adresy	259



Książka

Systemowa terapia Berta Hellingera przeprowadzana w rodzinie umożliwia poznanie napięć i konfliktów w niej panujących. Poprzez reprezentantów zostaje unaoczniona, osobie zainteresowanej, dynamika własnej rodziny. Tym sposobem ujawniają się także przykłady destruktywne. Bertold Ulsamer wyjaśnia w swojej książce, o co tak naprawdę chodzi w przypadku konstelacji rodzin. Zastanawia się nad pracą i rolą terapeuty w polu napięcia pełnym subiektywnych doświadczeń, zajmuje się zastosowaniem języka i wyjaśnia obchodzenie się z emocjami. Jego książka skierowana jest zarówno do terapeutów, jak i wszystkich innych, którzy chcieliby zasięgnąć informacji w kwestii zastosowania możliwości i praktykowania terapii Hellingera.

Autor

Dr Bertold Ulsamer jest doktorem prawa i dyplomowanym psychologiem. Na początku pracował on jako psychoterapeuta, specjalizował się w zakresie programowania neurolingwistycznego i pracował przez 15 lat jako trener kierownictwa wielkich przedsiębiorstw. Od 1995 roku prowadzi seminaria dotyczące ustawiania rodziny, jak i seminaria doskonalące w wielu krajach. Jest autorem książek o tematyce związanej z komunikowaniem się i kierowaniem samym sobą.

List od Berta Hellingera



Drogi Bertoldzie,

Twoja nowa książka pod tytułem „Techniki ustawiania rodzin” pojawia się w czasie, w którym to wszyscy zadają wiele pytań: O co ostatecznie chodzi w tym ustawianiu rodziny? Na co należy zwracać uwagę? Gdzie można zbłądzić? Jakie inne siły mogą jeszcze współoddziaływać?

Na to znalazłeś wyczerpujące odpowiedzi i przedstawiłeś je przejrzyście, i jasno. Wychodzisz naprzeciw wielu formom ustawiania. Ale także i klienci, którzy chcą zaznajomić się w ogólny sposób z pojęciami konstelacji rodziny, znajdą w tej książce ważne wskazówki.

Jedno mnie jednak szczególnie zastanowiło, a mianowicie to, że ty kierujesz swe słowa do duszy. Przeczytanie tej książki, ot tak, po prostu, bez konkretnego zamiaru, sprawiło mi wiele przyjemności. Poruszyła mnie, zawarta w niej, mnogość myśli i przykładów. Życzę czytelnikom podobnych odczuć.

*W przyjacielskiej łączności
Bert*

USTAWIANIE RODZINY JEST RZEMIOSŁEM



Ustawianie rodziny zyskało w ostatnich latach szczególnie na znaczeniu. Książki Berta Hellingera osiągają nakłady ponad 100 000 egzemplarzy. Seminaria, które prowadzi on dla fachowców, demonstrując swoje poczynania, cieszą się ogromnym zainteresowaniem. Choć sale są przepełnione, to jednak większość uczestników znajduje w nich miejsce.

Oferta seminariów na temat konstelacji rodzin według Hellingera jest przeogromna. Seminaria rosną jak grzyby po deszczu. Osoby prowadzące kursy, jak i terapeuci pochodzą z najróżniejszych grup zawodowych: są to psychiatrzy, lekarze, psychoterapeuci, osoby zajmujące się medycyną naturalną, pracownicy socjalni, nauczyciele a także życiowi doradcy. Wielu z nich praca ta pociąga; neutralni obserwatorzy sceny starają się, aby na seminaria przychodziła duża liczba osób. Dbają oni przy tym także o urozmaicenie kulis.

Rozwój ustawiania rodziny

Konstelacja rodziny jest młodą dyscypliną. Niektóre jej założenia i poglądy są też częścią wiedzy, która to jest charakterystyczna także dla innych kierunków terapeutycznych.

W przypadku ustawiania rodziny „według Berta Hellingera” widzimy jednak istotne elementy, poprzez które dyscyplina ta nieco bardziej różni się od innych pokrewnych kierunków. Hellinger rozwinął bowiem szczególną formę ustawiania, za pomocą której odkrył prawidłowości, które to rządzą pokoleniami rodzin, od końca lat siedemdziesiątych do połowy dziewięćdziesiątych. Obserwacje te należy jednak zawęzić do niemieckiego obszaru językowego.

Niektórzy uczestnicy pierwszych grup seminaryjnych Hellingera nawet po zakończeniu spotkań terapeutycznych, pozostawali z nim, jego planami i odkryciami w długotrwałym kontakcie.

Już na początku lat osiemdziesiątych rozpoczęto prace w zakresie konstelacji rodzin. Duży przełom nastąpił w roku 1993. Spowodowała go pierwsza książka *Zweierlei Glück (Dwojakie szczęście)*, wydana przez Guntharda Webera, a następnie pozycja zatytułowana *Ordnungen der Liebe (Porządki miłości)*. W ten oto sposób powstawało coraz więcej książek i filmów video o tej tematyce. W niemieckiej wersji językowej jest obecnie 16 tego typu pozycji. Są też trwające 90 godzin nagrania video. Hellinger dzielił się swymi przekonaniem z innym, którzy się tym interesowali. Nie starał się on nigdy utrzymywać swojej wiedzy w tajemnicy czy też jej opatentowywać.

Rzemiosło? Powołanie?

Kto przeżył zachowanie Berta Hellingera podczas pierwszych prób jego konstelacji, ten niewątpliwie popada w zadziwienie. Jego po-

czynanie wydaje się być nie do przeprowadzenia i nie daje się wyjaśnić. Skąd pochodzi ta jego pewność? Jak dochodzi do tak silnych oddziaływań i nagłych zmian w kwestii zachowania się uczestników?

Czy to jest terapia? Magia? Albo może nawet szarlataneria, jak przypuszczają co niektórzy?

Przed paroma laty stałem, zupełnie przypadkowo podczas prze-rwy w pokazie, obok Hellingera, kiedy to podbiegła do niego pełna entuzjazmu uczestniczka: – Jestem zafascynowana – wyrzuciła z siebie. – Gdzie można się tego nauczyć? – Tego nie można się nauczyć – zabrzmiała lapidarna odpowiedź.

Czy ktoś, kto chce ustawiać rodzinę może polegać na swojej intuicji i odwadze? Czy są jakieś założenia, które to należy poznać?

Osoba ustawiająca rodzinę potrzebuje z pewnością odwagi, by posłuchać własnego wewnętrznego głosu, który doprowadzi ją do nieznanego obszaru, do niespodziewanych przekonań bez wskazywania drogi. Z drugiej strony ustawianie potrzebuje ugruntowania wiedzy. Poczynania dokonywane podczas konstelacji są nie tylko czystą, wspieraną przez doświadczenia intuicją czy błyskawicznym natchnieniem. Ustawiania podlegają określonym strukturom.

