

## **Jak nahlížet na skutečnosti a tajemství odhalená v konstelacích?**

To je častá otázka, která po konstelaci často přichází lidem na mysl – jak doslova mohou brát některé skutečnosti či odhalená tajemství v konstelacích?

Konstelace na nás působí jednak změnou vnitřního obrazu a zvědoměním dynamiky v systému, tak změnami při práci s traumatem ve všech oblastech působení traumatu a jeho dynamiky.

Zjištění informací o zdrojovém traumatu či jiném zapletení může být důležité pro pochopení, otevření se a nastartování a nasměrování dalších procesů, ale není prioritním cílem přesná analýza minulosti, někdy stačí pochopit téma a motivace události. V zásadě jde o to spustit proces integrace, ukončit traumatické strategie a především opravit přeznačené hodnoty, které vytvářejí iluzi kolem a zabraňují životu v realitě.

Cílem není ani určení-předepsání budoucích kroků, ale nahlédnutí na možnou budoucí dynamiku nám může pomoci se rozhodnout, jak dál a jak se lépe připravit.

Pokud známe přesná fakta o minulých traumatech je však pochopitelně jednodušší je ošetřit. Na druhou stranu se určitá fakta, potenciální fakta, určité možné skutečnosti v konstelacích vždy ukazují a někdy mohou i zásadním způsobem ovlivnit naše pochopení a přijetí určitých událostí v systému. Samostatnou kapitolou jsou například situace, kdy se ukazuje, že skutečným otcem je někdo úplně jiný, než si dotyčný klient myslel, což může být pravda a často i bývá a je dobré a potřebné tuto možnost následně zkusit potvrdit i jinak (informace z rodiny, testy DNA...), ale také to tak být vůbec nemusí a může jít jen o nepřijetí otce dítětem či naopak nebo partnera-otce jeho ženou-matkou dítěte, a nebo se tato událost zatajení otce odehrála o generaci či dvě dále v systému za nimi.

Podobně se někdy ukazuje příběh velkého násilí se sexuálními motivy, zabíjením a krví a pod., což může být na jedné straně reálným traumatickým výjevem některého předka z války, ale také to může být symbolické zobrazení jeho porodu nebo nějaké vytěsněné násilné události z dětství.

Vzhledem k možným přenosům také nejde někdy přesně určit, komu se tato zdrojová událost

stala. Pro tuto identifikaci je také velmi důležité rozlišovat rozdílnost přenosů přes matku a přes otce!

Můžeme také rozlišit dvě skupiny odhalovaných skutečností. První skupinou jsou skutečnosti odhalované více z minulost - historii rodiny a jejich traumat a druhou skupinou jsou skutečnosti z přítomnosti až možné budoucnosti člena systému.

V prvním případě lze říci, že odhalené skutečnosti odpovídají dostupně známé realitě tak odhadem cca z 80-90% s tím, že si musíme uvědomit, že ji popisují nejen z vnějšího pohledu, tak jak se vztahy členů systému jeví navenek, ale také z toho vnitřního pohledu, který může být běžně lidem úplně či z části zakryt – uschován. Například babička, která se jevila lidem, jako silná osobnost, láskyplně se starající o dítě své zemřelé či vyhnané sestry, může být v konstelaci odhalena jako osoba na pokraji svých sil, plná zahořklosti a nenávisti za to, co jí v životě potkalo.

Čím více se ale dostáváme do přítomnosti a možného vývoje v budoucnu, především u konstelací partnerských vztahů a jejich dalšího vývoje, tak je třeba si uvědomit, že podstatné pro nás nejsou informace, ale působení těchto informací, působení zjevených skutečností a možných řešení, nabízejících se a ukazujících se v konstelaci, na naši psychiku a na naši volbu. Může se totiž stát, že při konstelaci nefungujícího partnerského vztahu si partneři padnou znovu do náruče a mohlo by nás to vést k závěru, že partneři se mají pokusit dát znovu dohromady a že to půjde. Samozřejmě, že teoreticky to jde za určitých podmínek vždycky a stává se to i po konstelacích, ale ..... ale třeba to, co si může odnést zadavatel takovéto konstelace spíše je, že znovu přijme svého partnera do svého srdce, změkne vůči němu a současně dostane sílu k přátelskému, bezproblémovému rozchodu nebo samozřejmě i ochotě to zkusit znovu. Nebo naopak může konstelace ukazovat totální neochotu partnerů se navzájem k sobě přiblížit, ustoupit ze své pozice apod. a řekli bychom tedy, že tento vztah se musí rozpadnout, ale tento obraz ovšem může v důsledku vyvolat v zadavateli konstelace silné uvědomění možné ztráty něčeho cenného, které ho pak vede ke vstřícným krokům, vedoucím naopak k uzdravení tohoto partnerského vztahu. V obou těchto případech bylo pro klienta nejdůležitější to, jak na něj zapůsobil obraz konstelace, jako obraz zjevené reality či její možné varianty, přičemž hodnota pravdivosti ukazované informace vzhledem k výslednému řešení se mohla klidně blížit nule, respektive byla pravdivá jen v daném okamžiku a způsobila rychlou změnu. Podstatné bylo, co ukazovaná informace u klienta vyvolala, jaký pohyb v jeho duši nastal. To je naprosto v pořádku, protože je naší volbou, jak měníme – tvoříme svou budoucnost. Jeden vhled, jedno pochopení, jedno přijetí skutečnosti, jeden nový pocit v jednom okamžiku a vše je jinak a naše budoucnost má totálně jiný směr. Tuto skutečnost si je třeba uvědomit při jakémkoliv pídění se po vlastní budoucnosti, po svém osudu.

