CONSTELAÇÃO INDIVIDUAL

do diagnóstico à solução



FERNANDO FREITAS

EDITORA IBRACS

CONSTELAÇÃO INDIVIDUAL

Do diagnóstico à solução

Copyright © 2020 Fernando Freitas
Todos os direitos desta edição reservados ao autor.

IBRACS – Instituto Brasileiro de Consciência Sistêmica

Av. Áurea Apparecida Braghetto Machado, 650 – City Ribeirão
CEP 14021-460 – Ribeirão Preto – SP
Tel.: (16) 3635-9663, (16) 981171841

Revisão – Joyce Kelly Costa
Projeto Gráfico – Murilo Semeghini e Ana Paula A. Egito
Capa – Gabu Costa @gabu.costa
Fotos – Adobe Stock, Freepik, Gettyimages, Pexels, Pixabay
Fotos autorais – Amanda Araújo e Guilherme Fuzaro
Diagramação – Conceito Comunicação Integrada
Produção de e-book: S2 Books
Consultoria editorial – Gustavo Barbosa
Supervisão editorial – Flavia Frederico
Produção de ebook – S2 Books

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Constelação individual : do diagnóstico à solução / curadoria Fernando Freitas. -- 1. ed. -- Ribeirão Preto, SP : IBRACS, 2020.
ISBN 978-65-992849-1-5
1. Constelações familiares 2. Psicologia 3. Terapia alternativa I. Freitas, Fernando.
20-49713 CDD-615.85

Índices para catálogo sistemático:
1. Constelação sistêmica : Sistema terapêutico :
Medicina energética 615.85
Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

FERNANDO FREITAS

CONSTELAÇÃO INDIVIDUAL

Do diagnóstico à solução

EDITORA IBRACS
Ribeirão Preto
2020



Agradecimentos

A pessoa que mais agradeço é alguém que me acompanha por toda a vida. Aprendi a admirar sua coragem, determinação e esperança. Ela passou por situações tão difíceis, que nem imagino como conseguiu dar conta. Eu aprendi a conhecê-la, valorizá-la e amá-la há algumas décadas. Mesmo assim, ela me surpreende cada vez mais. Ela me traz felicidade, força e leveza. Com ela a vida fica muito mais plena e meu coração mais preenchido.

Ela é a minha Criança! Eu a sinto comigo, a ouço atentamente e dou a ela a infância feliz que merece.

Hoje eu sou o Pai e a Mãe que a leva para a Vida com amor, respeito e admiração.

Ao me amar, eu abro meu coração para as pessoas que passaram pela minha vida, para as que estão presentes e para aquelas que ainda virão.

Gratidão aos meus pais – Virgílio e Lídia. Vocês passaram princípios fundamentais que me guiaram pela jornada de vida. Eu sei que vocês são seres humanos comuns e que fizeram o melhor que podiam. Eu repeti todos seus acertos e aprendi com seus erros. Fiz algo melhor para que a nossa família seguisse cada vez mais saudável. Espero que meus filhos façam o mesmo comigo. Tudo o que vocês me deram foi o suficiente, e agora cabe a mim dar continuidade e melhorar ainda mais o amor familiar que recebi de vocês.

Gratidão a todas as mulheres com quem eu tive o privilégio de compartilhar meu coração. Vocês ajudaram a me tornar o homem que eu sou hoje.

Gratidão à Carla, que é muito mais que minha esposa. Ela foi e é fundamental na minha jornada como homem, pai e profissional. Seu estímulo constante, sua garra e sua energia me impulsionam a evoluir cada vez mais. A presença dela está em cada frase, pois participou ativamente na realização desse projeto.

Gratidão aos meus filhos Pedro e Luíza, que tanto me ensinaram. Os desafios da paternidade me abriram os olhos e o coração para a Vida.

Gratidão aos meus enteados Leandro, Gabriela e Carolina, que entraram na minha vida e tem um lugar no meu coração, como fruto do amor entre a Carla e o seu primeiro marido Maurício.

Gratidão aos meus netos Bárbara e Gabriel, que levam a continuidade da família para o futuro. Eu espero que possam aprender com os erros de seus antepassados e aprimorar a forma de

caminhar para a Vida. Assim a família se tornará cada vez mais saudável.

Gratidão aos meus genros Pedro e Paulo, que enriqueceram a família com o amor e os referenciais que trouxeram de seus antepassados.

Gratidão a todos os meus professores de diferentes fases da minha vida. Vocês me deram novas visões e me enriqueceram com seus ensinamentos. Quando olho para vocês, vejo centenas de pessoas que participaram da minha jornada. Vocês fazem parte de tudo que sou hoje.

Gratidão aos milhares de clientes e alunos que receberam de mim o que recebi dos meus mestres. A interação com vocês me ensinou a ver meu lado humano, problemas e enfermidades que eu também carrego. Somos todos iguais, em busca de mais consciência e de uma jornada de vida mais saudável.

Gratidão a toda equipe do IBRACS. Vocês fazem parte da missão que eu e a Carla temos. Levar o conhecimento do mundo saudável para o maior número de pessoas possível. Todos vocês fazem parte desse lindo projeto.

Gratidão à Vida, que apesar de não ter me dado tudo que eu queria, me deu condições de conquistar o que eu precisava. Eu adoro caminhar por essa estrada sem fim, para descobrir o que mais virá pela frente.

SUMÁRIO

Capa

Créditos

Folha de rosto

Agradecimentos

Prefácio

Introdução - Constelação sistêmica

Capítulo 1. Princípios básicos da constelação individual

Capítulo 2. Instrumentalização

Capítulo 3. Base conceitual

Capítulo 4. Aprofundando as leis do sistema

Capítulo 5. Bases que definem a questão de uma constelação sistêmica

Capítulo 6. Ordem no sistema e sexualidade

Capítulo 7. Dinâmicas do trabalho sistêmico

Capítulo 8. O essencial na constelação sistêmica

Capítulo 9. Referenciais saudáveis para diagnósticos precisos

Capítulo 10. Problemas x referenciais doentios

Capítulo 11. Dicas fundamentais para o trabalho de constelação

Capítulo 12. Prática em atendimentos





Prefácio

Eu me lembro de quando era criança, de brincar empinando pipa e vê-la bem no alto, e segurar a linha nas minhas mãos, com muito prazer em controlar seus movimentos. Puxava e dava mais linha para controlar o seu voo. Mas em vários momentos eu precisava puxar rapidamente a linha, quando o vento parava ou sob a ameaça de alguma outra pipa se aproximar, para uma batalha aérea com o objetivo de uma cortar a linha da outra. Eram momentos tensos e cheios de energia, que preencheram a minha infância.

Muitas vezes, depois desses eventos épicos, eu me deparava com uma grande quantidade de linha que estava amontoada no chão e que, ao tentar enrolar na lata, ficava toda emaranhada. Muitas crianças simplesmente jogavam a linha fora, mas eu não tinha recursos para comprar outros carretéis. Aí entrava uma atividade que levava muito tempo, que era desembaraçar a linha com cuidado e poder reutilizá-la.

Essa atividade me dava muito prazer. Eu a via como um desafio e me concentrava em soltar todos os nós e laços que resultaram da brincadeira. A sensação que me dava em ver todos aqueles emaranhados desaparecerem e voltar a ver o fio solto, sendo enrolado na lata novamente, era uma vitória. Depois de tudo estar em ordem, saber que no dia seguinte voltaria a brincar de novo, e que seria capaz de colocar em ordem tudo de novo, era uma sensação de felicidade que me marcou na infância.

Não sei bem como a vida me levou até o lugar em que estou hoje. Eu olho para trás e tento descobrir como tomei inúmeras decisões que definiram a minha jornada até aqui. Mas o que me surpreende é que continuo sendo aquela criança que se preparou por anos a fio para exercer uma função de solucionar emaranhamentos e lidar com muitos desafios quase insolúveis, nos quais fosse possível libertar a linha embaralhada.

Hoje, sou um constelador e recebo muitas pessoas com suas linhas de vida emaranhadas e que precisam resgatá-las para poderem viver com sua plenitude, vigor e capacidade.

Elas passaram por muitas experiências no passado e, com frequência, nem sequer perceberam como tudo se enrolou. Hoje elas sofrem ao perceber que não conseguem mais viver de forma livre, leve e com prazer. Carregam seus nós e não conseguem compreender o porquê das suas dificuldades. A maioria delas se adaptou e se habituou a conviver com esses problemas desde a infância e nem sequer percebe em que situação se encontra. Uma grande parte delas já recebeu

de seus pais e avós as linhas presas e nunca conheceram de fato o que é ter a linha solta e pronta para curtir o prazer da vida. Elas receberam de herança os nós do passado e acreditam que é normal terem tantas complicações no seu dia a dia. Afinal, seus familiares também viviam da mesma forma.

Quando essas pessoas me procuram para ajudá-las com seus problemas, eu consigo ver suas linhas de vida repletas de emaranhamentos. A minha criança interna sorri e me orienta sobre o que fazer. E assim eu continuo na mesma tarefa que ocupou horas e horas da minha infância.

Não foi por acaso que essa abordagem sistêmica me encantou desde o primeiro momento em que entrei em contato com ela. Algo mágico aconteceu quando vi o trabalho de Bert Hellinger. Eu já era um profissional com formação em Medicina e especialização em Gastrocirurgia. Para compreender a fundo a motivação da doença e como ajudar os doentes a encontrarem o caminho saudável, eu busquei muitos caminhos e fiz várias formações: Análise Psicossomática, Análise Bioenergética, Biossíntese, Biodinâmica.

Mas parecia que faltava algo que eu não conseguia identificar nesta jornada. Por isso eu continuava a pesquisar outros caminhos. E foi exatamente nesse contato com a abordagem sistêmica de Hellinger, com a ferramenta fantástica da Constelação Sistêmica, que eu senti algo inteiro dentro de mim. Encontrei a peça do quebra-cabeça que faltava.

Entrei de cabeça nesse novo universo e fiz a primeira formação oficial de Constelação Sistêmica que ocorreu no Brasil em 1999. Primeiro fiz a Familiar, depois a Organizacional e, logo em seguida, o Coaching e Consultoria.

E eu gostaria de compartilhar algo muito interessante sobre essa formação: foi a primeira a ser feita no mundo. Antes não havia qualquer formação estruturada. A partir do Brasil, esse curso foi levado para os outros países e se tornou um sucesso enorme, devido à capacidade de fazer um diagnóstico rápido e preciso, além de possibilitar um tratamento efetivo e duradouro.

Eu venho acompanhando a evolução dessa abordagem e a utilização dessa ferramenta da Constelação nesses anos e vi muitas ramificações que fortaleceram, e outras que deturparam a função e os resultados da técnica. Hoje existem diversas formas de trabalhar com ela e, infelizmente, há muitos “profissionais” com formação inadequada e mal orientados, que aplicam a Constelação e, ao invés de ajudar o cliente a identificar e solucionar seus problemas, tornam-se parte do problema e podem piorar ou até criar novas complicações.

Já recebi com tristeza muitos clientes que passaram por várias constelações e que não tiveram qualquer resultado ou evoluíram mal.

Essas deturpações, associadas com a má utilização da técnica, levaram ao descrédito e a alguns ataques ao trabalho. E, sinceramente, eu concordo com eles, em parte. O problema existe sim, mas não é com a técnica e sim com as pessoas que a utilizam sem consciência. É como criticar o bisturi pelas cirurgias mal feitas.

Há um mito entre muitos supostos consteladores, de que a constelação funciona sozinha. Ela mostra tudo e a alma do cliente vai resolver. O profissional não tem qualquer responsabilidade na

condução do processo e na solução. Aliás, em grande parte, esses supostos consteladores fizeram suas formações sendo estimulados até a não precisarem estudar nada. Para que estudar? É só deixar a constelação atuar por si mesma... Pode parecer estranho, mas é verdade.

Muitos falam das leis sistêmicas, mas não sabem como identificar quando elas estão em ordem ou desordem no sistema. E se eles não sabem diagnosticar, imagina como eles vão orientar o tratamento!

Eu vejo a Constelação Sistêmica como uma ferramenta excepcional que tem a capacidade de revelar os inúmeros emaranhamentos sistêmicos inconscientes, suas origens e também a solução. Mas o que faz a diferença é a expertise do profissional em saber utilizá-la.

Há um abismo enorme entre os que apenas fazem constelações e aqueles que são consteladores. Por exemplo, quem você gostaria que fizesse uma cirurgia de apendicite no seu filho? Um profissional que sabe o que faz e conhece profundamente anatomia, fisiologia, técnicas cirúrgicas, farmacologia, ou alguém que acredita que é só abrir o abdome e ver as alças intestinais se movimentando?

Alguns “profissionais” não conseguem fazer qualquer hipótese diagnóstica com base na queixa, na anamnese e nas informações não verbais. Eles esperam que a constelação mostre tudo, e que a mágica ocorra sem nem sequer saberem como isso acontece. Mas essa situação não é tão simples assim. Sem noção das dinâmicas sistêmicas, eles se perdem na escolha dos elementos a serem posicionados e não sabem diagnosticar identificações, emaranhamentos, disfunções. Ficam presos a problemas secundários e/ou superficiais, desviam do que realmente precisa ser tratado e tiram conclusões equivocadas que pioram ainda mais seus clientes.

Tudo isso me deu muito mais motivação para aprofundar essa sabedoria e desenvolver recursos teóricos e práticos para elevar o potencial deste trabalho.

Eu tive a oportunidade de ter excelentes mestres e também passar por várias intervenções com esses profissionais que mudaram radicalmente o rumo da minha vida. Senti o poder desta técnica conduzida por especialistas em todas as áreas: pessoal, familiar, organizacional.

Continuo fiel à essência de todos os aprendizados que recebi. Além disso, decidi ir ainda mais longe e integrar todas as outras abordagens que eu já exercia, e desenvolvi muitas variantes técnicas que levaram a resultados excepcionais.

Essa foi a base da construção da abordagem que denominei Consciência Sistêmica. Ela se tornou a base de formação de milhares de consteladores que se formaram comigo.

Com ela é possível fazer várias hipóteses diagnósticas antes mesmo da realização da Constelação. Hoje em dia eu já tenho noção do que vai acontecer quando o cliente vai posicionar os elementos da constelação e do verdadeiro problema sistêmico inconsciente que está oculto por trás dos problemas conscientes que o cliente carrega. E mais ainda, é muito claro qual deve ser o caminho da solução.

Desenvolvi um modelo que chamei de Constelação Sistêmica Estruturada Estratégica, que é dividida em quatro fases bem distintas: Pesquisa diagnóstica, Análise da Dinâmica Sistêmica, Identificação do verdadeiro problema, Solução Sistêmica.

Com ela é possível trabalhar com base, consciência e clareza em todas as diversas áreas sistêmicas: Família, Saúde, Justiça, Educação, Profissional, Organizações. Esse modelo de trabalho tem base em vários conhecimentos profundos de Medicina, Psicanálise, Psicoterapia Corporal Neo-Reichiana, Psicossomática, Neurociência, Genética, Epigenética e muitos outros conhecimentos atuais que se integram com a abordagem sistêmica. Assim, trabalhar a ferramenta da Constelação com todo esse conhecimento permite fazer diagnósticos rápidos e precisos, assim como tratamentos efetivos e duradouros.

Há outros benefícios que ficaram muito evidentes no período que passamos da pandemia da Covid-19. Neste período foi possível o atendimento online com excelentes resultados. E também a abertura de mercados em todo o Brasil e no exterior.

Seja bem-vindo a este vasto universo que revolucionou os relacionamentos e atendimentos. Prepare-se para descobrir um caminho no qual não será possível retornar. Depois de abrir sua mente e ampliar seu nível de Consciência, não dará mais para não enxergar a Vida como ela realmente é.

E o aprendizado que você ganhará com a leitura deste livro vai transformar sua vida pessoal, familiar e profissional, tornando-se capaz de utilizar essa ferramenta com base sólida e sabedoria.

Fernando Freitas



Introdução

CONSTELAÇÃO SISTÊMICA

A *Constelação Sistêmica* é uma ferramenta extremamente importante para ajudar profissionais que trabalham na área sistêmica; sejam psicoterapeutas, coaches, pessoas que trabalham com família, com casal ou na área empresarial, etc. Em se tratando de uma ferramenta de trabalho, é fundamental que o profissional que vai utilizá-la esteja capacitado e treinado, para que o resultado seja benéfico para o cliente.

Para isso, desenvolvi esse trabalho minucioso que vai ajudar você a trilhar, de forma objetiva e eficiente, o caminho para se tornar um constelador individual de ponta. Você precisa estar aberto ao novo conhecimento, que envolve os campos morfogenéticos de Rupert Sheldrake e toda a abordagem do criador das constelações, Bert Hellinger.

Com o método da *Consciência Sistêmica*, desenvolvido por mim, você será capaz de colocar toda essa bagagem na sua prática pessoal de fazer constelações.