Jednak dla obserwatora może wydawać się to nieco inaczej. Nie jest on przecież w stanie przewidzieć pewnych rzeczy. Jest on wtedy zaskoczony, pod wrażeniem i zbity z tropu, jeśli chodzi o przedsięwzięcia ustawiającego. Wtedy pojawiają się pytania: Dlaczego on właśnie teraz zamienił miejsca? Dlaczego bierze nową osobę? Dlaczego pyta on rodziców, a nie dzieci? Jeśli ktoś zaczyna ustawiać jako osoba początkująca, może zostać „zawalony” masą możliwości. Niekiedy czuje się on z pewnością jak w ślepej uliczce, gdyż nie wie, jak wszystko potoczy się dalej. Ze zdziwieniem przeżywa fakt, kiedy potem dochodzi do kolejnych postępów, ażeby wszystko to wreszcie uwieńczyć dobrym końcem. Z pomocą odrobiny doświadczenia kroki te stają się dla ustawiającego coraz bardziej przewidywalne. Dostrzega się priorytety i systematykę.

Jak naucza się obecnie konstelacji?

Struktury postępowania najłatwiej jest pojąć, zdaniem Hellingera, we wczesnej fazie dociekania. Naturalnie nie ma co do tego żadnej wątpliwości, że do dnia dzisiejszego bardzo mocno się one zmieniły. Hellinger jest przekonany, że rozwój ustawiania zawdzięcza on energiom. Można także zauważyć, że coraz rzadziej on interweniuje.

Prawie równolegle z rozwojem tej idei uczniowie Hellingera zaoferowali doksztalcania w zakresie ustawiania rodziny.

Podczas wywiadu w roku 2000, Harald Hohnen i ja, zapytaliśmy Berta Hellingera raz jeszcze: – Czy można nauczyć się ustawiania rodziny? Odpowiedź brzmiała:

„Pewnych rzeczy można się nauczyć. Jeśli jednak zachowuje się dystans, nie można ustawiać rodziny. Potrzebna jest bowiem wiedza i otwartość, a wtedy można nauczyć się określonych rzeczy. To naturalnie ułatwia ten proces. Nie potrzeba wtedy sięgać do korzeni, ponieważ inni przeszli już tą drogą. Można spokojnie iść razem z innymi. Jeśli przejdzie się nią szczerze z otwartym umysłem, wtedy można śmiało kroczyć dalej”.

„Prawidłowe” ustawianie rodziny

Konstelacja rodzin jest poczynaniem bardzo osobistym, utrwalonym poprzez terapeutę, jak i doświadczenia życiowe i osobistą wiedzę. Liczni wybitni ustawiacze rodzin wykonują tę pracę zarówno w Niemczech, jak i w wielu innych miejscach na całym świecie. Ich postępowania różnią się znacznie od siebie. Istnieją bowiem niezliczone rodzaje gier. Przy tym każdy ustawiający rozwija swój własny styl, preferuje swój warsztat pracy, jak i swoje „ulubione zdania”, których używa podczas ustawiania.

Mimo to potrafię podczas mojej osobistej pracy, jak i obserwacji pracy moich kolegów, dostrzec zalety i wady określonych interwencji. Nie jest to obojętne, jakie kroki zostaną podjęte – nawet jeśli poprzez najróżniejsze z nich powstają mocne i poruszające konstelacje. W grupach składających się z moich seminarzystów mogłem zaobserwować, że wszystko, co może być źle założone, zostaje też tak wykonane.

Podczas dokonywania konstelacji podejmowane zostają najróżniejsze kroki; czasem mniej lub bardziej stosowne dla danej sytuacji. W tym polu pełnym napięcia porusza się terapeuta. Naturalnie dochodzi też – często ale nie zawsze! – do dość skomplikowanych sytuacji, do przeciwieństw typu „prawda – fałsz”. Tego typu nazewnictwo nie jest jednak tutaj stosowne. Sensowniejsza wydaje się być opozycja „korzystny” – „niekorzystny”, ponieważ często nie ma jednoznacznych i ostatecznych odpowiedzi. Mimo to należy rozważyć zalety i wady sposobów postępowania, jak i interwencji.

Osoba, która ustawia, opanowuje swoje rzemiosło, jeśli potrafi elastycznie dopasować się do najróżniejszych sytuacji. Jeśli chodzi o mnie, to szczerze powiedziawszy, nie dostrzegam rozbieżności między systematyką a intuicją. Co więcej, sądzę, że intuicja osoby dokonującej konstelacji może być tym bogatsza, im więcej wiedzy posiada ona z zakresu systematyki. Pisząc tę książkę, nie miałem na celu nikogo instruować, jeśli chodzi o prawidłowe ustawianie rodzin. Zapewne i w różnicach dotyczących sposobów pracy innych osób ustawiających można dostrzec wiele pożytecznych rzeczy. Mam jednak nadzieję, że ustawianie opierające się na poniższych wywodach będzie równie owocne.

Cel tej książki

Książka ta została napisana z myślą o tych, którzy chcą nieco intensywniej zajmować się praktykowaniem ustawiania rodzin. Ale

czy to rzemiosło nie zostało już zawarte w tak licznych książkach i na kasetach video poruszających tę tematykę? Z pewnością tak, ale informacje przekazywane na ten temat nie są usystematyzowane. Książka ta porusza wiele pytań praktycznych. Wiele rzeczy opisuję własnymi słowami i opieram się przy tym na własnych doświadczeniach.

Mówiąc o rzemiośle, mam tu na myśli stare znaczenie tego słowa. Jeśli ktoś chce zostać malarzem, powinien znać kolory, techniki malowania, posiadać wiedzę dotyczącą perspektyw itd. Chodzi tu o rzemiosło jako jeden z wymogów sztuki. Im bardziej mamy wyćwiczone zdolności rzemieślnicze, tym bardziej przewidywalny jest wynik, jeśli szukamy nowego określenia albo nowego tematu.

Sztuki i głębi nie można się wyuczyć w przeciwieństwie do rzemiosła. Przy czym nie należy zapominać o licznych rzemieślnikach, którzy ciągle podbijają nowe kraje.

Podczas kilkutygodniowych seminariów na temat ustawiania rodziny, które prowadzę, wykrystalizował się już rdzeń, który przekazuję uczestnikom jako założenia owego rzemiosła. Dzięki informacjom zwrotnym wiem, że jest to bardzo ważna baza dla mojej pracy.

Również i te wiadomości zostały zawarte w książce. Jednocześnie staram się wszystko to odnieść do wypowiedzi Hellingera.

W tym celu wykorzystuję nie opublikowany jeszcze materiał, który to Bert pozostawił do mojej dyspozycji. Cytuję również słowa Hellingera.