S naší minulostí je to pak vlastně podobně - musíme ji nejprve přijmout v té podobě, jaká se nám ukazuje sama, přijmout to, co vyvolala v naší duši, našem nitru, pak můžeme ukončovat traumatické strategie a další oblasti působení traumatu a pak vytvářet nový pohled na minulost, novou interpretaci, která současně umožní vytváření jiné, nové budoucnosti. Jediné, co by mohlo být pevné a neměnné, by byla naše přítomnost – naše bytí, naše vědomí a naše pocity v daném přítomném okamžiku. Tato přítomnost však díky množství přeznačení a zmatkům v identitách, díky dopadům traumatických procesů je současně rovněž velmi zatemněna, překryta iluzí. Pro většinu lidí je v určitou chvíli příliš bolavá, příliš spalující, a tak utíkáme z reality přítomnosti do budoucnosti a žijeme v nereálném snění a nebo utíkáme z této reality do minulosti, kde žijeme stále životy našich předků, hrajeme jejich hry, cítíme jejich pocity, hledáme jejich cíle či aplikujeme jejich řešení a opakujeme jejich chyby a pod. Žijeme tak příběhy našich předků, příběhy podstrčené společnostmi, ve které žijeme a která formuje a programuje matrix naší vnímané reality skrze výchovu a vzdělávání, skrze sdělovací prostředky, reklamu atd., žijeme příběhy našich pracovních míst a pozic, ale otázkou je - nakolik žijeme skutečně svůj život, nakolik žijeme v „realitě“.

Současně častým útekem z přítomnosti je **útěk do svých deficitních přání** a jejich realizace a překrytí reality proto nějakou usilovnou činností - workoholismus a kariéra, sportovní aktivity a adrenalinové aktivity, cestování, politika či jiná náboženství, drogy, alkohol, "pozitivní myšlení", budování finanční nezávislosti atd.... na všech těchto činnostech je třeba hodně pěkného, ale jde o to, čemu v důsledku slouží a komu.

Standardní rovněž je, **že se role v konstelaci vyvíjejí – postupně odhalují**, to co je ve vnitř. Např. za nezájmem, vztekem či smíchem se odhalí hluboký cit, zranění a bolest, nebo-li za sekundárními pocity se ukážou naše pocity primární, nebo se ukazují pocity malého dítěte, pak většího a pak dospělého člověka nebo se mohou střídát pocity a postoje našich jednotlivých vnitřních částí. Záleží ovšem na tom, jak se povede v konstelaci tyto mechanismy odkryt a kam nás systém klienta i on samotný pustí a také proto je důležité, aby lektor dal těmto procesům dostatek prostoru se vyjevit a vyvinout, protože jinak nám hrozí zcela mylná interpretace. Podobný vývoj pocitů a postojů, jako v konstelaci, pak také často klienti zažívají po konstelacích v reálném životě, během delšího časového úseku.

**Slovní vyjádření účastníků v konstelaci** může být i někdy velmi trefné a přesné, tedy odpovídající reakcím reálné postavy nebo její části duše, ale někdy je zapotřebí odhlédnout od přesných slovních formulací, které jsou jen způsobem vyjádření nějakého sdělení a pocitů v rámci individuálních zkušeností tohoto zástupce v konstelaci, takže je důležité pak sledovat spíše více motiv, záměr, téma, na které dotyčný ukazuje svým individuálním způsobem, v rámci svých osobních zkušeností a zapletení.