Espero que seu interesse por esse tema cresça cada vez mais, a fim de te fazer enxergar além do que o cliente deseja mostrar. Só assim, utilizando seu conhecimento mental aliado à sua capacidade de sentir o campo, você será capaz de fazer importantes intervenções na vida daqueles que te procurarem em busca de ajuda.

Espero que nossa jornada seja rica, prazerosa e extremamente eficiente, no sentido de te tornar um profissional ainda melhor.

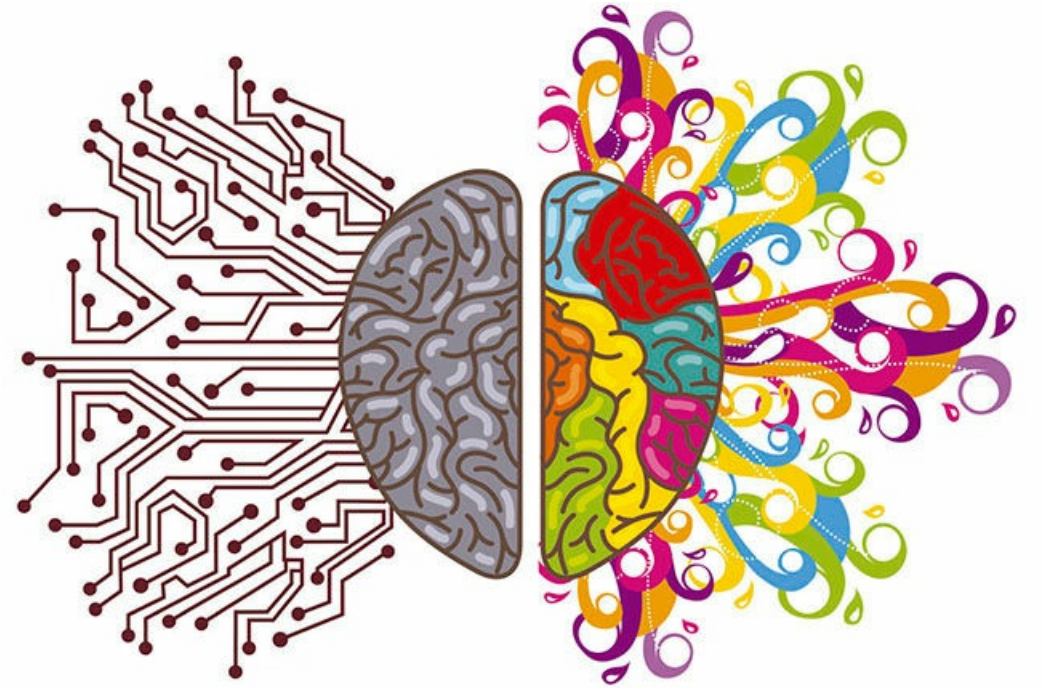
Utilização

Quando a constelação é utilizada, é possível enxergar os referenciais do indivíduo em relação a ele mesmo, família, sexualidade, dinheiro, filhos, etc.

Através da constelação, podemos ver de outro ângulo, quais são as características do campo. Podemos ver detalhes de como cada elemento se identifica e se comporta, e qual é o caminho que aquele sistema tende a seguir. Dessa forma, identificar os distúrbios daquele sistema e principalmente a raiz desses distúrbios.

Vantagens

Dentro da neurociência, somos seres que integram os dois hemisférios do cérebro: o hemisfério direito e o esquerdo. O hemisfério esquerdo é o responsável por pensar, aquele que leva em conta o raciocínio. Desenvolver o hemisfério esquerdo é estudar e aprender cada vez mais teorias, para integrar o conhecimento e evoluir intelectualmente. Já o hemisfério direito é responsável por sentir; ele leva em conta as emoções que afloram durante a vida. Desenvolver o hemisfério direito é fazer uma conexão de alma com o cliente, é deixar a sua criança interna se conectar com a criança interna do cliente.



Na prática, ocorre que, ao falar sobre alguma situação, usamos o hemisfério esquerdo do cérebro para elaborar as frases e contar uma história, utilizamos nosso racional. É importante pegar essas informações com o cliente, exatamente para confrontar com o que ele sente.

Frequentemente em meus atendimentos, quando peço para o cliente posicionar os elementos no campo, aparecem dinâmicas e características diferentes daquilo que o cliente trouxe de forma verbal.

Isso significa que ao colocar uma situação no campo da constelação, é o hemisfério direito que se manifesta. Por isso, é possível expressar os traumas e as situações emocionais que o cliente não consegue sequer lembrar para relatar em palavras.

Quando digo que isso é importante para confrontar o que ele fala com o que ele posiciona, é porque através dessa análise podemos verificar se o sentir, pensar e agir daquele cliente estão em harmonia.

Estudando física quântica, é muito comum falar sobre a importância do observador. Você sabia que o olhar do observador é capaz de mudar a experiência? Sim, e isso na constelação é uma verdade absoluta. O terapeuta é o observador da constelação, é ele quem vai observar a dinâmica do cliente em relação ao seu problema.

Depois de observar e tirar o cliente do “blá-blá-blá”, eu o convido a olhar de um ângulo diferente, enxergando de fora do campo o que está acontecendo no sistema dele. Essa constelação simplesmente muda toda a experiência.



O que você enxerga?

Isso traz para o cliente novas perspectivas das situações que ele não era capaz de enxergar, que ele não tinha consciência.

Olhar de fora as várias dinâmicas e compreender a sua própria história de outras formas – é o que chamamos de ampliar a visão sistêmica.

Ao ampliar a visão sistêmica, ampliamos também a nossa consciência. A nossa relação com a gente mesmo, com as pessoas que convivemos e com os sistemas nos quais estamos inseridos.

É por esse motivo que a constelação é uma ferramenta precisa. Ela é capaz de trazer à tona o problema verdadeiro. Ela possibilita chegar a um diagnóstico mais rápido, para um tratamento eficiente e duradouro.



Capítulo 1

PRINCÍPIOS BÁSICOS DA CONSTELAÇÃO INDIVIDUAL

Essa abordagem foi criada por Bert Hellinger (1925-2019), e a origem desse trabalho veio da abordagem Escultura Familiar de Virgínia Satir (1916-1988) e do Psicodrama de Jacob Levy Moreno (1889-1974).

Nas duas abordagens, os elementos que representavam outra pessoa da família começaram a sentir algo quando estavam naquele papel, naquela função. As sensações que eles tinham coincidiam com o que a pessoa que estava sendo representada sentia. O cliente dizia: “É exatamente isso que acontece, é isso que ele sente”, etc.

A observação das sensações dos representantes inspirou Bert Hellinger a desenvolver o trabalho de constelação. Utilizando principalmente as sensações dos representantes, o arcabouço teórico da *Sistêmica* e a *Fenomenologia*, ele deu início a esse trabalho.

Sistêmica

Um importante fator a ser considerado na Sistêmica é que existe o *Elemento* e o *Todo*. O elemento carrega uma carga emocional vinda do passado. O todo envolve a carga emocional que o sistema gera no elemento. Assim, o mais importante é a relação que existe entre os elementos do sistema. É essa relação que faz com que a dinâmica da constelação aconteça.

Por exemplo, se você pegar um relógio e desmontá-lo, você é capaz de colocar tudo no lugar e reconstruir o relógio. Mas no caso do ser vivo, a relação entre os elementos altera o todo. Não dá para imaginar uma planta ou um ser vivo separado em partes e depois juntar as partes para reconstruir a planta ou o ser vivo. Isso não funciona, é impossível.

O trabalho sistêmico foi desenvolvido para trabalhar com seres vivos. Por isso, as constelações trabalham as dinâmicas dos seres vivos e levam em conta a relação entre eles.

Bases fenomenológicas

Quem descreveu as bases fenomenológicas foi um filósofo e matemático alemão chamado Edmund Husserl (1850-1938).

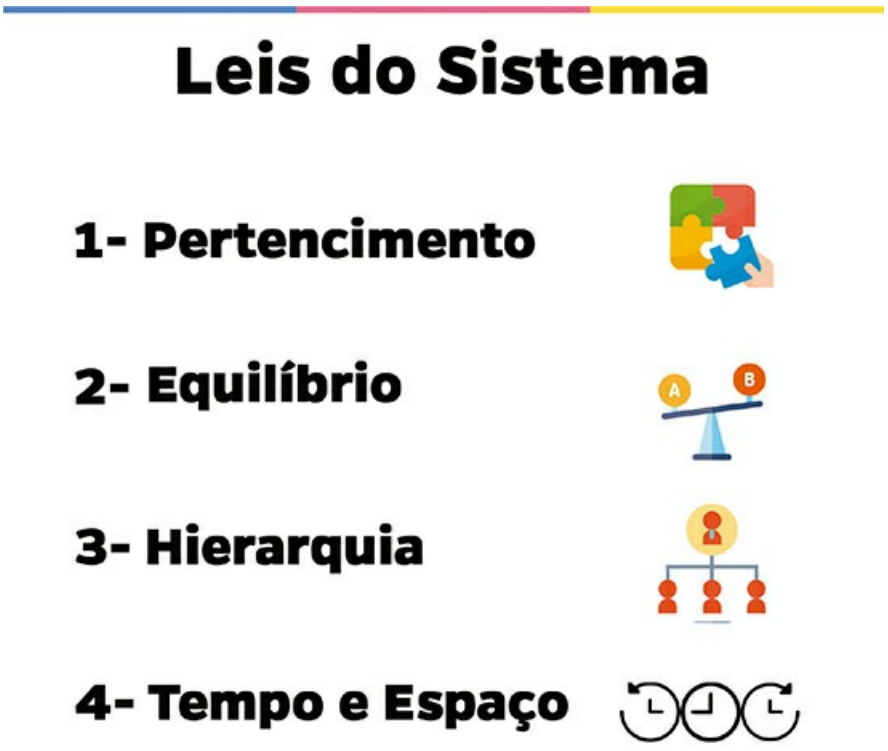
Ele concluiu que cada pessoa interpreta de forma diferente um mesmo fato, e isso gera uma importante alteração no campo da pessoa.

Dessa conclusão vem a Fórmula da Realidade:

> Realidade = Fato X Interpretação do Fato.

Olhando como os elementos estão posicionados no campo, você pode identificar vários problemas que ocorrem nesse sistema. Por outro lado, cada um vai ter uma visão diferente do que foi montado. Se a esposa montar a dinâmica, provavelmente posicionará os elementos de forma diferente do marido. Cada um vai interpretar o posicionamento do outro de forma diferente.

O terapeuta, ao olhar esse campo, será capaz de identificar uma série de problemas que estão acontecendo na relação. Vai ver problemas na família de origem de cada um, problemas nos referenciais que cada um carrega e problemas nas funções exercidas por cada elemento do sistema.



1. Pertencimento – Todos têm direito de pertencer ao sistema.

Para trabalhar com constelação, seja individual, presencial, ou não, é fundamental ter as *Leis Sistêmicas* internalizadas. Digo isso pois, não faz sentido decorar as Leis. Quando elas estão internalizadas, além de você garantir que o seu próprio sistema esteja em ordem, você facilmente vai conseguir identificar no seu atendimento onde o cliente está enroscado.

No caso da Lei do Pertencimento, isso significa que "todos têm o direito de pertencer". Quem são "todos"? Abortos excluídos do sistema, quando uma pessoa provocou ou teve um aborto espontâneo no passado, mas por algum motivo preferiu colocar isso embaixo do tapete e aquele ser fica excluído do sistema.

Outra situação é quando um parente se torna andarilho e sai do padrão familiar, é comum a família nem lembrar que ele existe. Pais biológicos de filhos adotivos também são frequentemente excluídos do sistema.

Quando falamos de adoção, é preciso lembrar que ao adotar uma criança, você adota juntamente toda a família dessa criança. Não dá para dizer para o sistema que aquela criança nasceu do ovo, né? Então precisamos considerar que durante a gestação dessa criança, as dinâmicas familiares de origem já influenciaram essa criança.

Outras exclusões menos frequentes são assassinos de algum familiar ou um abusador. Todo mundo que mudou o destino da família faz parte da família e devem ser incluídos.

2. Equilíbrio – Dar e receber.

Existe o equilíbrio horizontal e o vertical, assim, dar e receber têm diferentes tipos de equilíbrio.

Equilíbrio Horizontal – Entre casais

O equilíbrio horizontal é aquele entre parceiros, em que existe o *Amor Eros*. Nesse tipo de amor, o equilíbrio acontece quando cada um contribui com 50% na relação. Lógico que esse equilíbrio pulsa, pois, uma relação que não tem pulsação está morta. Assim, esses 50% podem pulsar discretamente entre 48 e 52%.

Equilíbrio Vertical – Pais e Filhos

- Filhos pequenos – os pais dão e os filhos recebem. Os pais sabem das necessidades básicas dos filhos. Vão ficar atentos para que essas necessidades sejam supridas para o desenvolvimento ideal do filho. Quando os pais acham que precisam dar para os filhos eternamente, estão vendo os filhos como eternas crianças.
- Filhos adultos – Estes devem ver os pais como adultos, e a relação é de respeito. Os pais também devem ver os filhos com a idade que eles têm e valorizá-los. Nesse equilíbrio, um dá ao outro o que o outro precisa e não o que o outro quer. Aqui, a prioridade é o pai dar e o filho receber. O que os filhos devem aos pais é gratidão, e gratidão é grátis.

Os pais dão para os filhos, que se abastecem e dão para seus próprios filhos. Filhos sentem gratidão pelos pais. Lembre-se: gratidão é *GRÁTIS*.

3. Hierarquia – Funções em ordem.

Os avós na hierarquia familiar são os mais velhos, têm experiência e conseguiram passar a energia da família para frente. Geraram descendentes. Em constelação, é importante reverenciar a ancestralidade, pois dela vem a força da família. Esses avós, bisavós ou tataravós lutaram e se sacrificaram para que hoje a família estivesse viva e se reproduzindo. Nessa hierarquia, os avós saudáveis esperam que seus descendentes consigam levar o fluxo de amor saudável da família para a vida.

Os pais, no sistema, têm a potência e estão no processo de formar os filhos. Devem permitir que os filhos sigam para suas próprias vidas. Eles acreditam no potencial dos filhos para conquistar e continuar levando a energia da família para frente. O maior presente que um pai pode dar ao seu filho é acreditar em sua potencialidade de ir para vida.

Os filhos são a prioridade do sistema durante a fase de formação, que deveria durar 18 anos. A partir daí deveriam seguir, com gratidão pelo que lhes foi dado e com a certeza de que receberam o suficiente para seguir. Filhos que ficam eternamente cobrando dos pais e acham que nunca é o suficiente, e que não são capazes de se virar sozinhos, morrem como homens adultos e viram eternos filhos.

Já os netos são, definitivamente, o futuro da família. No caso de não existirem, a energia da família vai diminuindo até a morte da família. Não gerar mais descendentes significa de fato a morte da família. Mas cabe aqui uma observação. No caso de um elemento da família apresentar alguma doença, ter descoberto tardiamente a importância de gerar descendentes, ou mesmo decidir seguir para a vida com relações alternativas, sempre é possível criar bons projetos que possibilitem levar o fluxo de amor saudável da família para a vida.

4. Tempo e Espaço – Passado, presente e futuro.

Passado, presente e futuro definem para onde vai a energia da família. Assim, essa energia deve ser direcionada do passado em direção ao futuro. Quando esse fluxo se inverte, o que é totalmente contra as *Leis da Natureza*, começa a ocorrer uma divisão da energia. O que passa para as próximas gerações vai reduzindo, diminuindo até um ponto em que alguém da família resolve que a energia que chegou nele é tão pequena, que é melhor segurar para si e não passar para frente.

Aqui também cabe falar do adulto e da criança. Costumo dizer que quando nascemos, passamos os cinco primeiros anos aniversariando junto com nossa criança, mas depois disso vamos crescendo, amadurecendo e envelhecendo, mas nossa criança interna se mantém com aqueles mesmos cinco anos. Essa é a fase de molde, onde estão registrados os traumas infantis. Esse conceito de colocar o adulto e a criança nas constelações dá uma responsabilidade ao constelado, no sentido de quem deve tomar as rédeas da vida e viver de maneira mais saudável e mais responsável. Deixar a criança no comando de nossas vidas é um abuso com essa criança e nem precisa dizer que não vai dar certo, né? Pois, criança não dá conta de resolver problemas.

Importância de conhecer as *Leis Sistêmicas*

O terapeuta precisa conhecer as leis básicas do sistema e saber que, se a dinâmica segue essas leis, ele é um sistema saudável, e se não segue, é um sistema doentio. Definitivamente, não tem como fugir dessa verdade. Você já reparou como isso é fácil para os animais? Eles não questionam essas leis sistêmicas e, geralmente, se ninguém interferir, as coisas na natureza costumam dar certo. Quando não dão, o sistema acolhe respeitosamente, como parte da natureza.

Aqui, o terapeuta precisa observar a origem dos referenciais do cliente, onde ele aprendeu sobre família, a função pai e mãe, como se relacionar, como cuidar de filhos, etc.