Jeśli jednak mam wątpliwości, co do pewnych sformułowań w kwestii przedstawienia sytuacji czy stosownego nazewnictwa, wtedy podpieram się fragmentami mojego przewodnika na temat ustawiania rodziny zatytułowanego *Bez korzeni, nie ma skrzydeł*.

Sposób przedstawienia i stosowane nazewnictwo

Osoby zajmujące się konstelacją określiłem mianem: kierującego, terapeuty albo ustawiającego. Ażeby ułatwić sposób przedstawienia, nie wprowadzam form żeńskich. „Ustawiaczki” z pewnością mi tego nie wybaczą! Tych, którzy ustawiają swoje rodziny, nazwałem „klientem”.

Kiedy sam zajmuję się ustawianiem, piszę „ojciec”, „matka”, „syn” „córka”. Mam tu na myśli osoby reprezentujące tych uczestników. Przykładowo podczas ustawiania syn mówi do ojca: „Szczanuję cię”. Wtedy zdanie to mówi osoba reprezentująca syna do osoby reprezentującej ojca.

Często tego typu zdania („Szczanuję cię”) zostają zaproponowane przez samych ustawiających, a osoba reprezentująca tylko je powtarza i afirmuje. Niekiedy jednak i reprezentant wypowiada, i to dość spontanicznie, bardzo ważne zdania. Wtedy zwracam na to szczególną uwagę.



C Z Ę Ś Ć I

ZAŁOŻENIA

Każde rzemiosło ma pewne założenia i zasady. Stolarz musi mieć pojęcie o drewnie jak o żywym materiale. Dopiero dzięki takiemu podejściu będzie on prawidłowo prowadził swoje rzemiosło.

Osoba zajmująca się rzemiosłem w zakresie ustawiania rodziny na początku mówi o swoich założeniach. Bez nich owa rzemieślnicza umiejętność staje się bardzo ograniczona, mechaniczna. Dopiero na bazie odpowiednich założeń może się ona prawidłowo rozwijać.

Osoba, która zaznajamia się z założeniami dotyczącymi konstelacji rodzin, natknąć się może przy tej sposobności na rzeczy, które są jej już znane, ponieważ efektywne terapeutyczne czy doradcze działania są do siebie, w zasadniczych kwestiach, bardzo zbliżone. Jeśli chodzi o wspólne cechy dobrego terapeuty, reprezentującego najróżniejsze dziedziny to, pomimo wszystkich różnic, jest ich stosunkowo bardzo dużo. Przykładowo: kontakt z klientem jest we wszystkich tych przypadkach konieczną bazą wyjściową, by konstruktywnie oddziaływać na daną osobę. Naturalnie cechy osobiste każdego terapeuty, określane mianem „plamki ślepych”, mają ogromny, często niekorzystny wpływ na tego typu sytuacje. Jest dużo rzeczy, które są bardzo ważne nie tylko podczas ustawiania rodzin, ale także w przypadku innych terapii. Istnieją jednak dwa obszary, które to w każdej z dziedzin wyraźnie różnią się od siebie w swoich założeniach. W przypadku konstelacji rodzin odgrywają one jednak szczególnie ważną rolę. Są to: pole badawcze i fenomenologiczna postawa zasadnicza.

Zanim jednak zajmę się tą kwestią, dokonam, dla tych wszystkich, dla których ustawianie rodzin jest rzeczą nową, krótkiego wprowadzenia dotyczącego przebiegu seminarium w zakresie konstelacji.

Przebieg ustawiania rodziny

Podczas otwartych seminariów, a prowadzę i takie, spotykają się uczestnicy, z których każdy chce ustawić swoją rodzinę. Najczęściej przychodzą oni sami dla siebie, ponieważ inni członkowie ich rodzin nie potrzebują ich do tej pracy. Czasami przychodzą rodzeństwa bądź jedno z rodziców z dzieckiem albo pary. SeminaRIA trwają zwykle od dwóch do pięciu dni. W tym czasie każdy z uczestników, przy pomocy innych osób biorących udział w seminarium, dokonuje konstelacji swojej rodziny.

Tak na dobrą sprawę to mają wtedy miejsce dwa ustawienia. Jedno z nich to konstelacja rodziny, z której dana osoba pochodzi (system pierwotny). Druga konstelacja polega zaś na konstrukcji sieci istniejących już związków między partnerami i dziećmi (system współczesny).

Jeśli chodzi o praktyczną stronę, to seminarium wygląda wtedy następująco: osoba, która chce ustawiać, wybiera najpierw reprezentantów poszczególnych członków jej rodziny – także i reprezentanta swojej osoby. Zaraz potem klient przyporządkowuje, wyłącznie za pomocą kontaktu wzrokowego, miejsca poszczególnym osobom. Nic przy tym nie mówi i niczego nie wyjaśnia.

Kiedy wszyscy są już ustawieni, wtedy klient zajmuje swoje miejsce. Od początku do samego końca konstelacji jest on tylko widzem i bacznie obserwuje, co prowadzący i reprezentanci mówią i robią.

Osoba kierująca konstelacją prosi reprezentantów, by wczuli się w sytuację innych osób. Po krótkim czasie pyta o ich spostrzeżenia. Napięcia, które istnieją w rodzinie, ujawniają się. Będąc w stałym kontakcie z reakcjami reprezentantów, kierujący szuka indywidualnych rozwiązań. Odzwierciedlają one reguły, które Hellinger odkrył w swojej wieloletniej pracy z ustawieniami. Twierdzenia te okazują się być często pomocne, są wyrazem tych zasad.

Ustawienia trwają z reguły od 20 do 45 minut, ale zdarzają się także krótsze i dłuższe konstelacje.

Podczas ustawienia pierwotnej rodziny celem nie jest nieograniczona różnorodność wszystkich związków, które w niej istnieją. Chodzi tu przede wszystkim o najmocniejsze powiązania, w które ktoś jest zaangażowany i czerpie z nich swoją siłę. Szczególnie ważne są związki z wcześniej zmarłymi i wykluczonymi członkami rodziny. W konstelacji współczesnego systemu chodzi o to, aby wcześniejszym partnerom wyznaczyć jakieś miejsce, wyjaśnić związki między samą parą i związki między parą jako rodzicami a swoimi dziećmi.

Bardzo ważne jest, aby każdy dobrze czuł się na swoim miejscu, a ustawienie miało naturalny finał. Na koniec klient najczęściej przyjmuje ten nowy obraz i ustawia się na miejscu swojego dotychczasowego reprezentanta.