Ao observar a constelação e conhecendo as leis do sistema, você será capaz de fazer uma série de diagnósticos, mas se você não entende as leis, não vai conseguir enxergar o que está acontecendo.

Como terapeuta, tome cuidado para não passar ao seu cliente as normas da sua própria família como sendo parte das leis sistêmicas.

Mais adiante vou falar mais sobre as leis sistêmicas.

Constelação individual com bonecos

Bert Hellinger criou a constelação com representantes humanos, e depois disso, uma pessoa maravilhosa que foi minha professora e mestra, Sieglinde Schneider, desenvolveu um trabalho para fazer atendimento individual com bonecos. Isso se tornou uma ferramenta extremamente importante para o atendimento sistêmico.

Em meus atendimentos, sempre começo o trabalho terapêutico com uma constelação sistêmica. Depois de ouvir do cliente o que ele deseja trabalhar, eu peço para ele montar a constelação. Dessa forma, posso ter noção do que está acontecendo. Muitas vezes eu me surpreendia com o fato de que o cliente contava uma história, mas quando colocava a constelação, apareciam dinâmicas bem diferentes daquelas que ele relatou. Através da constelação, eu conseguia descobrir que a verdadeira raiz do problema estava em um lugar bem diferente do que ele havia relatado. Se eu ficasse preso no que ele me falava, do hemisfério esquerdo, eu não conseguiria enxergar e fazer um bom trabalho terapêutico.

Com o tempo e o treino do dia a dia, fui conseguindo enxergar cada vez mais coisas e com mais rapidez do que antes. Por isso dou tanta importância à prática do trabalho na constelação.

Equipamentos

Para trabalhar com a constelação sistêmica, precisaremos de equipamentos. Alguns são fundamentais, como o campo, os bonecos, outros são opcionais e variações do trabalho original. Porém, são essas variações, junto com a sua habilidade, que irão te diferenciar no mercado de trabalho.

Campo

O campo é um espaço para delimitar o sistema que será trabalhado. O ideal é que seja quadrado ou redondo, para não influenciar a posição ou o direcionamento dos elementos. Eu gosto muito de campo giratório, porque possibilita que o cliente enxergue de diferentes ângulos o que está aparecendo na constelação.

Ele também não deve ter bordas elevadas que limitem o campo, pois isso sistemicamente pode significar que não tem saída e o cliente vai se sentir preso naquela dinâmica doentia. São detalhes, mas de fundamental importância para o resultado do trabalho.

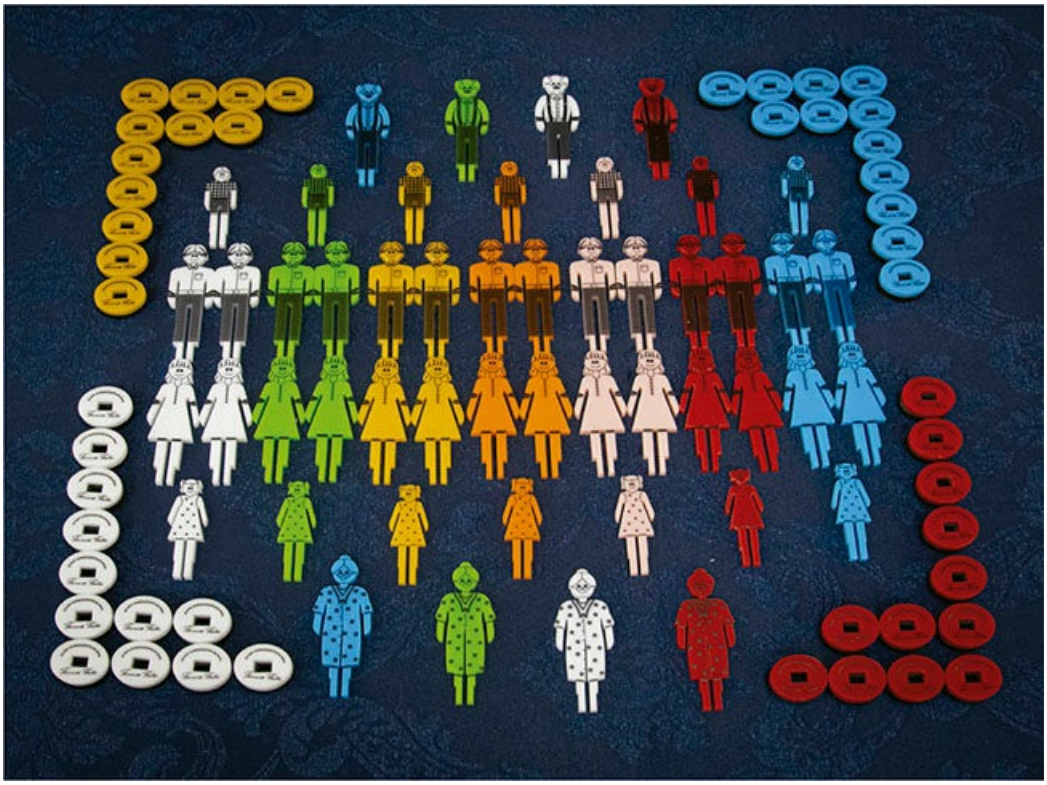
Algumas pessoas usam uma capa de tecido para cobrir o campo. Nesse caso, ela deve estar sempre limpa e, de tempos em tempos, deve-se colocar o conjunto no sol para desimpregnar das energias das constelações anteriores. No dia a dia, basta você mesmo fazer uma limpeza energética no campo.

Outras opções podem incluir a marcação de linhas concêntricas, numeradas ou não, no campo. Também tem quem faça a marcação de direita e esquerda por escrito; eu prefiro usar a direita e a esquerda do próprio boneco, como já disse antes.

Não existe certo ou errado; existe aquilo que funciona para você e para seu cliente.

Elementos

Existem os elementos que representam seres humanos e os elementos subjetivos, que podem representar sexualidade, doença, vida, morte, trabalho, dinheiro, projetos de vida, abortos, etc.



Nos dois tipos de elementos, é importante manter algumas características para o melhor desenvolvimento do trabalho.

Por exemplo, é imprescindível que os elementos representativos humanos ou subjetivos tenham frente e verso, sendo possível identificar para onde aquele elemento está direcionado.

Nos elementos humanos, é importante diferenciar o que é masculino, feminino, criança e adulto. Evite elementos que remetam o cliente à infantilização. Tem pessoas que acham o próprio Playmobil, o primeiro a ser usado com esse propósito, muito com cara de brinquedo de criança. Eu desenvolvi o meu próprio equipamento de acordo com aquilo que foi fazendo sentido para mim.

Conhecimento teórico e prática

O conhecimento teórico é fundamental. Você precisa saber as funções, as leis dos sistemas, o que é um sistema saudável, o que são funções em ordem, etc.

Tudo isso é muito importante para fazer uma leitura correta, responsável e precisa daquele sistema. Costumo dizer que leitura de campo é como aprender uma nova língua. Você pode saber muito bem o vocabulário, mas se não praticar aquela língua, sempre terá um sotaque.

Podemos também fazer um paralelo com uma ressonância magnética. Para os leigos, são apenas imagens. Se você não compreende aquilo, dificilmente vai conseguir identificar, naquela imagem, algo que leve a um diagnóstico. Um médico sabe ler uma ressonância e identificar se há alguma lesão, algum tumor, se está saudável ou onde é o problema. Para isso ele estudou e aprendeu a ler aquela imagem.

E para aperfeiçoar aquele conhecimento, ele praticou muito.

Nível de consciência – Eterno aprendiz

Eu trabalho com constelação há mais de 20 anos e me considero um eterno aprendiz. Esse é o tipo de conhecimento que não tem fim. Quanto mais eu constelo, mais insights eu tenho e mais técnicas eu desenvolvo. Algumas dão certo para um tipo de cliente e outras dão certo para outros tipos. O importante é ter várias opções.

Quanto mais eu amplio o meu nível de consciência, estudando e praticando, melhor profissional e orientador eu me torno. Isso é uma coisa que me encanta, pois ver esse conhecimento ganhando espaço e as pessoas se beneficiando dele é o meu maior retorno.

Pela minha experiência, eu enxergo coisas que as pessoas que estão em um nível diferente não enxergam. Assim, sou capaz de ensinar e trazer pessoas até onde estou. Ajudo-as a enxergarem situações do nível de consciência que eu já sou capaz de enxergar.

Por isso, é importante que você esteja sempre disposto a evoluir o seu nível de consciência. Para que você possa levar os seus clientes a enxergarem as coisas do andar em que você está.

“O TERAPEUTA SÓ LEVA O CLIENTE ATÉ ONDE ELE JÁ FOI”

Constelador estratégico

Tendo o equipamento adequado e o conhecimento teórico necessário, é hora de você montar uma estratégia.

Eu gosto de usar o termo “constelador estratégico”, porque nesse momento é uma forma de identificar onde o cliente está, como ele chegou lá e de onde vem essa dinâmica. Vou em busca da raiz do problema.

Todos nós temos vários problemas que nos causam sofrimento, mas olhar para isso vai causar dor e as pessoas geralmente fogem da dor. Acontece que ao olhar para a raiz do problema, todos os outros problemas perdem a força e a pessoa pode seguir para a vida mais consciente e feliz.

O próximo passo é ter um objetivo. Para onde esse cliente precisa ir? Quando pergunto quais são os projetos pessoais de vida desse cliente, observo se a resposta é adulta ou infantil. Se ele responde com frases como: Eu quero sucesso, eu quero ganhar dinheiro para fazer isso ou aquilo, significa que ela está infantil. Criança que fica dizendo “eu quero”, “eu quero”.

Então, nesses casos eu digo para a pessoa: Se eu te convido para viajar e te digo para arrumar suas malas, o que você vai me perguntar? A resposta é bem simples, não acha? Para onde? Esse é o ponto B. Sem saber para onde você vai, é difícil saber o caminho para chegar lá, concorda?

Assim, nessa fase eu digo que ter um objetivo é saber para onde eu quero ir. Onde pretendo chegar.

Agora que o problema desse cliente já foi identificado, como fazê-lo seguir para um caminho mais saudável?

Caminho saudável

Se você sabe qual é o caminho saudável de um sistema, tudo aquilo que vai contra esse caminho é doentio. Lógico que existem diferentes tipos de caminhos doentios, mas todos certamente vão conduzir o cliente a uma vida caótica.

Portanto, se você não sabe o que é saudável, é provável que nem tenha identificado de fato onde estão os verdadeiros problemas daquele cliente. Poucas pessoas sabem de fato o que é saudável, pois a maioria entende como saudável aquilo que de fato é normal, ou seja, aquilo que segue as normas da sua própria família.

Muitos profissionais acreditam que o saudável é aquilo que ele faz, que ele é o referencial de saudável, e então ajuda o cliente a chegar onde ele está. Isso é um equívoco comum entre terapeutas. Alguns querem que o cliente mude sua forma de pensar, sentir e agir, para fazer como ele, terapeuta, pensa, sente e age. Mas será que a forma de ser desse terapeuta está alinhada com o saudável?

Costumo brincar que os mais “detonados” são os profissionais da área. É importante você saber que, independentemente de quem você seja, todos viemos de uma família doentia.

E se você vai ajudar uma outra pessoa com questões emocionais, você não é o referencial de saudável dela. Você é quem abre o caminho para o saudável com as ferramentas adequadas.

Como terapeutas, é importante se tratar inicialmente e, principalmente, não misturar seus problemas pessoais com os problemas trazidos pelo cliente. Mesmo que o problema dele seja muito parecido com o seu, coloque o seu de lado na hora de atender e depois você resolve ou olha para ele. Mas lembre-se, os seus problemas devem estar no seu ângulo de visão, assim você poderá identificar com clareza o que é seu e o que é do cliente.

Objetivo - Avaliação de recursos

Para onde você levará esses objetivos? Quais recursos internos e externos esse cliente tem? E quais recursos eu tenho, como profissional, para ajudar esse cliente?

O terapeuta que tem vários recursos poderá utilizar diferentes ferramentas ou estratégias para conduzir a terapia e o processo do cliente. Por isso, gosto de incentivar meus alunos a buscar várias outras abordagens e se aprofundar nos estudos para conduzir de forma adequada e assertiva esse processo terapêutico.

Atender um cliente totalmente sem noção do que você vai fazer abre margem para muitos casos de resistência ou mesmo falta de entrega e compreensão dos fatos. Por outro lado, atender esse cliente com um protocolo preestabelecido, em que o terapeuta fica no controle de tudo, também pode prejudicar o processo terapêutico, pois em alguns casos é preciso apenas sentir e se conectar com a dor do cliente para poder entendê-lo.

Habilidades

Em atendimentos terapêuticos, é muito comum acontecer uma dinâmica de transferência e contratransferência entre o cliente e o terapeuta. Quanto maior o seu nível de consciência profissional, mais precisamente você vai conseguir identificar essas dinâmicas e lidar com elas.

Por isso, vou te dizer agora e continuarei dizendo isso sempre: o aprendizado é constante, e é preciso treinar muito. Se você se dedicar e for honesto consigo e com o cliente, certamente vai conseguir resultados incríveis.

Lembre-se que se você conseguir levar o cliente a um degrau mais alto do que ele está, já será importante, pois esse é o caminho para uma evolução maior nas próximas sessões.

Decisões - Tratamento e resoluções

Existem vários caminhos a serem seguidos no processo terapêutico. Você precisa escolher qual é o melhor naquele momento para o cliente. Para isso, é preciso estar bem atento às reações que o cliente manifesta em cada intervenção feita pelo terapeuta.

Se o cliente dá um sorrisinho discreto de canto de boca numa situação em que o esperado era entrar na dor, se ele tem uma reação exagerada a uma situação qualquer, enfim, as reações do cliente são extremamente importantes para a tomada de decisões.

Você precisa tomar essa decisão sempre em busca de soluções para que seu atendimento não fique girando sem sair do lugar. Outra situação é trazer tantas situações ao mesmo tempo, e a solução acaba ficando tão complexa, que o cliente não consegue se beneficiar da intervenção. Por isso eu te digo que menos é mais.

Querer trazer inúmeros traumas à tona de uma só vez pode não ser a melhor estratégia, até porque, muitas vezes, se você de fato tocar a raiz do problema, todos os outros perdem a força e encontrarão uma solução.

Confie na sua assertividade e acredite que o simples, muitas vezes, leva a uma resolução melhor. Mas isso não significa que resolver é simplesmente dizer para a pessoa que a “sua alma já viu”. Essa é a grande diferença da *Constelação Estruturada Estratégica* da *Consciência Sistêmica*.

A arte de ser um constelador – Limites da prática

O que você quer? Fazer constelação ou ser um constelador? E te pergunto mais, você quer ser um constelador mediano, ou quer de fato se tornar um constelador diferenciado?

Fazer constelação é só uma técnica, basta aplicar a técnica. A capacidade de ler e interpretar o que está acontecendo na vida do cliente através da constelação, saber a origem e a solução do problema, saber como caminhar e estabelecer estratégias de trabalho, isso é ser um constelador.

A maioria das pessoas que estão aprendendo a fazer constelação acha que é só colocar os elementos e vai dar tudo certo, que a constelação fala tudo. A questão é o constelador conseguir entender as mensagens que a constelação revela. Se o constelador não consegue entender, como vai conseguir conduzir o cliente a enxergar o que está acontecendo?

O constelador precisa aprender a ler e a interagir com o campo e os elementos. Precisa ter consciência do que está acontecendo para ser um constelador estratégico. Para isso, além da capacidade técnica de saber ler a constelação, é preciso se entregar ao processo. O constelador precisa sentir o campo, sentir o cliente e se abrir para aquilo que vai ser revelado na constelação.

Você está pronto para se entregar a esse processo? Então vou te ensinar esse caminho, passo a passo.

Observar:	Onde está? Onde deveria estar? Como fazer?

Existe uma diferença importante entre conhecer e compreender.

Eu posso conhecer um monte de dinâmicas, saber sobre as leis sistêmicas, ver que tem alguém sendo excluído do sistema, mas o que isso significa de fato? Quais dinâmicas estão acontecendo na vida do cliente? Quais as causas e quais as consequências dessa exclusão?

> Conhecer é entrar na cabeça.
> Compreender é entrar na alma.

Por exemplo:

Quando você começa a dirigir, precisa ficar atento a todos os detalhes do ato de dirigir, prestar atenção no espelho retrovisor, soltar o freio de mão, colocar cinto, dar seta para a direita ou esquerda, pisar na embreagem, acelerar, brecar, olhar para frente e também para trás, enfim, isso requer um grande esforço.

Depois que você internaliza o conhecimento, não precisa prestar atenção em todos os comandos, aquilo já está na alma e você faz automaticamente. Nessa hora, você vai prestar mais atenção no trajeto e em outros elementos que transformarão sua viagem em algo muito melhor. Poderá olhar a paisagem, conversar com quem está do lado e seguir a viagem em segurança e tranquilidade.

Compreender é na prática, prática comigo mesmo, prática com o outro, prática com o sistema. Depois que isso entra na minha alma, não preciso mais ficar estudando, pois já compreendi o que está acontecendo. Ao adquirir uma visão sistêmica, você rapidamente é capaz de identificar o que está acontecendo. Essa é a grande diferença do constelador iniciante para aquele que já tem experiência e prática.

Por isso, a importância da ampliação contínua da consciência. Precisamos ser eternos aprendizes. Aprendemos a cada constelação realizada. Fazer um curso de constelação não te transforma em um constelador. É preciso continuar fazendo especializações, atualizações e supervisões.

Quando Bert Hellinger começou a ficar conhecido e ter muitas pessoas o seguindo e assistindo às suas constelações, começou um movimento de pessoas interessadas em aprender a fazer constelações. Na época, ele mesmo dizia que não iria ensinar e que as pessoas poderiam assistir várias constelações para aprender a constelar. Então eu te digo que assistir aos profissionais mais gabaritados constelando é, sem dúvida, um excelente exercício de prática.

Agora, se sentir seguro e gabaritado nos dias de hoje para se aventurar como um constelador requer um conhecimento maior. Eu te digo que o que venho fazendo é exatamente estudar muito e transformar conhecimentos complexos e inacessíveis a muitas pessoas, em uma coisa fácil de compreender.

Então vamos continuar esse aprendizado.

Para ser um bom constelador, você precisa trabalhar esses três níveis de inteligência.

Três Níveis de Inteligência

1. Inteligência Emocional
2. Inteligência Racional
3. Inteligência Sistêmica

Voltando a falar sobre compreender: você precisa compreender as leis sistêmicas, não decorar. Assim, você será capaz de identificar facilmente quando elas não estão atuando no sistema de uma forma adequada. Dá uma sensação de que o alarme está soando e me mostrando algo importante. Não busque na cabeça. Assim que você sentir que algo tocou, pare e identifique o que está acontecendo.

Nesse momento da constelação, quando você sente que "tocou a alma", aprenda a aguardar uns minutos, deixe aquela informação entrar e autorize o cliente a deixar aquele sentimento fluir. Diga que é importante ele sentir e vivenciar aquilo.

Fazer uma metralhadora de colocações, sem deixá-lo digerir a informação, só vai causar mal-estar no cliente e, muito provavelmente, criar um tipo de resistência.

Conduzir uma constelação é como reger uma orquestra, então fique atento aos detalhes.

Para dominar a "arte de ser um constelador" é importante considerar esses três itens:

1. Aprimoramento técnico e teórico – Procure se aprimorar, aprendendo novas possibilidades e formas de trabalhar, recursos técnicos, conhecer o que os outros consteladores estão fazendo. Não tem certo ou errado, tem a sua forma de trabalhar. Aprenda e integre os novos recursos ao seu jeito de trabalhar. Esse é um caminho de evolução. Ao se sentir seguro, será capaz de criar ferramentas de trabalho que darão uma identidade ao seu trabalho.

2. Supervisão e prática – É importante fazer supervisão com uma pessoa que está em um nível de consciência mais ampliado e que vai te mostrar coisas que você não viu. Que elementos você deveria ter colocado, que elementos você colocou que não precisava, que dinâmica você

enxergou e qual a que você não enxergou. Eu te pergunto, por que será que você não viu essa dinâmica? Será que é porque essa dinâmica também está presente em você? O que você não vê em você atrapalha no atendimento do cliente, porque se eu não consigo ver na minha vida, como vou mostrar ao cliente?

3. Trabalho pessoal do constelador – Não é porque você já é um constelador que significa que você não precisa de tratamento. Se você tem crenças limitantes e dificuldade de enxergar a realidade, sua cegueira emocional e sistêmica vai atrapalhar a sua relação com seu cliente. O constelador precisa, necessariamente, já ter sido constelado por alguém mais capaz ou mais avançado que ele. Como trabalhar com uma área onde eu nunca fui cliente? Isso é importante até para saber como é estar naquele lugar. Compreender o que está acontecendo e quais fenômenos ocorrem naquele campo. Além disso, um constelador precisa participar o máximo possível de outras constelações para afinar seu olhar e sua percepção de sentir o campo. Quem se treina bem nessa área, quando está fazendo um atendimento individual com bonecos, e não tem o relato do sentimento do representante, fica mais capaz de sentir o que está acontecendo no campo com os bonecos, e de trazer à tona as informações que aparecem na constelação. Quanto mais o constelador sente, mais informações ele é capaz de extrair da constelação.

> “O primeiro doente a ser tratado é o médico”.
> (G. Groddeck)

Só assim, o constelador ficará com um nível de consciência ampliado. Estará preparado para ajudar o cliente a chegar nesse nível de consciência ampliado.

Se você for um profissional bem preparado, saberá que toda técnica tem um limite.

Quando o constelador está preparado, vai ter em sua “caixa de cirurgia” diferentes instrumentos ou ferramentas para utilizar, no caso de uma determinada técnica cirúrgica falhar para aquele indivíduo.

Os limites da técnica vão bem longe, os limites do cliente também devem ser considerados, mas os limites do constelador é que são o maior problema. Quando ele acredita que já sabe tudo e que não tem mais nada para aprender, muitas vezes só atrapalha o processo terapêutico do cliente. Acontece que podem existir caminhos e probabilidades que ele desconhece, mas que para aquele determinado cliente são fundamentais. Se o constelador ficar preso no mundo das certezas dele, não será capaz de atender alguns tipos de clientes. Não é possível alterar os limites da técnica, e muitas vezes é difícil alterar os limites do cliente, mas o principal – e o que é possível alterar – é o limite do constelador ou do terapeuta. Às vezes, o terapeuta tem medo de mexer nos próprios problemas, mas quer mexer nos problemas dos clientes.

Para ser um bom constelador,
torne-se um bom cliente.



Capítulo 2

INSTRUMENTALIZAÇÃO

Equipamentos básicos da constelação individual

Vamos aprofundar no uso e na escolha dos equipamentos? A cada dia aparecem novos recursos para se trabalhar com constelação. Se você ficar restrito e limitado a um equipamento só porque ele vem dando certo, vai acabar perdendo espaço para novos consteladores que se modernizaram e que utilizam diferentes formas de trabalhar com diferentes clientes.

Por exemplo, fazer constelação organizacional terá um resultado melhor se o material utilizado não for com bonecos infantis. Precisa ter uma característica adulta. Elementos subjetivos simples, sem muitos detalhes ou adornos.

A organização do setting terapêutico é muito importante. Se o cliente está com sua vida toda desorganizada, como ele vai se sentir quando perceber que o constelador também é super desorganizado?



O conforto do cliente durante o atendimento deve ser prioridade. Então, fique atento ao tipo de cadeira que será usada para o cliente e para o terapeuta, pois ela deve ser confortável e segura. Deixe sempre um copo de água para você e para o cliente. Lenços de papel também devem estar acessíveis, para o caso de uma emoção maior provocar lágrimas.

A limpeza do local é um quesito de fundamental importância para o trabalho, pois leva em conta o fato de alguns clientes se sentirem resistentes a se entregar. Tenha sempre um kit de cobertores limpos e almofadas, caso precise lançar mão de uma ferramenta como o "movimento interrompido", em que o terapeuta vai simular o nascimento do cliente para dar um novo significado para aquele momento. Nesse caso, muitas vezes usamos no chão um colchonete ou mesmo o sofá, e esses elementos devem passar a sensação de limpeza.

Mais um item importante para se ter por perto é um papel em branco, pode ser uma folha sulfite mesmo, e uma caneta pilot ou normal, para o caso de você resolver fazer alguma colocação ou explicação teórica. Serve também para utilizar elementos ocultos: o terapeuta escreve algo no papel, dobra e dá para o cliente segurar sem abrir. E o cliente coloca um elemento subjetivo ou humano, representando aquele elemento oculto que o terapeuta escreveu no papel.

Para finalizar, sugiro que o terapeuta tenha por perto um jogo de *Cartas Sistêmicas FF* e as *Cartas do Corpo com Ciência*, que poderão ser utilizadas de diferentes formas e em diferentes situações, podendo ajudar a direcionar a constelação caso trave em algum ponto.

O campo e os elementos

O campo ideal deve ser quadrado ou redondo, porque ele não influencia na posição e direcionamento dos elementos.

É importante que ele seja proporcional, ou seja, não muito pequeno, limitando a movimentação dos elementos, nem muito grande, deixando os elementos mais espalhados do que deveria.

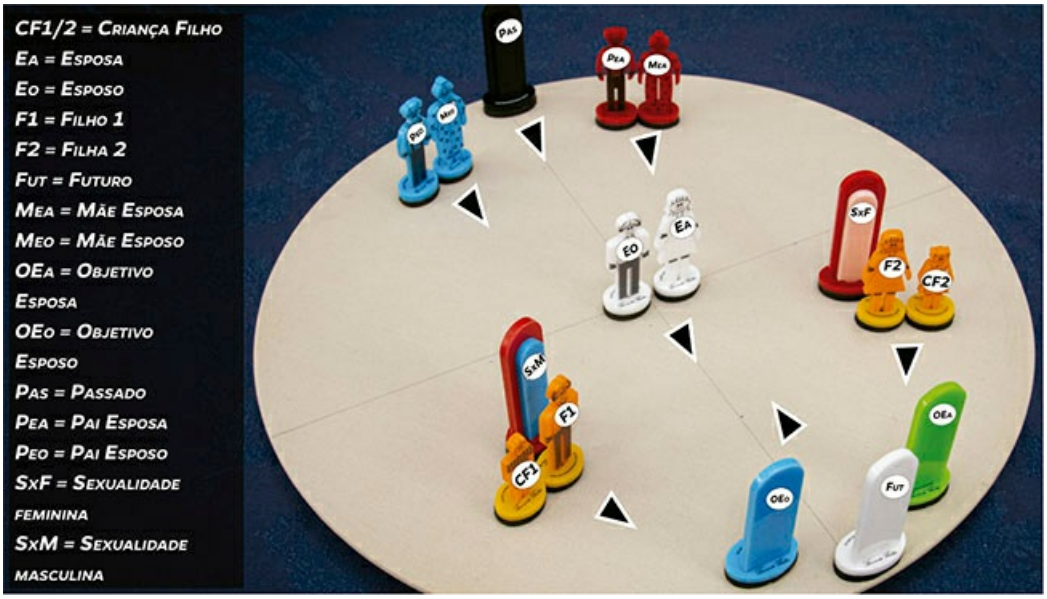
A história da constelação começou com bonecos de Playmobil.

Os elementos disponíveis são homens, mulheres, crianças, em cinco cores diferentes, o que pode limitar e confundir quando é necessário colocar vários elementos no sistema.

Eu também tive algumas experiências em que o cliente teve dificuldade em levar a sério por infantilizar o equipamento.

Quando comecei a perceber algumas limitações em relação a esse tipo de equipamento, desenvolvi o meu próprio equipamento. A evolução nunca acaba e por isso começamos com bonecos de madeira em tamanho menor, com frente e verso desenhados, e depois passamos para bonecos de madeira maiores, com a parte de trás listrada para diferenciar da frente. Com o tempo, decidimos passar para bonecos de acrílico, por serem mais duradouros e se destacarem mais no campo. Deixamos a parte de trás lisa para diferenciar da frente, que tem o desenho do rosto e das roupas.

Os elementos subjetivos eram feitos de resina e isso nos dava muito trabalho, então decidimos fazer também em acrílico, padronizando um formato e um tamanho adequado. Nesses elementos subjetivos, definimos um detalhe para dar direcionamento ao elemento.



Finalmente, criamos um padrão de elemento subjetivo pequeno que representa os abortos, e definimos detalhes nas cores rosa e azul para saber o que o cliente sente em relação a eles. Esses elementos têm um detalhe que identifica a direção.

Além de homens, mulheres, adultos e crianças, há a versão de idosos. Decidimos fazer os idosos, pois a família de origem, assim como a ancestralidade, é de fundamental importância para a resolução da constelação.

Os bonecos e os elementos subjetivos têm sete cores diferentes, inclusive nas bases, ampliando as possibilidades de utilização do kit. Por exemplo, se uma família tiver história de vários abortos ou de um elemento da família que praticava abortos nas mulheres, pode ser que o constelador precise de mais do que dois ou quatro elementos que representam os abortos, e nesse caso ele poderá usar as bases para isso.

Os elementos subjetivos que criei representam a sexualidade, diferenciando masculino, feminino, doença, dinheiro, objetivos de vida, abortos, vida, morte, etc.

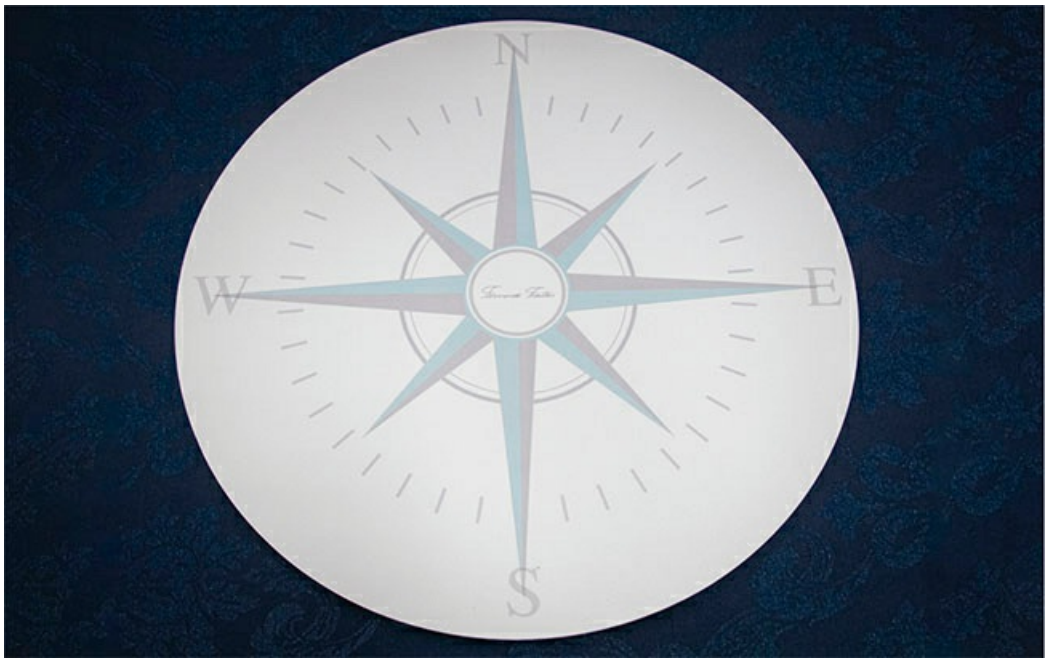


É importante manter seus equipamentos sempre de forma apresentável e organizado, cuidando da sua imagem profissional. No caso de elementos quebrados é melhor retirar do kit, pois em constelação tudo pode ter um significado para o cliente ou mesmo remeter a alguma lembrança ou trauma.

Agora você vai dar risada, mas depois de me deparar com vários clientes que diziam que moram com o cachorro ou o gato, e que eles são como filhos, decidi ter no meu kit alguns elementos animais (cão e gato), tirados de coleções de miniaturas facilmente encontrados em casas de brinquedos. É impressionante como o fato do constelador ter essa opção para oferecer comove o cliente.

Os limites no campo sistêmico

O Campo deve funcionar como uma bússola.



A bússola possui os pontos cardeais que orientam os navegantes e aventureiros a descobrirem para onde devem ir. Na constelação, o campo tem a mesma função.

Como determinar os eixos?

Para simplificar, eu tenho como determinante o desenvolvimento saudável de um sistema, onde existem dois eixos básicos: futuro e passado, que pode significar também vida e morte.

Outro grande eixo que uso é baseado no Yin-Yang.

É a energia e como ela se manifesta, ativa ou passiva. Ou ainda, masculino (ativo) e feminino (passivo). Vamos simplificar: pegando o boneco como referencial, teremos a direita do boneco e a esquerda do boneco. A metade do campo que estiver à direita do boneco representa o campo do masculino e a metade do campo que estiver à esquerda representa o campo do feminino.

Tendo o campo e os eixos definidos, quando o cliente posiciona os elementos, será mais fácil identificar quais são os referenciais dele. Isso ajuda muito a enxergar o quanto as funções estão em ordem.

Posicionamento

Aqui é onde começamos a interpretar melhor o sistema do cliente.

Quando ele coloca um elemento no campo, observa-se onde ele colocou aquele elemento em relação aos eixos, a outros elementos do sistema, etc.

Tudo isso traz uma informação específica sobre o que está acontecendo naquele sistema.

Por exemplo, se peço para o cliente colocar um elemento para representar o ex-marido e ele posiciona na morte, chama o ex de “falecido”, como os filhos desse casal se sentirão sabendo que

o pai foi excluído do sistema? Gosto de lembrar que o filho é metade da mãe e metade do pai, e assim ele deve ser visto e amado por inteiro.