POLE BADAWCZE



Ustawieniach rodziny napotykamy na fenomen, kiedy to reprezentant znajduje dostęp do wiedzy, która – zazwyczaj – może być dostępna jedynie właściwym osobom, które ją reprezentują. Innymi słowy: reprezentanci dostrzegają uczucia i związki obcej osoby, którą reprezentują. Jest to istotne założenie pracy z ustawieniami rodzin, bez tego ustawienia byłyby niemożliwe.

Klient ustawił się, ponieważ czuł się niepewnie w roli mężczyzny. Spośród pięciu innych biorących udział w seminarium mężczyzn wybrał jednego jako reprezentanta dla swojego ojca i kogoś dla siebie. Także dla matki wybrał jakąś osobę. Następnie, nic przy tym nie mówiąc, wyznaczył każdemu jakieś miejsce w pomieszczeniu.

Ojca ustawił tak, by jego wzrok nie był skierowany na inne osoby. Po zapytaniu ojciec (reprezentant) powiedział, że czuje się słabo i że to odsuwa go od rodziny.

Po zapytaniu terapeuty okazało się, że najstarszy brat ojca poległ na wojnie. Kiedy zostaje ustawiony do tego reprezentant brata, ojciec wszystko mu wyjaśnia. Chce dołączyć do niego. Także syn jest spokojny i szczęśliwy, kiedy widzi zmarłego wujka.

Kto po raz pierwszy bierze udział w ustawieniach, popada w zdumienie. Jak reprezentanci dochodzą do takich odczuć i reakcji? Czy jest to rzeczywiście prawdziwe? Czy może to zależeć od fantazji reprezentanta? Pełen teatr miłości? Ale nie zawsze to, co spostrzega reprezentant jest odczuwalne i przewidywalne.

Klientka ustawiła między innymi reprezentanta dla swojej babci i dla jej pierwszego męża, którego straciła w czasie wojny. Oboje patrzą na siebie. Proponuję babci zdanie: „To było dla mnie ciężkie, że poległeś”. Babcia popatrzyła przez chwilę. Potem mówi do niego spontanicznie: „Nie. Byłam z tego zadowolona”.

Takie nagle wypowiedzi szokują. Wcześniej nie były przygotowane żadne dodatkowe informacje. Ale być może są z tym związane własne problemy reprezentantki? Wpłata przecież ona w to swoją własną historię rodziny.

Klienci potwierdzają zawsze słuszność tego, co wyrażają reprezentanci. – Tak samo jest w mojej rodzinie.

Niekiedy reprezentant używa zdania, które zawsze używał jakiś członek rodziny, stoi dokładnie w tej samej pozycji albo przedstawia jego symptomy chorobowe, o których wcześniej nie mówiono.

Miejsca w ustawieniu posiadają swoją własną siłę. Znaczy to, że każdy, kto stoi na tym miejscu, reaguje podobnie. Także inni reprezentanci nie są zaskoczeni i zdziwieni takimi nieoczekiwanymi wypowiedziami, jak ta powyższa. To, co jest wypowiedziane, okazuje się być dla wszystkich oczywiste.

Ten fenomen zdarza się w każdym ustawieniu. Albrecht Mahr stworzył pojęcie *pola badawczego*. Pole to łączy reprezentantów z reprezentowanymi przez nich osobami i rozpościera się na całe seminarium. Z pomocą tego pola konflikty w danej rodzinie ujawniają się i znajdują rozwiązanie.

Także naukowcy innych kierunków terapeutycznych doszli do przekonania, że członkowie rodziny przyjmują energię rodziny własnej. Tak oddziaływały przez kilka pokoleń w pewnej rodzinie nieszczęśliwe zrządnienia losu, o których nie opowiada się dzieciom. Jest to tak samo zdumiewające, jak to, co przeżywamy podczas seminariów związanych z ustawieniami rodzin. Tutaj zupełnie obcy ludzie dochodzą w krótkim czasie do informacji, które są typowe zazwyczaj tylko dla danej rodziny.

Nie znalazłem jeszcze żadnych logicznych wyjaśnień, w jaki sposób to się dzieje. Wszystkie dotychczasowe próby wytłumaczenia wydawały się być mało przekonujące. Z pewnością są w wypowiedziach reprezentantów rzeczy, które można zrozumieć. Istota tego zjawiska pozostaje jednak niewytłumaczalna. Owa niewytłumaczalność wprowadza umysł w ciągły niepokój i dezorientację. Umysł może coś takiego tolerować jednak tylko przez krótki czas. Na przykładzie *pola badawczego* można zaobserwować między innymi kolejne kroki.

Na pytanie uczestników, co się tutaj dzieje, Hellinger odpowiadał początkowo, że jest to tajemnicą. Zjawisko to nie jest jeszcze nazwane. Następnym krokiem jest znalezienie odpowiedniego określenia dla tajemniczego *pola badawczego*. W ten sposób tajemnica działa już jako mały fragment i jest już mniej zagadkowa. Potem fenomen ten będzie można określić bliżej. Wprawdzie nie jest on poprzez to mniej tajemniczy, ale powoli zostaje wyjaśniany.

Wreszcie, poprzez liczne eksperymenty, dochodzi do konkretnego badania, które rozpoczyna się właśnie podczas ustawiania.

Tajemniczość staje się stopniowo prawie nieodczuwalną częścią katalogu wiedzy człowieka, która już nikogo więcej nie zadziwi, ponieważ stała się czymś zupełnie naturalnym i normalnym. Świadomość tajemniczości jest i pozostaje przecież jedną z cenniejszych podstaw ustawienia rodziny. Hellinger powiedział:

Wierzę, że zatrzymanie się przed tajemnicą jest najważniejszym źródłem siły dla terapeuty. Dochodzimy na przykład do granicy śmierci i wiemy, co się dzieje i do czego to prowadzi, nie mamy jednak żadnej władzy. Istnieją przecież też tajemnice przeznaczenia, związków i powiązań, podczas których ktoś coś na siebie nieświadomie przejmuje i zostaje powołany do służby czemuś, czego nie rozumie. To również jest granicą i ja się przy niej zatrzymuję. Cofanie się i pozostawanie na granicy wymaga wiele siły, szczególnie na początku. Pustka kryjąca się za tajemnicą jest trudna do przewyciężenia. Aby zażegnać groźbę tajemnicy, szukamy wyjaśnień. Zadziwiający jest fakt, że ktoś po usłyszeniu diagnozy swojej choroby często czuje się lepiej, również wtedy, gdy diagnoza jest mylna, ponieważ naraz ma on wyjaśnienie czegoś niewytłumaczalnego. W bardzo wielu religiach istnieje na przykład możliwość wyjaśniania czegoś niewytłumaczalnego czy też wyjawienia rąbka tajemnicy, która właściwie pozostaje niepojęta. Zatrzymanie się jest najlepszą formą wyrażenia tajemnicy.

Z szacunku dla owej tajemnicy „napływa” do nas coś z ukrycia. Wiele rozwiązań i słów, które napływają do mnie podczas tej pracy, zostało mi podarowanych, ponieważ zatrzymałem się przy tajemnicy. Przed granicą jestem skupiony, coś, co pozostawało do tej pory w ciemności zostaje ujawnione, a to bardzo pomaga: każdy następny krok bądź rozwiązanie. Właściwie wszystko jest pomocne. Zaczynam ustawiać jakąś rodzinę, nie wiedząc, dokąd to prowadzi. Robię pierwszy krok,

potem czekam, zbliżam się do granicy, nie wiem jednak, jak to wszystko potoczy się dalej i nagle z postawy zatrzymania się błyskawicznie dociera do mnie instrukcja postępowania. Czasami jest ona tak nieoczekiwana, że można się przestraszyć, a czasami wydaje się być również niebezpieczna. Zastanawiając się przez chwilę, czy wolno mi tak postąpić, czy nie, „wypytuję” tajemnicę, wtedy ona natychmiast odsuwa się ode mnie, a ja czuję się w takim momencie bezsilny.

Ciekawy jest fakt, że istnieje jednak wiele rzeczy, o których terapeuta tak po prostu nie chce wiedzieć. Z owej niechęci, jak i z gotowości zgłębiania tajemnicy oraz z siły, której nie rozumie, czerpie on odwagę i możliwości, by dokonać pewnych rzeczy. Jest to jedno z bardziej szerokich pojęć psychoterapii, nieco sprzeczne z założeniami kształcenia psychoterapeutycznego.

Dla mnie, jako osoby ustawiającej rodzinę, ważny jest fakt, że owo *pole badawcze* tworzy się regularnie i mogę na tym polegać. W mojej pracy uczę się coraz bardziej mu ufać i kierować się nim.

Również ten, kto jako krytyk ma do czynienia z ustawianiem rodziny, powinien zgłębić ten fenomen.

Ten, kto otarł się tylko o osobę Hellingera, pomija świadomie lub nieświadomie istotne podstawy ustawiania rodziny. W takim przypadku jakakolwiek krytyka ze strony tej osoby będzie nieuzasadniona.

Pytania związane z występowaniem i zakresem pola

Dzięki wielu ustawieniom rodzin, które zostały przeprowadzone przez Hellingera i wielu innych terapeutów w ostatnich dwóch

dziesięcioleciach, dysponujemy już szerokim zakresem wiedzy na temat występowania i zakresu *pola badawczego*.

- *Czy potrzebne są szczególne predyspozycje natury osobistej, by być osobą ustawiającą?*

Przypuszczalnie każda osoba ustawiająca przed przeprowadzeniem swojego pierwszego ustawienia wątpi, czy to potrafi: może występowanie *pola badawczego* zależy od jakichś szczególnych osobistych umiejętności lub specjalnej wewnętrznej siły. „Bert Hellinger wprowadzie to potrafi – ale ja nie”.

Nagle osoba ustawiająca dowiadyuje się, że *pole badawcze* występuje niezależnie od poszczególnej osoby. Potrzebna jest do tego pewna koncentracja i wewnętrzny spokój, który często określany jest mianem „skupienia”. Osoba ustawiająca musi stworzyć „ramy”, w których to skupienie jest możliwe.

- *Czy istnieją określone sposoby postępowania, które uruchamiają pole badawcze? Przy ustawianiu klient wybiera zastępców, następnie bierze ich na ręce lub w ramiona i odprowadza na miejsce. Czy jest to rzeczywiście jeden z wymogów?*

Nie. W mojej pracy każę klientom ustawiać tylko rdzeń rodziny, czyli rodziców i dzieci. Potem sam wybieram jeszcze dodatkowych, brakujących członków, takich jak wcześniej zmarły wujek. Wystarczy, gdy wybiorę kogoś, przydzielę mu miejsce i powiem: „Jesteś wcześniej zmarłym bratem matki. Proszę, wczuj się w niego”. Nagle odczucia związane z tą rolą stają się dla niego dostępne, również matka i inni członkowie rodziny reagują na nową osobę.

W grupie doksztalcającej się uczestnik wybrał tylko zastępców, zapomniał ich ustawić i usiadł. W ramach eksperymentu prosiłem zastępców, żeby się wczuli w swoje role, a następnie poszukiwali odpowiedniego dla siebie miejsca. Robili to, ustawiając się

bezludnie w pomieszczeniu. Klient obszedł dookoła i znalazł swoje miejsce.

Uczestnicy, którzy są wprawieni w roli zastępcy, dochodzą już często do etapu, w którym zostają wybierani lub też potrafią wczuć się w psychikę obcej osoby.

Wydaje się, że aby pole badawcze zaczęło działać, wystarczy tylko decyzja, że chce się być ustawionym. Czasami, na przykład podczas dłuższych seminariów, pole to jest tak silne, że również osobom wybranym na zastępców brakuje spontaniczności w ich rolach.

- *Czy do ustawienia rodziny potrzeba podłoża metodycznego?*

Ustawienia rodziny nie są obciążone zadaniami (w przeciwieństwie do psychodramy czy rzeźby rodziny), dlatego zastępcza percepcja staje się szczególnie wyraźna i widoczna.

Ale obszar badawczy oddziałuje także w innych kierunkach i w innych związkach, gdzie jednak nie zawsze zostaje niezauważony.

Psychoterapeuta Grete Leutz pisze: „To całkowicie psychodramatyczna zabawa z nieznaną rolą, choć przebiega zgodnie z rzeczywistymi okolicznościami życiowymi, nastrojami i reakcjami, przy czym często chodzi tutaj o zrozumienie owych działań tej psychodramatycznej gry”.

Tego typu reakcje spróbuję zobrazować na przykładzie tego, czego doświadczyłem w czasie pracy z grupą teatralną.

Uczestnik, który miał problemy ze swoim ojcem, został zachęcony do gry teatralnej. Jako ojciec wybrał on jednego z reprezentantów. Ten szybko ustawił się na scenie. Nagle uczestnikowi coś się przypomniało: „Przecież mój tata stracił nogę na wojnie”. Zawahał się przez chwilę, po czym stwierdził: „Nie wiem jednak którą”. Tymczasem jego partner zawołał ze sceny: „Myślę, że prawą”.

Żadna z osób znajdujących się na scenie nie miała przy sobie notatek dotyczących zdań wypowiedzianych przez partnera.

Fakt, że w przypadku tym znaczną rolę odrywa pole badawcze, był dla mnie niezbitym dowodem. Szkoda jednak, że były to tylko moje odczucia. Nie posiadając podstawowej wiedzy na ten temat, nie jest się w stanie tego stwierdzić.

Co pokazuje pole? Prawdę?