Mais um detalhe importante sobre o posicionamento é quando o cliente posiciona o boneco na borda do campo, olhando para fora. Isso dá uma importante informação. Nesse caso, o significado pode ser que o representante está conectado com a morte, ou seja, ele está saindo do sistema.

Certa vez atendi uma mulher que trouxe uma situação de relacionamento com o marido. Eles estavam pensando em se separar. Perguntei se eles tinham filhos e ela me respondeu que sim, que tinham só um filho. Depois acabou revelando que antes desse filho, há muitos anos, havia ocorrido um aborto provocado, pois eles eram muito jovens para ter um filho. Pedi para colocar o aborto e depois pedi para colocar o filho. Quando ela colocou o filho na borda, eu disse: “seu filho não está bem”. Ela insistiu que ele estava bem sim e que ela tinha colocado ele na borda pois a separação do casal não tinha nada a ver com o filho. Contou que ele estava fazendo faculdade, e vinha sendo acompanhado por psicólogo para conduzir a transição da fase de adolescente para estudante universitário.

Eu insisti várias vezes, dizendo que ela deveria olhar para esse filho com mais cuidado, pois a constelação me dizia que ele não estava num lugar bom. Ela repetia que ele estava bem.

Depois de alguns meses, ela voltou a me procurar e insistiu muito para conseguir uma consulta com urgência. Quando a atendi, não me lembrava exatamente da história dela, mas assim que ela começou a me contar do caso abordado na consulta anterior, eu me lembrei da história do filho e quando eu perguntei como ele estava, ela desabou a chorar, dizendo que ele tinha se suicidado. Ela queria saber como eu tinha visto com tanta clareza o que outros profissionais, como o psicólogo e o psiquiatra, não conseguiram ver.

Quando olhei bem nos olhos dela, ficou claro que ela estava se sentindo culpada e extremamente conectada com o filho morto. Então eu disse para ela que o pior era que ela também estava pensando em se suicidar, com a esperança de ficar livre da culpa e encontrar-se com o filho. Imediatamente ela olhou para mim e disse que era exatamente isso.

Bom, contei essa história para ilustrar a importância de observar adequadamente o posicionamento e não deixar passar informações fundamentais. Se o constelador vê e não fala nada, ele deixa de ser parte da solução para ser parte do problema. Passa a ver o cliente como incapaz de enxergar a realidade. Isso significa que o terapeuta se emaranhou no problema do cliente.

Elementos, subsistemas e sistemas

Esse ponto é muito importante para o seu aprendizado. É fundamental para ter compreensão total das mensagens que serão passadas na constelação.

É importante que o tamanho dos bonecos seja proporcional ao tamanho do campo. Nem boneco grande para campo pequeno, nem boneco pequeno para campo grande. Os elementos devem ter o

mesmo padrão: se forem usados padrões diferentes, a desproporção de tipo e tamanho pode causar uma desarmonia no sistema. A opção de usar elementos nas formas de “anjinhos”, ou coisas assim, não passa uma boa impressão. Lembre-se de que quanto mais profissional você for, maior confiança o cliente terá no seu trabalho.

Escolhas dos elementos

Eu, como constelador, oriento a escolha dos elementos. Assim, posso estrategicamente observar quais elementos e quais subsistemas eu vou analisar. Algumas vezes prefiro deixar que o cliente escolha os elementos, e assim poderei analisar suas atitudes e escolhas. Por exemplo, um homem que escolhe para representá-lo um elemento infantil ou mesmo feminino. Todas as informações trazidas a campo na constelação devem ser consideradas, porém não julgadas.

Nesse exemplo, estou avaliando a relação da minha cliente com o marido dela.

Esse é um subsistema em que analiso esses dois elementos. Aqui cabem várias interpretações, desde o fato de terem sido escolhidos dois elementos da mesma cor, podendo significar uma simbiose do casal, até a distância e o direcionamento entre eles.

Aqui, estou avaliando a relação da minha cliente com os pais, com sua família de origem. Na constelação, existe uma ordem lógica na colocação dos elementos. Precisamos levar em conta a queixa que o cliente traz. Mas, na grande maioria, o início da constelação é pedir para colocar o cliente, a mãe e o pai. Dependendo da queixa, pode começar o cliente e a mãe, o cliente e o pai, marido e mulher, mãe e filho, etc...

Essa imagem acima é um outro subsistema com outras interpretações. O que essa cliente adulta está fazendo entre pai e mãe? Filhos que ficam entre os pais seguram os pais juntos, porém separam o homem e a mulher como um casal. Novamente, quando o cliente escolhe os elementos, poderemos ver se ele se coloca como adulto ou como criança.

Posso ainda orientar que essa cliente se posicione em relação aos filhos, ao trabalho, etc.

São muitas possibilidades de avaliar vários subsistemas e como eles interagem entre si.

Os elementos devem ser colocados de acordo com o que faz mais sentido e na melhor sequência. Colocar os elementos aos poucos, observando a sua interação, tomando as decisões certas, observando cada subsistema e assim ampliando até onde for suficiente. Lembre-se, o suficiente para o cliente ver a raiz do problema e a melhor saída.

Essa é a arte de ser constelador!

Ao posicionar os elementos, podemos observar as funções que o cliente exerce dentro do sistema.



Por exemplo, no campo desse cliente posso analisá-lo como filho, pai, marido.

Quem está perto dele? Para onde ele está olhando? Qual é o subsistema mais importante para ele? Se você já colocou os elementos da vida e da morte, pode perguntar se ele está mais perto da vida ou da morte, se ele olha para o futuro ou para o passado.

Assim, as principais coisas que avalio durante a montagem da constelação são: *posicionamento*, *distância* e *direcionamento*. Mas, atenção: não deixe de fazer a leitura corporal de seu cliente o tempo todo. Isso vai te dar informações valiosas no processo terapêutico. Se você não ficar atento, pode perder a oportunidade de perceber que determinada pergunta ou determinado elemento tocou a alma do cliente.

Quando isso acontecer, não perca o *timing*. Pare, respire, diga ao cliente que está tudo bem e que isso é fundamental para destravar os traumas. Ofereça sempre um lenço de papel ou um copo de água, mas primeiro espere o momento de tocar a alma. Não quebre a magia do momento.

Interpretação

Ao fazer a minha observação do campo do cliente, posso perguntar a ele como ele interpreta aquilo que vê. Assim, sou capaz de saber o que ele está enxergando ali. Nem sempre o que está super claro para mim tem o mesmo significado para ele. Lembre-se de que existe a cegueira emocional que muitas vezes impede o cliente de ver o óbvio.

E você como constelador? O quanto você é capaz de enxergar? Como ajudar o cliente a enxergar? Quais as melhores perguntas a fazer e em que momento fazê-las?

Lembre-se: é preciso estar em constante evolução!



Capítulo 3

BASE CONCEITUAL

O saudável no contexto sistêmico

Como já falamos, dentro do sistema é necessária uma orientação de futuro e passado. Para a sistêmica, o futuro simboliza ou significa a vida e o passado simboliza a morte. Aqui também existem várias possibilidades. O constelador pode colocar esses dois elementos no início, com a finalidade de dar uma orientação no campo. Pode também colocar esses elementos depois de iniciada a constelação, já com os primeiros elementos posicionados. Outra possibilidade é deixar a constelação rodar sem colocar vida e morte; e, para a fase de solução, pedir para o próprio cliente colocar esses dois elementos. Em cada situação, a colocação do futuro e passado vai dar uma informação importante, e o constelador poderá questionar com o cliente o que ele vê.

Também falamos sobre a importância de saber o que é saudável. Portanto, é sobre isso que começaremos a aprofundar no conhecimento. Repito, o constelador que não tiver exata noção do que é saudável, acreditando que saudável e normal são a mesma coisa, precisa com urgência rever seus conceitos. Lembre-se que normal é o que segue as normas da família de cada um, inclusive a do terapeuta. Quando vamos para a fase da solução, é imprescindível colocar o posicionamento saudável, junto com as falas sistêmicas que colocarão uma ordem no campo morfogenético do cliente.

Gerações

Sabendo o que é passado e futuro, podemos ter uma noção melhor das gerações.

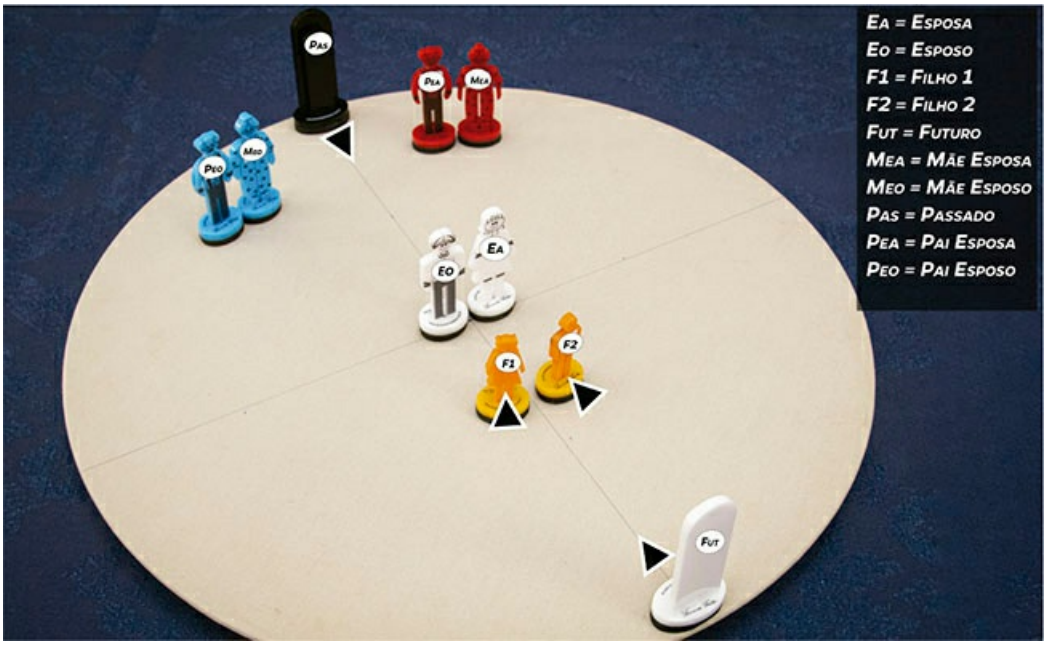
Por exemplo, um casal de adultos, para onde eles devem olhar? Passado ou futuro? Onde os pais deles estão posicionados? Mais próximos do passado ou do futuro?

Os pais são as raízes da família e estão mais no passado, deles vem a força da família, mas a prioridade deve ser sempre os filhos, que, seguindo as leis da natureza, estão direcionados para o futuro. Se essa ordem estiver ocorrendo, certamente essa família estará conectada com a natureza e deverá seguir de forma harmônica para a vida.

E os filhos, onde devem ficar? Eles são filhos criança ou filhos adultos? Se forem filhos pequenos, devem olhar para os pais. Olham para os pais para ver como os pais olham para a

vida.

Se forem filhos adultos, há uma grande mudança no posicionamento, pois filhos adultos já aprenderam com os pais a virar as costas para os pais e direcionar seu olhar para a vida, para o futuro. Logo mais, vamos falar sobre filhos adultos e crianças.



Podemos perceber como o eixo futuro e passado orientou o posicionamento das gerações.

As gerações mais antigas ficam mais próximas ao passado e as gerações mais novas ficam próximas do futuro. Como um rio que desce em direção ao mar. Ele só
desce numa direção e não é possível desistir, parar e voltar, certo?

Tudo isso parece simples, não é?

Mas quando montamos uma constelação, percebemos uma bagunça nesses posicionamentos. Quem olha para quem, para onde a energia da família se direciona, etc. O constelador estratégico vai suspeitando onde o cliente vai posicionar os elementos. É como se existissem padrões meio que definidos para os tipos de problemas. Lógico que não é tão fácil, pois existem várias armadilhas no meio do caminho que podem confundir o olhar do constelador.

As crianças sempre devem olhar para os pais. É assim que elas aprendem a olhar para a vida, para o futuro. Os olhos dos pais são espelhos da vida para os filhos aprenderem a ser adultos. É através desse olhar que os filhos aprendem a se relacionar, vendo como os pais se relacionam. Não é possível aprender a se relacionar com os vizinhos, não é?

A partir da adolescência, os jovens começam a comparar o que veem nos pais com o que veem na vida, nos relacionamentos dos pais dos amigos, nas dinâmicas das amizades, mas até que se tornem adultos, geralmente aos 18 anos, eles ainda se voltam o olhar para os pais. Olham para vida, olham para os pais, olham para vida, olham para os pais.

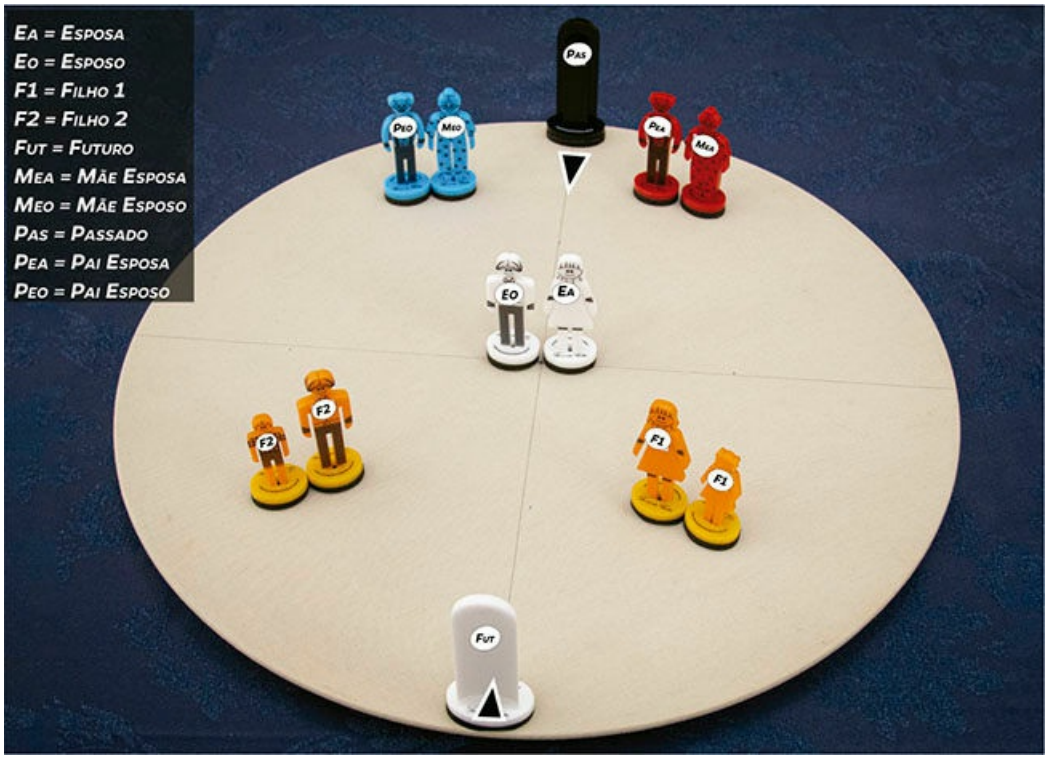
Quando os filhos ficam adultos, a mulher vai para o campo do feminino e, o homem, para o campo do masculino. A mulher aprendeu a ser mulher com a mãe, e o homem aprendeu a ser homem com o pai. Nessa fase, eles olham para o futuro e não mais para os pais.

Assim, todos agora olham para a vida.

É uma sequência lógica, natural, simples e óbvia. Veja que o saudável não deixa escolha.

Os elementos de trás são os avós. Eles têm um distanciamento maior dos netos no campo.

Os elementos do meio são os pais. E mais à frente, os filhos.



Cada posição reflete um nível diferente de experiência. Cada um ocupa a sua função.

Para finalizar a parte das gerações, eu trabalho com a linha das gerações, assim quando um cliente coloca pais, avós, filhos e netos na mesma linha, significa que existe uma função em desordem. Existe um desequilíbrio de hierarquia. Existe um desequilíbrio de pertencimento, pois passa a pertencer à geração anterior ou posterior.

Função

Todos os elementos do sistema devem ter uma função, e essa função dentro do sistema precisa estar em ordem. Função mãe, pai, função filho, função marido, esposa, função avó, avô, função da sexualidade, função do dinheiro, função do passado, do futuro, e assim por diante.

É importantíssimo você aprender isso agora, porque muitas vezes temos uma imagem distorcida do que é cada função. Por exemplo, tem mães que acham natural os filhos ficarem no lugar do

pai, quando esse morre ou vai embora. Acham natural uma filha mais velha ficar responsável e exercer a função de mãe dos irmãos mais novos. Acham natural o filho sair com a mãe para passear quando ela se separou do marido.

Todas essas disfunções vão acarretar distúrbios importantes no sistema familiar e principalmente no destino dessas pessoas.