Przedstawiciele udzielają informacji o ich prywatnej sytuacji i stosunkach, jakie panują między członkami ich rodziny. By zmienić swoje nastawienie do nich, szukają wciąż nowych impulsów.

Przy tej sposobności relacje z wydarzeń zaistniałych w rodzinie zawsze wychodzą na pierwszy plan. Czy otrzymujemy w ten sposób informacje o dotąd nieznanymi faktach? Za pomocą tych ustawień nie można jednak zbadać rzeczywistych faktów.

Udowadnia to poniekąd relacja mojej uczestniczki:

Pierwsze ustawianie pokazało, że jej ojciec, poważany mąż jej matki, nie jest jej ojcem biologicznym. W jej ustawieniach przedstawicielka nie wyczuła żadnego uczucia w stosunku do ojca. Ponadto został wymieniony jeszcze inny mężczyzna. Między nowym mężczyzną a dzieckiem wywiązała się wielka miłość. Kobieta nie poprzestała jednak na dotychczasowym rezultacie tego ustawiania. Z tego względu, że jej ojciec jeszcze żył, poprosiła go, aby zrobił badanie krwi, by jednoznacznie stwierdzić, czy jest on jej ojcem biologicznym, czy też nie. Wynik był zaskakujący: okazało się bowiem, że był on rzeczywiście jej ojcem. Opowiedział jej, że matka od początku małżeństwa miała wielu kochanków i fakt ten spowodował, że i on miał pewne wątpliwości w sprawie ojcostwa.

Ustawienia pokazują wyłącznie energię, która istnieje w rodzinie. Pokusa leży blisko, a za pomocą faktów rodzinnych chce się ją

zbadać, by w ten sposób zmylić terapeutę i jego klienta. Ustawianie może jednak nie być pewnikiem w kwestii ustalenia ojcostwa. W tym celu należy zrobić odpowiednie badania.

Ważne jest, by w ustawianiu rozróżniać fakty i energię.

Oto jeszcze jeden przykład, który zrelacjonowała mi moja koleżanka Sneh Victoria Schnabel:

Podczas ustawień jednej uczestniczki przedstawicielka wyraźnie odczuła, że jest ona wykorzystywana przez ojca. Przedstawiciel ojca to potwierdził. Jednak sama uczestniczka sprzeciwiała się temu zeznaniu. Nie została ona bowiem wykorzystana.

Dwa tygodnie później moja koleżanka otrzymała informacje od swojej uczestniczki. Odwiedziła ona siostrę i opowiedziała jej o ustawianiu. Nagle siostra zalała się łzami i oznajmiła, że to ona została wykorzystana przez ojca.

Mój wniosek z tego jest taki, że energia wykorzystywania w rodzinie miała dość mocne natężenie. Przedstawicielka wskazała jednak nieodpowiednią osobę.

Przykłady te pokazują, jak ważne jest, aby osoba ustawiająca rodzinę była ostrożna i nie stwierdzała faktów zbyt pochopnie. Takie stwierdzenia bywają bowiem niebezpieczne. Terapeuci, którzy mieszają energię z faktami, mogą w ten sposób speszzyć i dodatkowo obciążyć uczestników.

O przekazaniu kobiecie informacji o błędnym stwierdzeniu ojcostwa poinformował mnie lekarz kliniki psychiatrycznej.

Jednocześnie pojawiają się wciąż nowe informacje dotyczące rodzin. Dla osoby ustawiającej staje się to pewnego rodzaju utrudnieniem. Informacje te wprowadzają pewne zamieszanie, gdyż dalsze logiczne prowadzenie rozmowy może zostać zakłócone przez niedopuszczalne spekulacje.

Klientka jest jedynaczką. Przez całe życie jest wystraszona, czuje się wciąż winna, nie wiedząc, gdzie leży tego przyczyna. Podczas ustawiania ojciec upada na ziemię. Jej przedstawicielka jest zła. Przy następnym pytaniu klientka poinformowała nas, że jej ojciec przez pięć lat był żołnierzem biorącym udział w walkach. Więcej szczegółów nie zna, ponieważ nie rozmawia się o tym w jej rodzinie.

Niewątpliwie istnieją w rodzinie wydarzenia, które się ukrywa. Często tajemnice te związane są z wydarzeniami z okresu wojny. Jako osoba ustawiająca rodzinę nie mogę przedstawiać moich własnych przypuszczeń jako faktów. Dobrze jest jednak sprawdzić owe przypuszczenia.

Czterem innym uczestnikom, jako ofiarom wojny, każe położyć się przed mężczyzną na ziemi. Mężczyzna nie bierze jednak udziału, ale córka reaguje dość gwałtownie. Proszę ją, by położyła się obok ofiar. Teraz jest ona bardzo spokojna i czuje się dobrze na tym miejscu. Uważa je za właściwe.

Jako osoba ustawiająca rodzinę nie znam szczegółowych faktów, na przykład, czy ojciec popełnił zbrodnie wojenne. Ale takie wyjaśnienie nie jest potrzebne. Mogę to pozostawić bez odpowiedzi. Nieprecyzyjność, która jest z tym związana, nie szkodzi. Wystarczy, jeśli uczucia będą widoczne.

W ten sposób napotykałyśmy podczas ustawiania na prawdę, ale nie zawsze jest ona oparta na faktach. Ustawianie dostarcza nam kontaktu z energiami, które bardzo oddziałują na rodziny.

- *Czy klient może wejść w bezpośredni kontakt z polem badawczym? Czy potrzebuje do tego przedstawiciela?*

Także klient może wejść w kontakt z polem badawczym. Ustawianie przeprowadza się jednak łatwiej z przedstawicielem. Są oni

elastyczni i dopuszczają zmiany, podczas gdy osoby ustawiające są nieco bardziej przywiązane do swoich wspomnień i planów.

- *Czy przedstawiciele odgrywają taką rolę jak aktorzy?*

I tak, i nie. Nie, ponieważ przedstawiciele nie grają. To odróżnia ich od aktora, który wypełnia określoną rolę. Przedstawiciela prowadzą energie. Wyzwalają one reakcje, które częściowo dla niego samego są nieoczekiwane i niewyjaśnione. Tak, ponieważ przedstawiciel przeżywa swoje postępowanie jako rolę obcej osoby, którą przyjmuje na czas ustawiania. Przedstawiciel odbiera to jako rolę, ponieważ jest z nią związany podobnie jak aktor. Np. może mieć jednocześnie pewne wątpliwości, zastrzeżenia natury osobistej.

- *Czy klient musi być obecny, aby pole zaczęło oddziaływać?*

Nie. Terapeuci mogą ustawiać rodzinę klienta, bez jego obecności. W moich seminariach doskonalących dostrzegam, ku memu zdziwieniu, że nie robi to różnicy. Przestrzeń wypełnia się już przy ustawieniu samego klienta i oddziałuje on tak samo intensywnie.

- *Czy ustawienie odzwierciedla określoną sytuację mającą miejsce w określonym czasie?*

Ustawienia są zasadniczo nieuwarunkowane czasowo. Jeśli coś jest odczuwane, nie ma to żadnego związku z czasem. Jest to tylko odbicie wewnętrznego obrazu. Jeśli ktoś wprowadza określone rozpiętości czasowe, nie porusza głębi, która może istnieć w ustawieniu.

Klient przedstawił sytuację i chce dokonać ustawienia. Nagle pyta: Powinienem opisać obecną czy minioną sytuację? Hellinger przerywa w tym miejscu, ponieważ chaos, który został wywołany ową dezorientacją, utrudniałby jakże ważne podczas konstelacji skupienie.

Z doświadczenia z podobnymi sytuacjami wiem, że dzień lub dwa dni później to pytanie może być już nieaktualne, a konstelacja może okazać się być ponadczasowa.

- *Czy pole oddziałuje tylko podczas ustawiania rodzin i osób?*

Nie. Pole to nie ogranicza się do rodziny. W ustawieniach organizacji poszczególne osoby albo nawet grupy osób reprezentowane będą przez przedstawicieli. Ich odczucia są takie same jak sytuacje osób, których one bezpośrednio dotyczą. Ale pole oddziałuje też w wielu innych formach ustawienia.

Aktor i teatrolog Johannes Galli stworzył typologię 7. głównych negatywnych charakterów, które ochrzcił mianem: nudziarz, łachmaniarz, typ podchmielony, oszczerca, chwalipięta, impertynent, chciwiec.

Nie słysząc nic o ustawieniach rodzin, wykorzystuje te charakterystyki jako doradca. Jeśli ktoś popada w kłopoty, wyszukuje on przedstawiciela dla każdego z tych typów. Ci ustawiają się obok siebie w dwóch szeregach. Potem zostają pytani o radę i każdy odpowiada spontanicznie. Ku zdziwieniu udzielają oni całkowicie różnych odpowiedzi. Zależne są one od tego, kim jest osoba, która zadaje pytanie.

Ale jak pokazuje praktyka, ustawiane mogą być też abstrakcyjne pojęcia, takie jak śmierć czy ojczyzna albo nawet przedmioty. Każdy przedstawiciel ma jasne, a czasami nawet gwałtowne odczucia.

Klientka mówi o strachu przed uzależnieniem od narkotyków. Ustawiam tylko ją i narkotyk, dla którego jako przedstawiciela wybrała kobietę.

Ta spogląda naprzód, narkotyk jest za nią. Nakazuję jej, żeby uważnie słuchała wewnętrznych impulsów i podążała za nimi,

nic nie mówiąc. Obie pozostają przez minutę w ciszy. Następnie kobieta odwraca się powoli, „narkotyk” przygląda się jej czule i bierze ją w ramiona. W tym momencie kobieta zamyka oczy.

To było spojrzenie w głębię i w warstwę, które kryją się pod strachem przed narkotykiem. Pole obejmuje więc dużo więcej niż to, co nas spotyka podczas ustawień rodziny. Jest to jednak baza dla wszystkich innych form konstelacji.

Otwarcie się na pole badawcze: wzbudzenie duszy

Podczas konstelacji rodziny osoba kierująca jest bardzo aktywna. Jednakże impulsy co do rozwiązania pochodzą od przedstawiciela.

Pod koniec ustawienia syn stoi przed ojcem. Proponuję mu pewne rozwiązanie i proszę, aby się uklonił. Przedstawiciel syna stwierdza: muszę się skłonić aż do ziemi. Kiedy to robi, stosunek między synem i ojcem, który dotychczas był dość napięty, rozluźnia się.

Hellinger wykorzystuje czasem taką formę ustawienia, która do minimum redukuje ingerencję przedstawiciela. Nazywa ją wzbudzeniem duszy.

Po tym jak klient wyszukał i ustawił przedstawicieli, osoba kierująca wypowiada jedynie zdanie: wczujcie się, odczuwajcie wszystkie impulsy i podążajcie za nimi, nic nie mówiąc. Następnie przedstawiciele podążają za impulsami. Kierujący stoi z boku i najczęściej nie ingeruje. W pewnym momencie daje on jednak znak sugerujący zakończenie ustawienia i zwalnia przedstawicieli z ich ról.

Córka ma problemy z matką. Ona (przedstawicielka) i jej matka stoją w dużej odległości od siebie. Obydwie patrzą w przeciwnych kierunkach.

Córka i matka prawie przez 2 minuty stoją w milczeniu, do momentu, kiedy to pierwsza z nich się porusza. Następnie matka obraca się powoli i przygląda się córce. Mija kolejna minuta, aż ostrożnie obraca się córka. Powoli podchodzi w stronę matki. Również i ta idzie w jej kierunku. Ostatecznie stoją jedna przed drugą i przyglądają się sobie, jak gdyby widziały się pierwszy raz. Podobnie córka robi jeszcze jeden krok w kierunku matki. Matka obejmuje córkę i bierze ją w ramiona.

Czy przez ten fakt tradycyjne ustawienie rodziny dobiega już końca?

Na pierwszy rzut oka postępowanie to wydaje się być pewnym rodzajem samorealizacji w kwestii porządków panujących w rodzinach i pełni ono terapeutyczną rolę. Po co właściwie potrzebna jest jeszcze wiedza o regułach? Do czego potrzebuje ich prowadzący? Przecież wystarczy się ustawić i pozostawić wydarzenie swojemu biegowi!

Takie konstelacje bez użycia słów nie mogą jednakże zastąpić tradycyjnych ustawień rodzin. Oczywiście i te mają określone dziedziny zastosowań i pewne założenia.

Pozwalają zastosować się wtedy, gdy chodzi o dynamikę między dwiema lub trzema osobami. Wówczas impulsy, jak pokazuje to przykład, mogą jasno i jednoznacznie się rozwijać. Sedno sprawy jest widoczne i odczuwalne dla klientów.

Jeśli chodzi o ogólny obraz rodziny, konstelacja bez słów nie jest w tym przypadku odpowiednia. Im silniejsze i im bardziej zagmatwane są uwikłania systemowe, tym bardziej jest się zależnym od rozwiązań proponowanych przez reprezentanta.

Hellinger zgłębił zakres zespołowych uwikłań i win poprzez konstelacje bez słów. I tak, przykładowo ustawiał on uprowadzonych

i zamordowanych za czasów Pinocheta, czy wojskowej dyktatury w Argentynie.