Outro exemplo típico de funções em desordem é quando a mãe ou o pai, cansados um do outro na relação do casal, começam a empurrar a filha para o pai ou o filho para a mãe. No cotidiano, as pessoas não percebem o que está acontecendo. Geralmente, os filhos até ficam super felizes de ocupar aquele lugar tão importante para os pais. Porém, com o tempo, esse lugar vira uma prisão, pois começa aí a raiz das triangulações.

Nesse caso específico, cria-se um padrão: a mulher que eu amo, eu não posso transar; o homem que eu amo, eu não posso transar. O que acontece depois disso, quando ficam adultos, é que eles não conseguem unir as duas coisas em uma só pessoa e por isso criam um padrão de triangulação, ou traição. A partir do momento em que começo a me vincular profundamente e a amar o outro, me desinteresso sexualmente por ele.

Sexualidade

A sexualidade é uma base importante do universo do adulto. Ela é uma energia que nos impulsiona para a vida. A sexualidade tem três funções muito simples e que devem obedecer a essa ordem:

1. Separar o indivíduo da família de origem.
2. Fazer o indivíduo se vincular com alguém de fora da família.
3. Dar continuidade à família, gerando descendentes ou desenvolvendo projetos em comum para levar o fluxo do amor saudável da família para a vida.

O que une um casal não são os filhos. Os filhos devem ser fruto do excesso de amor desse casal e não o que segura um casal juntos. Filhos que unem o casal separam o homem da mulher.

Fiquem atentos, pois, a grande maioria dos clientes, ao montar suas constelações, coloca-se inicialmente no meio, tendo o pai e a mãe ao seu lado. Impressionante como essa estrutura familiar aparece na constelação.

Já que estamos falando de sexualidade, imagine que tipo de homem ou mulher irá se aproximar do outro em busca de um relacionamento (com sexualidade). Ou sairá correndo ao ver o pretendente nesse lugar virar pai/mãe desse parceiro/a. De qualquer forma, não dá para ter sexualidade saudável no meio de pai e mãe. Lembra que a primeira função da sexualidade é seccionar ou separar o indivíduo da família de origem?

Outra situação que aparece comumente nas constelações é a mulher colocar a sua própria sexualidade ao lado do parceiro, e a do homem ao lado dele também. Isso significa que a

responsabilidade pela sexualidade dela está com ele. Isso não vai dar certo. Cada um deve ser responsável pela sua própria sexualidade.

Mas uma dica legal: quando pedimos para colocar a criança interior do cliente na constelação e ele a coloca na frente da sexualidade, essa sexualidade está adulta ou infantil?

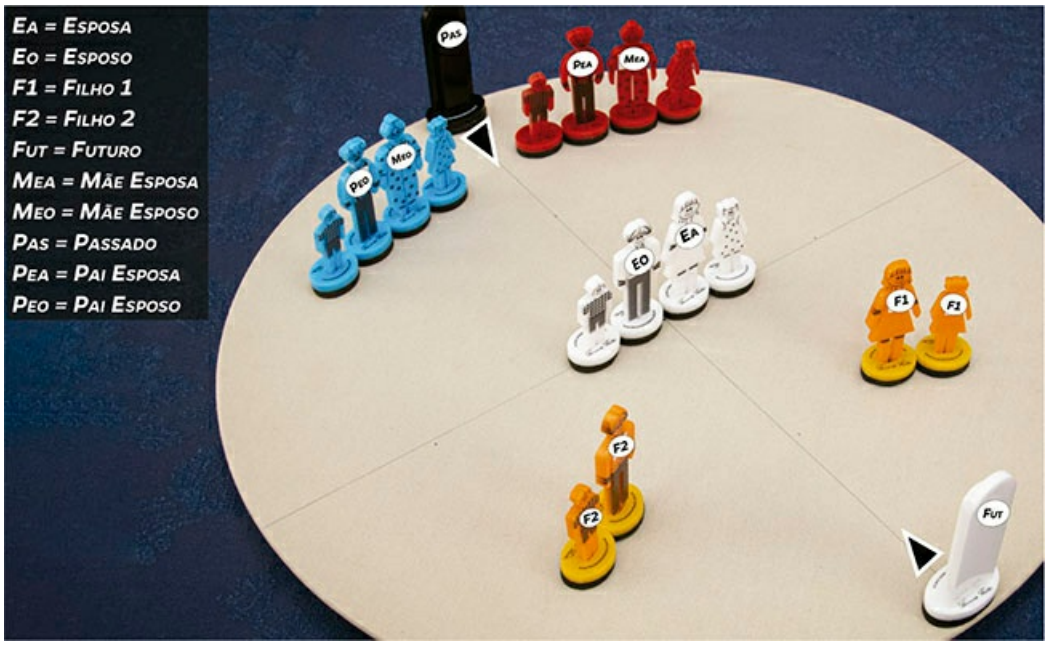
Os elementos sexualidade masculina e feminina servem principalmente para ver se a pessoa seccionou da família de origem ou ainda está presa nela. Se a sexualidade une ou separa o casal. Se ela está direcionada para o futuro da família ou para o passado.

Adulto e criança

Cada adulto do sistema possui a sua própria criança. Quando nascemos, carregamos com a gente a nossa criança interna. Até os cinco anos, aniversariamos juntos. Essa é a fase de molde, quando os traumas infantis acontecem. Depois dessa idade, conforme vamos aniversariando, nossa criança continua lá com cinco anos de idade e com os traumas todos que a atingiu. Agora eu te pergunto: quem cuida dessa criança?

Geralmente essa criança fica esperando uma mágica acontecer e os pais voltarem do passado para cuidarem dela. Isso não é possível e não vai acontecer. Se o adulto dela não assumir a função pai e mãe, os problemas e os traumas que ela carrega, vão começar a se manifestar.

E quem cuida das crianças do sistema?



Quem exerce a função de pais e avós são sempre os adultos, que deveriam cuidar das crianças do sistema.

Os pais nunca devem mostrar para os seus filhos a criança interna deles, para não haver uma inversão nos papéis, onde os filhos cuidam dos pais. Voltamos a falar das funções em desordem, quando os filhos cuidam dos pais.

Cada adulto deve cuidar da sua própria criança e ela precisa ser cuidada. A criança de um adulto, sem cuidados, vai buscar adulto em outro lugar. Vai buscar pai e mãe, voltar para o passado. Busca os pais na esposa ou marido, nos filhos, etc.

A criança interna da gente se manifesta no decorrer de toda a nossa vida. Ela se manifesta em diferentes níveis. Conforme nosso adulto negligencia as suas necessidades, ela vai intensificando a forma de se manifestar. Então funciona assim?

Fases de manifestação da criança interior:

1. Causa um pequeno desconforto quando alguém fala alguma coisa ou aparece um problema qualquer. Como se ela desse um puxão na sua calça. Se você não parar e não procurar ver o que está acontecendo, ela se manifesta de forma mais contundente.
2. Causa um desconforto maior, tipo um chute na canela. Começam a aparecer sintomas, tipo uma dor de cabeça, dor no maxilar ou no estômago. Ainda não existe doença, mas a manifestação de sintomas. Se você não parar para ver o que está acontecendo ela avança.
3. Ela começa a dar uma “birra”. Fica nervosa, bate porta, grita, joga copo na pia, etc. Ela se descontrola e, se você não parar para ver o que está acontecendo, ela vai utilizar seu último recurso.
4. Ela adoece. Só assim você vai finalmente parar tudo e ver o que está acontecendo.

Por isso, fique atento à sua criança interna e não espere que ela adoeça para cuidar dela.

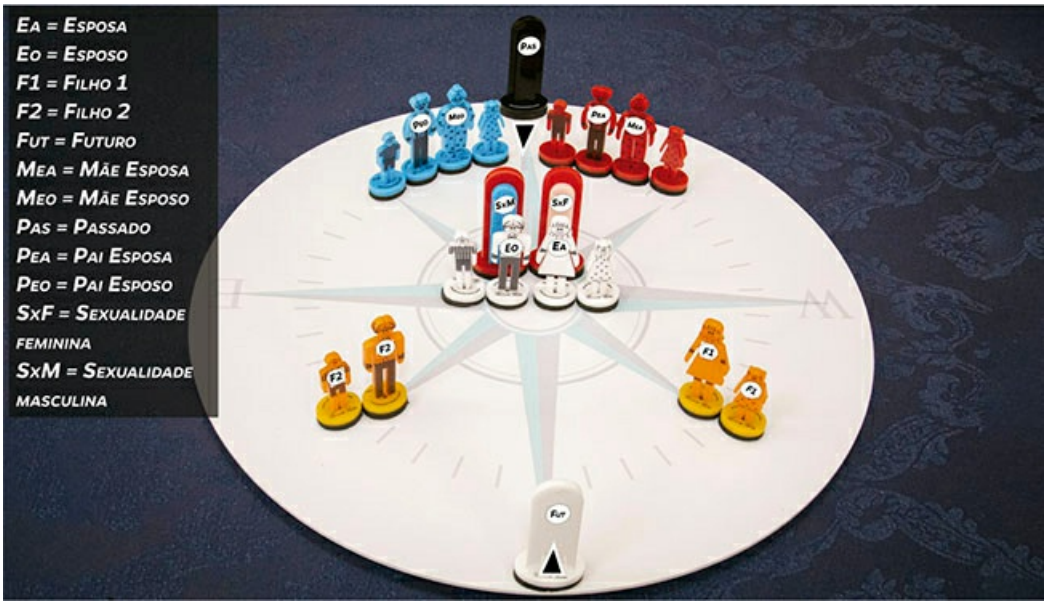
Autonomia financeira

O dinheiro é outra coisa importante no mundo do adulto. Ele é a energia que vem de fora, de fora da família. O adulto conquista a sua própria autonomia, sem depender dos pais. A conquista do próprio dinheiro, a capacidade de ser independente e tomar suas próprias decisões, é capaz de dar para o indivíduo a deliciosa sensação de ter liberdade.

Projetos de vida

Os projetos que um adulto tem na vida são importantes para um adulto saudável. É uma energia que vem de fora.

Observe a imagem:



Esse seria um exemplo de família saudável.

Podemos fazer o paralelo com uma árvore. As raízes são o passado, os galhos são as sementes e os frutos são o futuro.

Quando observamos esse sistema saudável, temos a sensação de ordem.

É assim que a natureza funciona. Qualquer coisa diferente disso é desordem.

É claro que precisamos considerar, no sistema de cada indivíduo, as variáveis possíveis, mas essa é a essência.

É muito importante que você tenha essa imagem de sistema saudável fixada em sua memória para trabalhar com os bonecos.



Capítulo 4

APROFUNDANDO AS LEIS DO SISTEMA

Compreender e incorporar as leis do sistema é fundamental no trabalho de constelação. Todo constelador de ponta deve fazer reverência à natureza. É preciso sair da limitação das leis da nossa família de origem, onde aprendemos o que é normal. Só assim, o terapeuta é capaz de olhar, reverenciar e principalmente respeitar as leis da natureza.

A natureza coloca uma ordem que respeita a lógica. Ela possui as suas próprias leis. São essas leis que garantem a sobrevivência da espécie. Cabe a nós seguirmos ou não.

Quando não seguimos essas leis do sistema, geralmente, aquela ordem se transforma em desordem e caos. Ficamos lutando na tentativa de entender o que está acontecendo, o que deu errado e o que precisa ser feito para encontrar a ordem.

Existem muitas leis do sistema. Hellinger colocou um grande foco em três delas: *pertencimento*, *equilíbrio* e *hierarquia*.

Com o passar do tempo, trabalhando como constelador e formador de terapeutas, achei importante acrescentar mais uma: *tempo e espaço*, que considero essencial para esse trabalho.

No fundo, a grande essência de todas as leis é uma só: a *polaridade*.

Ela orienta e organiza os relacionamentos de cada um.

Lei do pertencimento

Todos têm direito de pertencer ao sistema, sem exceção.

Ninguém pode ser excluído, independentemente da situação. Nenhum membro da família tem esse poder de eliminar alguma pessoa. A família está acima de todos. Caso isso aconteça, algum descendente repetirá o mesmo padrão do excluído. Por amor à família, uma criança sentirá uma enorme atração para ocupar aquele lugar do excluído. Por amor, trará de volta o que o grupo não queria entrar em contato. Esse processo é chamado de identificação. Nessa situação, a pessoa deixa de viver a sua própria vida para seguir o destino do excluído.

Existem diferentes formas de identificação. Algumas pessoas se identificam com um excluído do sistema – por exemplo, um aborto provocado –, e passam a desenvolver comportamentos que o conectam à morte. Essa pessoa pode desenvolver doenças graves, outras podem ter tendência ao

suicídio ou mesmo podem abortar seus projetos profissionais de forma recorrente. Estar identificado e atuar em cima disso podem ter diferentes faces.

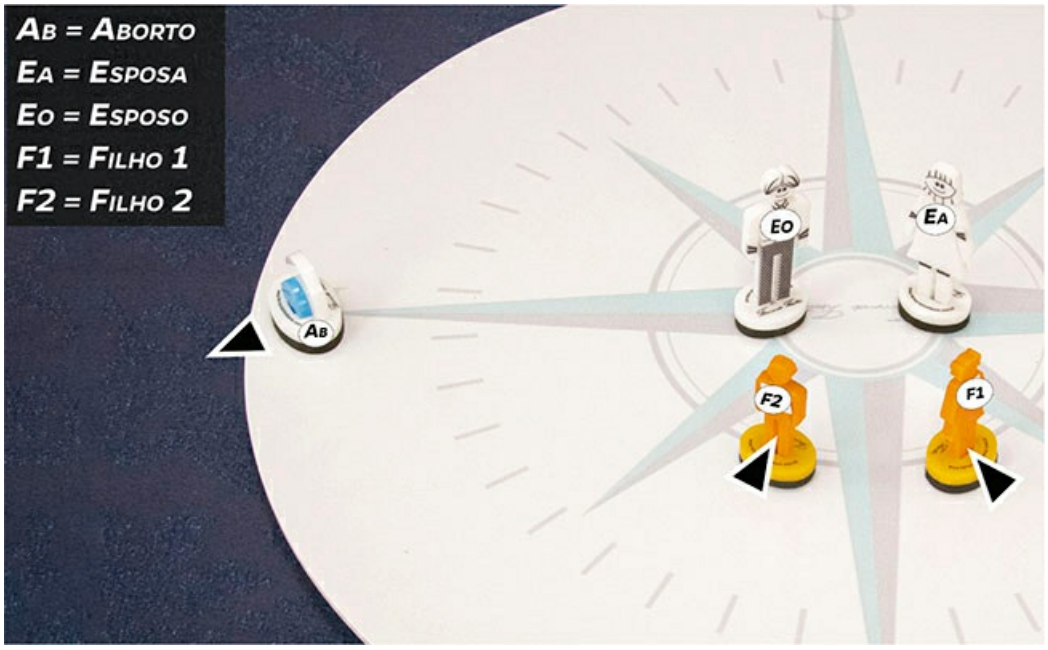
O terapeuta treinado vai captar rapidamente essa informação e trazer o cliente para a luz da consciência.

É muito interessante o fato de que, ao compreender de onde vêm alguns de seus problemas e incluir com amor os elementos excluídos, sua tendência a se conectar com a morte ou com abortos simplesmente desaparece.

Vou discorrer sobre alguns exemplos comuns de exclusão.

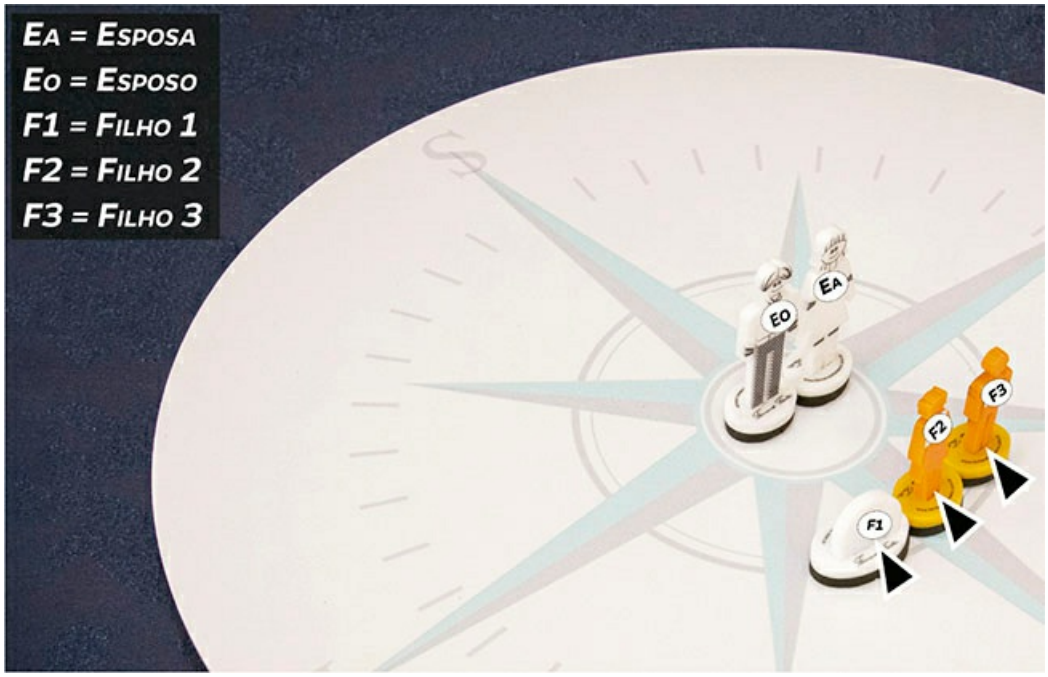
Um exemplo básico que eu gosto de trabalhar é de um casal que sofreu um aborto. Pode ser que esse aborto tenha sido provocado, e nesse caso, a tendência é agir como se ele nunca tivesse existido, assunto encerrado. Porém, esse assunto nunca estará superado.

Acompanhe a imagem abaixo:



É muito comum esse casal excluir o primeiro filho abortado e passar a contar os filhos a partir do primeiro que nasceu. Dessa forma, o segundo filho já começa a ocupar o lugar de primeiro e, consequentemente, ele poderá ficar identificado com o que foi abortado.

Por isso, esse aborto deve ser incluído no sistema. Se foi a primeira gravidez desse casal, ele deve tomar o posto de primeiro filho, mesmo que não tenha nascido. Quando o casal engravida novamente, esse deve ser considerado o segundo filho e não o primeiro. Assim deve acontecer sucessivamente com todos os que passam pela vida do casal.



Quando um casal recebe a notícia da gestação, imediatamente eles são impactados e afetados. Aliás, o sistema todo é afetado. Se há um aborto, ele faz parte da história dessa família, parte desse sistema. Sendo um aborto provocado ou espontâneo, ele impactou a família e o sistema.

Vamos imaginar juntos a seguinte situação para que você compreenda a real importância e relevância dessa inclusão.

Um filho que vem depois de um aborto provocado sente, dentro do útero, várias sensações. Pode sentir medo também de ser abortado pelos pais, pode sentir o desconforto dos pais com sua presença, assim como pode sentir uma culpa de ter tido o direito de nascer e o irmão não. Essa criança se desenvolve dentro de um útero em luto. Ela não tem consciência de nada disso, mas ela sente.

No caso da mãe sentir um arrependimento por ter abortado o primeiro, quando for um aborto provocado, ela passa esse sentimento para o feto. No caso de ter sido um aborto espontâneo, ela passa o sentimento de medo de abortar novamente.

Você consegue ver como as sensações e sentimentos da mãe e do pai influenciam o desenvolvimento do feto? Não posso deixar de ressaltar que as emoções da mãe influenciam muito mais.

Ainda falando da *Lei do Pertencimento*, quero abordar a importância de incluir na família a ex ou o ex do outro, no caso de se tratar de segundo ou terceiro relacionamento. Você sabia que a ex do outro faz parte da sua família? Pois é, faz e precisa, não apenas ser incluída, mas também reverenciada. Vou explicar melhor quando estiver falando da *Lei da Hierarquia*, mas já vou te adiantar aqui que a ex faz parte do sistema, pois foi graças a não ter dado certo a relação deles que você pôde formar a relação com ele e formar uma nova família. Entende que houve um

sacrifício para que hoje você estivesse nesse lugar? Lógico que, no caso de ter tido filhos dessa primeira relação, todos eles precisam ser incluídos no sistema. Só mais uma coisa, não deixe de pesquisar se existem filhos perdidos no sistema, de relações extraconjugais em segredo. Eles também precisam ser incluídos.

Outros exemplos de exclusão do sistema são pessoas que acabam sendo consideradas “loucos”, alcoólatras, andarilhos e ladrões. Também é importante incluir as crianças mortas de forma trágica, em acidentes ou doenças.

> Todos que mudaram o destino da família, pertencem a ela.

Um caso interessante de identificação por um membro excluído foi de uma criança que era gemelar com outra. Na hora do nascimento, um deles nasceu bem e o outro foi para a UTI. Durante esse período, o irmão que nasceu bem foi para casa e o outro passou dois meses com a total atenção dos pais, que lutaram para que ele sobrevivesse. Depois de dois meses ele faleceu. O filho que estava em casa sentiu a angústia dos pais e o sofrimento pela perda do irmão. Passados alguns anos, essa criança começou a desenvolver um transtorno de atenção. A mãe procurou um terapeuta sistêmico para avaliar o filho de apenas oito anos de idade.

Durante o atendimento, o constelador observou que a criança colocou o irmão no campo e disse que levava o irmão para a escola todo dia. Quando o constelador perguntou o que eles faziam na hora da aula, ele disse naturalmente:

“Eu fico brincando com ele”. Nesse caso, o constelador perguntou para a criança se não seria melhor deixar o irmão em casa para prestar atenção na aula e depois, quando voltasse, ele poderia brincar com o irmão. Lógico que foi importante explicar para essa criança que o irmão teve um destino diferente dele e que cada um podia seguir seu destino.

A criança compreendeu perfeitamente a colocação e aceitou deixar o irmão no passado e na morte. Compreendeu que ele poderia levar o irmão no coração, mas que eles eram diferentes e tinham destinos diferentes.

Passados uns dois meses, a mãe relatou que depois da constelação o filho passou a assistir às aulas com atenção e nunca mais ficou disperso. A professora e a diretora da escola, que tinham solicitado que a mãe mudasse a criança de escola, ficaram extremamente surpresas com a mudança repentina de atitude dele.

Então, com essa história eu espero que você compreenda a importância dessa lei na vida das pessoas. O constelador atento irá identificar as exclusões e será capaz de fazer a inclusão sem julgamento.

Não esqueçam:

TODOS TÊM O DIREITO
DE PERTENCER AO SISTEMA!

Por isso, quando há uma exclusão no sistema, frequentemente o membro mais novo se identifica com quem foi excluído e até repete a sua história.

Outra situação que não pode ser excluída do sistema são aquelas pessoas que de alguma forma mudaram o destino da família. Por exemplo: um assassino ou um assaltante que acaba por matar alguém; essa pessoa passará a fazer parte da família, pois mudou o destino dela.

Eu sei que é difícil imaginar que temos que incluir na família alguém que fez um grande mal, mas se não incluir, existe a possibilidade de algum membro da família se identificar e se tornar um assassino, ou mesmo se expor ao risco de ser assassinado.

Até casos de suicidas podem estar associados a assassinos excluídos, pois, o suicida não deixa de ser um assassino de si mesmo.

Lei do equilíbrio – Dar e receber

Para que a relação seja saudável, é necessário o equilíbrio entre dar e receber. Quando falamos desse equilíbrio, é importante levar em consideração duas situações bem distintas:

- O relacionamento entre dois adultos.
- A relação adulto e criança, ou seja, pais e filhos.

Quem dá e quem recebe?

No primeiro caso, quando a relação envolve dois adultos, é necessário que haja um equilíbrio entre dar e receber, de forma igualitária.Ora um dá e o outro recebe, ora o outro dá e o primeiro recebe. Assim, cada um dá e recebe.

Esse é um equilíbrio horizontal. Há uma troca de energia igual. “Eu amo e sou amado.” Existe também uma certa pulsação nessa relação. Isso significa que eu não preciso dar sempre 50% e receber do outro 50%. Existe um pulsar nisso.

Vou te dar um exemplo bem interessante:

Se um homem decide presentear sua mulher com um relógio de ouro e brilhante, por mais que a mulher goste do presente, para que a relação fique equilibrada ela vai precisar dar a ele um presente de valor semelhante?

Então isso significa que nem sempre dar um presente caro é uma boa opção.

O equilíbrio vai acontecer quando eu dou um presente com um valor que o outro possa retribuir à altura.

Uma outra situação é onde apenas um dá e o outro só recebe. Quando isso acontece, esse relacionamento não tem mais a característica adulta. Isso acarretará tantos problemas e sentimentos negativos, que vai adoecer ou até mesmo matar a relação.

Agora vou colocar um outro exemplo da aplicação da *Lei do Equilíbrio*:

Quando numa relação de casal um deles trai (e geralmente é uma traição sexual), para equilibrar a relação e continuar o relacionamento será preciso uma forma de retribuir aquela traição? Não estou dizendo que, necessariamente, a parte traída precisa ir a vias de fato e trair também. Nesse caso pode ser acordado entre as partes que aquele/a que foi traído fica com um "vale-traição", que poderá ou não ser usado. Muitas vezes, só de fazer isso, a relação fica equilibrada.

Eu já vi inúmeros casais que, depois de uma traição, continuaram juntos, mas a parte traída nunca "perdoa" de fato e fica constantemente jogando a traição na cara um do outro. A relação deixa de ter equilíbrio e as brigas são uma constante.

Em um outro caso, uma paciente procurou terapia para resolver um problema de traição. Ela disse ao terapeuta que estava muito chateada, pois o seu noivo, que morava fora, havia confessado que teve um caso sem importância com outra mulher. Ele disse que foi "devido às circunstâncias do momento". Ela havia ficado bem chateada, mas o "perdoou". A condição que ela impôs para continuar com ele era que aquilo não voltasse a acontecer. Porém, em outra ocasião, "devido às circunstâncias do momento", ele acabou traindo-a novamente e dessa vez ela não aceitou e terminou o noivado.

Acontece que eles se amavam e, fora esse detalhe, a relação deles estava muito boa. Ele havia falado que aquelas duas "traições" não tinham a menor importância para ele, e que não queria terminar a relação.

Por isso ela estava procurando ajuda para saber qual seria a melhor coisa a fazer.

O terapeuta disse a ela que, para equilibrar a relação e aquilo não voltar a acontecer, ela precisaria deixar claro para ele que a condição era também ficar livre para traí-lo duas vezes, com pessoas que não teriam a menor importância para ela.

A cliente corou e questionou se o terapeuta estava falando sério. Ele disse que sim e explicou que ela nem precisava de fato fazer nada, bastava que ele soubesse e sentisse na pele a mesma sensação que ela estava sentindo.

Mesmo desconfiada da orientação, ela fez essa proposta para ele. Depois de uns dias ela relatou que foi bem constrangedor e que ele tinha dito que a proposta dela era indecente. Porém, como ele gostava dela e queria muito fazer a relação dar certo, ele aceitaria o que ela propunha.

Assim, eles voltaram e até se casaram sem falar mais naquilo.

Depois de alguns meses de casados, aconteceu uma situação em que os dois precisaram viajar separadamente. Ela foi ao casamento de uma amiga em uma cidade e, ele, ao casamento de um amigo em outra cidade.

Quando voltaram da viagem, ela estava super feliz e radiante. Ele logo perguntou o que havia acontecido que ela estava tão feliz. Ela simplesmente olhou bem nos olhos dele e perguntou: “Você realmente quer saber?” Imediatamente ele percebeu do que se tratava e disse que não precisava contar. Simplesmente disse: “Que bom que você se divertiu.”

Ela voltou ao consultório e disse para o terapeuta que ele estava certo. Disse que depois disso a relação deles ficou equilibrada e que estavam muito felizes.

No segundo caso, a relação é entre adultos e crianças. Os adultos são os pais, que doam e as crianças são os filhos que recebem.

O equilíbrio ocorrerá quando os filhos se tornarem pais e, assim como eles, darão para seus futuros filhos. Nesta situação, os pais não devem esperar qualquer retorno do que deram, pois receberam dos seus respectivos pais no passado. O verdadeiro equilíbrio da vida acontece quando uma geração passa sua força para a outra. Os pais passam o fluxo saudável do amor da família para os filhos.

O que os filhos precisam ter em relação aos pais é gratidão, que deveria ser grátis. Esse é um equilíbrio vertical. Há uma troca de energia em que os pais dão mais para o filho do que recebem deles.

No equilíbrio do dar e receber entre dois adultos ou entre pais e filhos, o constelador precisa estar atento às funções em ordem.

Exemplos de desordem nas relações

A desordem se estabelece na relação quando a esposa é a mãe do marido, o filho é o marido da mãe, a filha é mãe da mãe, os adultos viram crianças e as crianças precisam ser adultas. Nesses casos, começa a ocorrer uma inversão do fluxo de energia e de amor. Chamo isso de refluxo do amor da família. Quando não respeitamos essa *Lei do Equilíbrio*, colhemos relações caóticas e situações familiares disfuncionais.

Refluxo do amor da família

Quando o filho recebe dos pais e depois precisa devolver, os pais tornam-se crianças. O que deveria ser direcionado para o futuro, ou seja, para os netos, está sendo direcionado de volta para o passado. O futuro fica sem energia. Os próximos descendentes ficam sem a energia necessária para dar continuidade à família e seus descendentes, nem mesmo chegam a existir.

Lei da Hierarquia

A *Lei da Hierarquia* tem a ver com a ordem, considerando sempre quem veio primeiro na família. Antes disso, vou falar que para gerar filhos é preciso acontecer o encontro de duas pessoas, duas polaridades que dão origem à relação entre o homem e a mulher. Só depois disso é que vem a relação de pais e filhos. Dessa forma, já se define a prioridade no sistema. A primeira,

ou seja, a relação entre o homem e a mulher, é a relação mais forte, e a segunda, a relação de pais e filhos, é a prioridade.

> A força da sabedoria vem dos mais velhos
> e a prioridade são os mais novos.

Dentro do sistema, a relação entre os irmãos também deve seguir uma ordem, que vai do mais velho ao mais novo. Considerar a importância do que veio antes, no sentido de ele participar ativamente com a força da família em direção a vida. Também os irmãos mais velhos têm essa importância no sistema. São exemplos a serem seguidos, devem renunciar à atenção que tinham para priorizar o mais novo, que precisa de mais atenção naquela fase.

Quando damos aos mais velhos a sua devida importância no sistema, a acolhida do irmão mais novo vai gerar vida e força. O grande problema é quando ele passa a ser desvalorizado dentro da família pela chegada do mais novo.

Já o irmão mais novo precisa sentir que ele não é mais importante do que os outros, apenas está numa fase mais regredida e que requer um investimento maior. Com o tempo, ele vai ceder sua força para priorizar o novo, e assim o fluxo de amor da família pode continuar forte na vida. No caso do caçula, ele não deve ser eternizado como o especial, o queridinho, pois a família precisa ter outros projetos de vida que igualmente devem ser priorizados.

Mas um aspecto importante a ser considerado nos dias de hoje são os filhos de outros casamentos. Diferente do que acontecia no passado, essa situação, que era uma exceção, praticamente passou a ser a regra. Existe uma grande quantidade de casais que estão no seu segundo ou terceiro casamento. Geralmente trazem, do primeiro casamento, os filhos. Algumas vezes para morar junto, outras vezes para conviver socialmente com o novo casal.

> Os meus, os seus e os nossos.

Adoro dar exemplos práticos para você perceber como isso acontece no nosso cotidiano, e muitas vezes deixamos a informação passar despercebida.

No caso de um casal que dá mais valor às funções de pais dos filhos e deixa a relação de homem e mulher em segundo plano, quando seus filhos forem embora, o casal não saberá mais o que fazer um com o outro. Os filhos não podem ser o que sustenta a relação do casal como homem e

mulher, como marido e esposa. Quando isso acontece, os filhos sentem culpa por saírem de casa, acreditando que serão responsáveis por promover a separação dos pais. Em alguns casos, eles nem saem de casa, acreditando que são responsáveis por manter os pais juntos. Existem situações em que eles até vão embora, mas com o tempo se sabotam, muitas vezes induzidos pelas reclamações da "mãe" em relação a sua própria vida e acabam voltando para a casa dos pais. Você já ouviu falar de filhos bumerangue? Tem também os filhos pipa, que a mãe dá corda para eles voarem, mas depois começa a recolher a linha até eles voltarem.

Mas, voltando à *Lei da Hierarquia*, ela representa a ordem saudável dos mais velhos e dos mais novos e coloca as funções em ordem no sistema.

A regra é simples: os mais velhos cuidam dos mais novos.

> A sabedoria do passado conduz a família para um futuro mais saudável.

Os mais velhos têm um conhecimento maior do sistema. Eles são fonte de informações e orientações. São eles que vão dizer como aquele sistema funciona, porque eles têm uma consciência maior do todo.

Eles estão em uma posição ancestral, têm mais experiência para orientar os mais jovens. Os mais velhos têm também a responsabilidade de garantir que o fluxo do amor da família siga em direção à vida. Lembre-se, isso é praticamente um instinto natural, trabalhar para garantir a preservação da espécie.

Os jovens são mais potentes. São eles que levam a força da família para frente. Acontece que a experiência para aconselhar e direcionar essa potência vem da sabedoria dos mais velhos.

> Força, potência, experiência e sabedoria.

Os mais novos são a prioridade do sistema. São eles que precisam, naquela fase da vida, de um investimento maior da energia da família. Isso porque eles são o futuro da família.

Os mais velhos são mais fortes e os mais novos são prioridade.