W Niemczech jest bardzo dużo konstelacji dotyczących mordowania Żydów przez Niemców w Trzeciej Rzeszy. Podczas jednej z takich konstelacji, która znajduje się na kasecie video pod tytułem *Zmarli*, Hellinger ustawił spośród publiczności naprzeciwko siebie 10 reprezentantów sprawców, jak i 10 przedstawicieli żydowskich ofiar, i kazał im bez słów poddać się ich impulsom. Każdy z przedstawicieli działał i reagował indywidualnie. Wśród poszczególnych przedstawicieli odgrywały się wzruszające sceny bólu, winy, spotkań i pojednań.

Dzięki takim konstelacjom łatwo jest zrozumieć, dlaczego Hellinger określa je mianem *wzbudzenia dusz*. Przenikają one do obszarów, których sam terapeuta nie może przekroczyć. Wykraczają one jednak poza pewne zasady panujące w rodzinach.

Porządki miłości są porządkami duszy. Z duszą mogą się kontaktować na różne sposoby. Raz bardziej powierzchownie, raz mniej. Potem odkrywam pewne rzeczy, które mogą mieć miejsce podczas konstelacji rodzin. Ponieważ znam zasady, ingeruję także we wzbudzenia. Coś takiego jest dozwolone.

Ale istnieje też coś takiego jak odwrót, wewnętrzny odwrót od tego, co dotychczas wiadome. Jest to przeświadczenie, że otwiera się przestrzeń, w której oddziaływać będą głębsze wymiary duszy. Widzimy to na przykładzie obchodzenia się z oprawcami i ofiarami. Często bez ingerencji terapeuty zdarza się czasem coś takiego, czemu nie możemy się oprzeć. Osoby walczące w konstelacji nie potrafią obronić się przed pobudzeniem, jakie ich nagle ogarnia. Ma to, tak mi się przynajmniej wydaje, coś wspólnego z tym, czy terapeuta jest zdolny stworzyć taką przestrzeń, w której czułby się on silnie związany z siłami swojej duszy. Ma to także powiązania z tym, czy

terapeuta ma na tyle siły, by się cofnąć i jednocześnie nie zatracić czujności i jasności umysłu. Dochodzimy tutaj jednak do swobodnego paradoksu: terapeuta jest bardzo aktywny a jednocześnie bierny. Tak więc terapeuta stwarza przestrzeń dla takiego ustawiania. Kolejnym warunkiem jest doświadczenie reprezentantów w zakresie rodzinnych konstelacji, jak i w kwestii odgrywanych przez nich ról.

Podczas seminariów dla początkujących, którzy po raz pierwszy chcą uzyskać obraz ich rodziny, jest to podstawowe wymaganie. Im bardziej doświadczeni są uczestnicy, którzy ustawiają, im bardziej różnorodne są odczucia reprezentantów, tym łatwiej dochodzi do *wzbudzenia duszy*.

Mimo że na pozór wydaje się to być bardzo proste, przedsięwzięcie to wymaga od terapeuty dużo siły. Wydarzenia będą przebiegać niezależnie od własnych życzeń i pomysłów. Czasem przez długi czas nie wydarza się nic albo niewiele, a chwilę później ni stąd, ni zowąd następuje coś zupełnie nieoczekiwanego. Muszę przyznać, że dzięki moim doświadczeniom jest mi łatwiej być aktywnym, proponować zmianę miejsc i dokonywać weryfikacji wypowiedzi.

Uważam to za ważne, aby nie mieszać konstelacji bez użycia słów z innymi formami ustawiania. Podczas ustawiania bez użycia słów, które prowadził kolega, a które dotyczyło mojej rodziny, odebrałem to jako pewien rodzaj utraty sił, kiedy ten po pewnym czasie ponownie zastosował komunikację i aktywną ingerencję. Sedno widać jak na dłoni: nie chciał on po prostu zaakceptować wyniku.

Kiedy sam podejmuję decyzję, by prowadzić konstelację bez użycia słów, przeżywam to jako wstęp do głębszego wymiaru, który wymaga ode mnie, jako prowadzącego, odwagi. Jestem gotowy pozostać przy milczeniu, gotowy na to, by pozwolić się prowadzić.

Liczę się również z tym, że końcowy obraz może być różny; mniej lub bardziej przyjemny.

Córka ma problemy z matką. Każę im obu się ustawić i wtedy dochodzę do wniosku, by przeprowadzić tę konstelację bez użycia słów. Córka stoi odwrócona, dość daleko od matki. Ta patrzy na nią. Po pewnym czasie córka odwraca się. Nic się nie dzieje. Matka robi dwa kroki w stronę córki. Córka znowu się odwraca. Matka zatrzymuje się. Długi czas nic się nie dzieje. Wtedy przerywam ustawianie.

Po tym ustawieniu sam byłem niepewny. Czy to było to? Pojawiła się wewnętrzna wątpliwość: czy mogę w ogóle spodziewać się po kimś takiego ustawienia? Czy nie powinienem przesunąć dalszych konstelacji na jutro czy na pojutrze?

Jednocześnie byłem świadomy, że przez wypowiadanie takich wątpliwości tylko zakłócam i utrudniam głębokie przetwarzanie tego ustawienia. Ku memu zdziwieniu i uldze miało ono po początkowych trudnościach dobre działanie na uczestniczkę. Jej wymagania względem ustawiania znikły po dalszych konstelacjach, a ostatniego dnia w końcowej rundzie wróciła do sił i była już spokojna.

Hellinger mówi o zakresie pola, z którego pochodzą wzburzenia:

To właśnie stąd pochodzą istotne rzeczy. Ze względu na to, iż wymagają one dobrego wyśrodkowania, nie potrafię sobie wyobrazić, że są one niwelowane albo że kiedykolwiek mogą one dotrzeć do ogólnej świadomości.

Uważam to za wspaniałe, że konstelacje rodzin przez pojedyncze osoby przygotowują je do tego albo nawet zmuszają, by otworzyły się one na tę sferę. To z kolei gwarantuje, że owo przedsięwzięcie pozostanie wiecznie „żywe”.

Proszę usiąść wygodnie
– doktor za chwilę się Państwem zajmie.

Uznany specjalista – dr Bertold Ulsamer przez 15 lat prowadzi szkolenia dla kierownictw wielkich przedsiębiorstw. Dziś wykorzystuje swą ogromną wiedzę do pomocy Twojej rodzinie. Terapia proponowana w tej książce pozwoli ustalić zależności zachodzące między członkami rodziny a w konsekwencji wyeliminować wszelkie konflikty.

Zafunduj sobie i swoim bliskim prawdziwe
rozumienie, szczęście i wzajemny szacunek.

Skoro sam Bert Hellinger jest pod wielkim wrażeniem tej książki, to musi oznaczać gwarancję jej skuteczności.

Nie narzekaj na atmosferę panującą w domu
– zmień ją już dziś!

PATRONAT MEDIALNY:



POLECAMY Z SERII:



ISBN 978-83-7377-300-4



9 788373 773004 >