Os mais velhos ficam no passado e os mais novos vão em direção à vida.

Esse é um esquema básico que leva a família para o futuro, dá sequência e orienta as próximas gerações.

Agora vou te fazer um desafio bem interessante. Eu chamo de “teste do barquinho”.

Imagine que você está dentro de um barquinho que desce o rio, seguindo o fluxo em direção ao mar. De um lado está a sua mãe morrendo afogada, do outro lado está seu companheiro/a, pai/mãe dos seus filhos. Feche os olhos e imagine essa cena.

Você só tem uma boia nas mãos para salvar a vida de apenas uma pessoa. Para quem você joga a boia? Respire antes de responder.

Difícil responder? Por que será que é difícil? Quem você prioriza? Essa decisão te causa uma sensação de culpa? E qual culpa você quer carregar? Para quem você jogaria? Por quê? Quem vai se beneficiar e quem será prejudicado com a sua decisão? Quais referenciais você usou para tomar essa decisão? Como você vai explicar aos seus filhos que optou por salvar a sua mãe e não a mãe/pai deles? Como eles olharão para você? E a sua mãe aceitaria a boia? Se você estivesse no lugar da sua mãe, você ia preferir que ela jogasse para você ou para o futuro da família, seus netos?

São reflexões muito importantes de serem usadas durante a constelação.

Quando os referenciais do cliente são aqueles recebidos da família de origem, se eles forem doentios, o cliente vai repetir a dinâmica doentia da família.

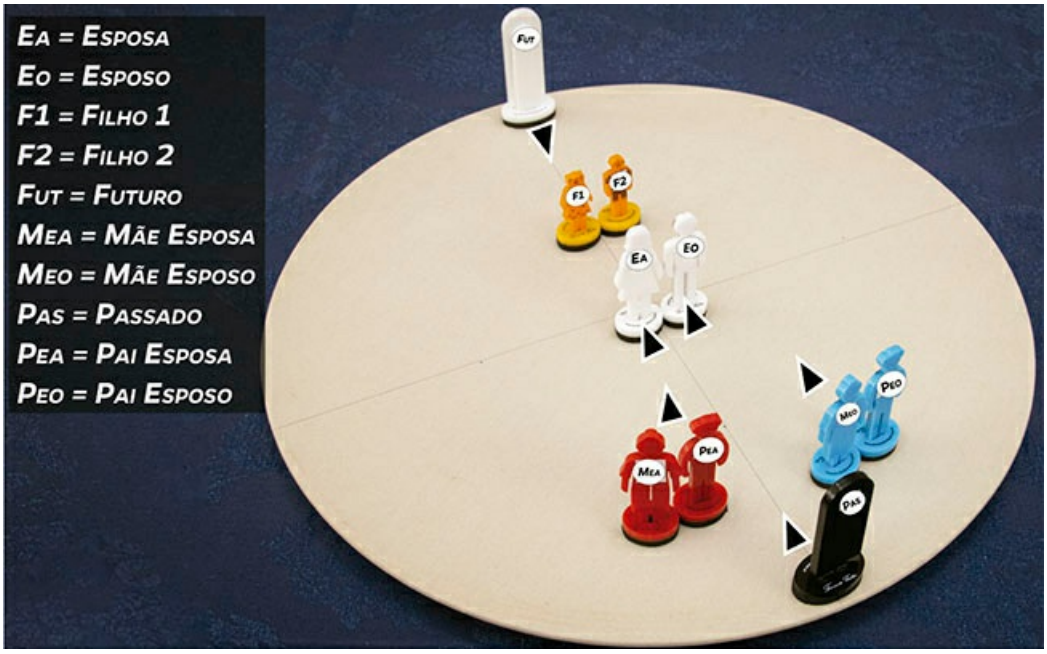
Lembre-se: ele ainda não tem esse conhecimento do que é saudável para a vida. Esses questionamentos poderão torná-lo interessado em conhecer o que é mais saudável e poder fazer mudanças importantes para cumprir a sua missão na vida, que deveria ser levar a família para o futuro de forma mais saudável.

Lei do Tempo e Espaço

Agora vou falar primeiro da *Lei do Tempo e Espaço*. Isso leva em conta o aqui e o agora. Existem esses dois elementos que são de fundamental importância nas constelações: o passado e o futuro.

Os familiares mais antigos devem estar próximos do passado, elemento esse que também representa a morte. Já os mais novos devem ir em direção ao futuro, que também representa a vida. O adulto potente deve estar no presente do sistema, garantindo que as decisões tomadas no presente irão influenciar diretamente o futuro do sistema.

Os mais velhos ficam mais perto do passado, os mais novos mais perto do futuro e os adultos potentes ficam no presente.



Passado, presente e futuro.

Colocando o passado e futuro na constelação, fica bem nítido ver a desordem do sistema.

Nessa lei, além da noção de passado e futuro, vou te ensinar também o conceito de adulto e criança. Durante a constelação, ao observar onde o cliente se coloca, você poderá facilmente entender se ele tem uma mentalidade de adulto ou de criança.

Você já entendeu que todos nós temos uma criança de cinco anos vivendo com a gente. Isso eu já expliquei lá no início do livro. Então aqui você verá a aplicabilidade dessa observação. Ver se o cliente está preso no passado, esperando que seus pais cuidem dele, ou se ele é um adulto saudável que cuida da sua própria criança.

Quando eu sou adulto, eu cuido da minha criança. Como adulto saudável, eu sei que meus filhos precisam desenvolver o adulto deles para cuidarem da própria criança interna. Esse processo acontece a partir dos cinco anos de idade, quando os pais deveriam passar a função pai e mãe para os filhos, aos poucos.

Funciona assim: a partir dos cinco anos de vida, a mãe começa a ensinar à criança a função mãe, ou seja, ensina ela a se cuidar. Aos poucos ela vai começando a tomar banho sozinha, a escolher sua própria roupa e a se valorizar como pessoa. A função mãe ensina a criança a se amar, se valorizar e se cuidar. Da função mãe vem a autoestima. Conforme ela vai crescendo, a mãe vai valorizando cada vez mais o/a filho/a. No caso do pai, ele vai ensinando o/a filho/a se aventurar na vida. Aos poucos, ele deixa a criança dormir na casa de um amigo, depois passar final de semana na casa dos avós. Com o tempo ele permite que passe as férias na casa dos tios e, quem

sabe, 15 dias no acampamento da escola. A cada ano, o/a filho/a é incentivado a se aventurar na vida, em segurança. Da função pai vem a aventura. O pai deve dizer ao/à filho/a, que ele/a é capaz e já recebeu o suficiente para seguir para a vida e para o seu destino.

Um filho de trinta anos não pode ser tratado como se tivesse três anos, e vice-versa.

Estabelecer uma relação adequada com a idade verdadeira de cada membro do sistema é ter noção de realidade.

Quando uma criança busca os pais, corre em direção a eles, no fundo ela está correndo em direção ao passado. Busca no passado aquilo que é adequado para se tornar adulto e seguir em frente.

Quando a criança não recebeu dos pais essas duas funções, pai e mãe, ela vai se tornar uma eterna criança, presa no passado em busca de autoestima e capacidade de se aventurar, ou ela vai passar a vida cuidando de crianças, como uma identificação.

Os pais precisam orientar os filhos de forma adequada para que se tornem potentes e independentes. O bastão do adulto deve ser passado para os filhos a partir dos seus dezoito anos, que é quando o jovem está pronto para ir para a vida. Dali para frente, os pais não estarão presentes para cuidar ou tomar decisões por ele. Depois de 18 anos, os filhos assumem a responsabilidade por seus atos e precisam pagar o preço por suas decisões.

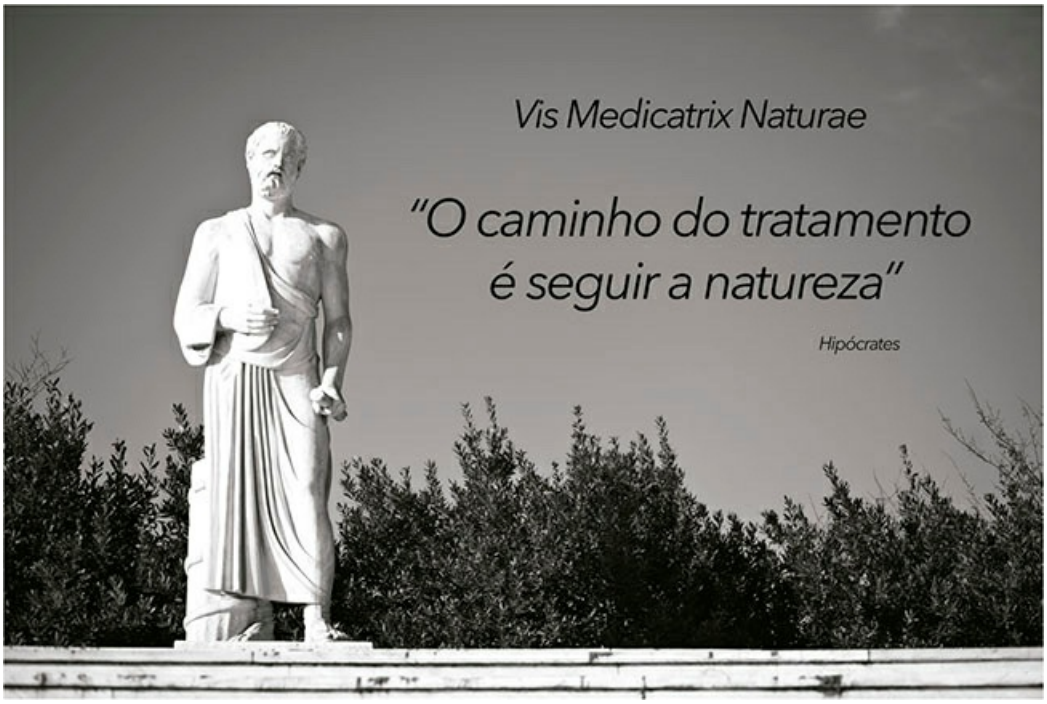
Quando os filhos não recebem essas funções, vão para a vida “mancos”. É como se a função mãe representasse uma perna e a função pai representasse a outra. Algumas vezes, os filhos vão para vida sem nenhuma das pernas e passam muitas dificuldades, precisando se arrastar por aí. Outras vezes acabam se casando com alguém que vai exercer a função pai e mãe deles.

Agora se pergunte: e se os pais morrerem? O filho deve morrer também? Ou o filho deve continuar em frente? Então, mais uma vez eu repito, se você deseja que seu filho se prepare para ir para a vida, comece aos 5 anos e avise que com 18 ele receberá as funções pai e mãe de papel passado, assinado e com firma reconhecida. Isso é amor saudável.

Uma relação de dependência e codependência pode levar a família para a morte. Disso falarei mais adiante.

Tempo e espaço é o aqui e o agora. A idade que você tem, onde você está e o que está fazendo. Isso é te colocar na natureza do jeito que você realmente é.

Finalizo aqui a explicação mais aprofundada das *Leis Sistêmicas*, que são de fundamental importância na aplicação da *Constelação Sistêmica*. Deixo para você a reflexão de Hipócrates.



Então, seguir as *Leis Sistêmicas* para colocar ordem e equilíbrio na vida do cliente é o grande objetivo desse ensinamento e da própria constelação.



Capítulo 5

BASES QUE DEFINEM A QUESTÃO DE UMA CONSTELAÇÃO SISTÊMICA

Motivação

Quando trabalhamos com *Constelação Sistêmica*, muitas coisas precisam ser levadas em consideração. Não basta simplesmente pegar os elementos e montar uma constelação. Quem se aventura a fazer isso, muito frequentemente, encontra resistência e não consegue alcançar o verdadeiro objetivo do trabalho.

Por isso, começo dizendo que o cliente precisa ter uma motivação para constelar.

Então, quando um cliente te procurar, se faça as seguintes perguntas:

Qual foi a motivação que o cliente tem para fazer uma constelação com você?

Ele tem excesso ou falta de motivação?

Tanto o excesso quanto a falta de motivação podem atrapalhar o andamento do trabalho.

Quando falta motivação, o terapeuta não consegue avançar no processo terapêutico e no objetivo de encontrar a raiz do problema.

Quando tem motivação demais, o terapeuta pode acabar caindo na emergência do cliente em resolver tudo de uma vez, e o que é realmente importante pode não ser visto.

No fundo, essas duas dinâmicas são joguinhos de poder. O cliente manipula o terapeuta; por isso, fique atento.

Algo que eu aprendi no decorrer da minha jornada para avaliar a motivação do cliente, vou te contar agora.

História do cachorro e da carne

Tem três elementos: um cachorro, uma cerca de arame farpado de 10 metros e um pedaço de carne.

De um lado da cerca tem um cachorro. Do outro lado da cerca tem o pedaço de carne.

Se o cachorro não estiver com “fome” (motivação), ele se senta e não vai tentar alcançar a carne.

Se ele estiver com muita fome, provavelmente vai sair correndo em direção à carne e vai se arrebentar na cerca de arame farpado.

Mas se ele estiver com fome na medida certa, vai avaliar as possibilidades de alcançar a carne sem se arrebentar. Vai dar a volta na cerca de 10 metros e tranquilamente comer a carne para suprir suas necessidades.

Foco

Uma das coisas que garantem uma boa constelação é exatamente o foco. Quando o cliente traz um motivo específico para constelar, uma ideia abstrata, fica difícil no campo morfogenético encontrar uma direção. Assim, parece que a energia da constelação fica dispersa e a constelação não flui.

Para que nada disso aconteça, não fique ansioso em começar o trabalho logo. Respire fundo e deixe o cliente entrar no clima da constelação.

Afirmações como:

“Quero constelar para ver como está a minha vida.”

“Quero constelar por que eu quero ser feliz.”

Esses são exemplos de queixas pouco específicas.

Esse tipo de queixa inespecífica não funciona para a constelação. Atrapalha o resultado do trabalho.

Para ter um resultado adequado é preciso buscar foco mais específico.

Então vamos lá: como eu disse antes, não tenha pressa. Observe seu cliente com atenção. Faça com que sinta que você está ali para conduzi-lo. Passe segurança e pergunte mais uma vez: O que você veio constelar? O que de fato te incomoda?

Encontre uma porta e foque nela para entrar na constelação.

Ser feliz, conseguir dinheiro, etc., são consequências de encontrar a raiz do problema, mudar de atitude, e como adulto conduzir a vida de forma mais saudável.

Assim como é importante que o cliente tenha uma queixa com foco, o constelador também não pode perder o foco do trabalho. Já vi consteladores se desviarem tanto do foco do cliente que no final nem sabem como concluir a constelação, e às vezes entram num lugar que não tem nada a ver com a queixa do cliente.

Investigação diagnóstica

Para fazer um bom trabalho na constelação individual, é preciso aprender a perguntar.

Você não vai ter tantas informações verbais do cliente. Cuidado, pois se você deixar o cliente contar uma história imensa, vai induzir uma direção que muitas vezes não é onde está a raiz do problema. Por isso, às vezes menos é mais.

Com a investigação diagnóstica você aprende a ter informação do campo como posicionamento, direcionamento, distância, etc.

Fazendo as perguntas certas, você será capaz de investigar a queixa, se as funções estão em ordem e onde está o verdadeiro problema. Chamo isso de “a raiz do problema”.

Nessa fase da constelação, a busca é direcionada para uma fase da vida do cliente onde os traumas aconteceram. Como já disse antes, os traumas se formam na fase de molde.

Fase de Molde

Inicia quando os pais engravidam,
até aproximadamente cinco anos de idade.

Você sabia que antes dos cinco anos, a criança não tem memória evocada? Isso significa que elas não se lembram dos fatos, apenas sentem as sensações que sua pergunta vai gerar nelas. Essas sensações são de fundamental importância na constelação.

Lembre que as situações traumáticas que o cliente relatar depois dos cinco anos são consequências de algo que aconteceu até os cinco anos.

É importantíssimo que você preste atenção em como o cliente interpreta os fatos. Você já aprendeu a *Fórmula da Realidad*e, então sabe que a interpretação está diretamente ligada à carga emocional que o indivíduo coloca no fato. A maneira como esse cliente interpreta o fato vai provocar nele uma realidade específica. Então, cuidado para não achar que ele precisa ver as coisas como você está vendo. O constelador precisa perceber sem interferência da sua própria interpretação do fato.

Na condução da constelação, o objetivo é justamente conduzir o cliente para que ele traga os traumas do passado para o presente. Dessa forma, hoje como adulto e olhando de fora, ele vai poder conectar a informação que a constelação revela do trauma, com o que está acontecendo na vida dele hoje. Todo esse processo investigatório tem o propósito de revelar e trazer o cliente para um novo nível de consciência. Primeiro você vai ver qual é a realidade do cliente e depois vai fazer o cliente olhar para o fato como ele se revela hoje.

Com esse trabalho, que envolve perguntas potentes e análise do posicionamento dos elementos, é possível compreender como o cliente sente, pensa e age diante do problema.

Deu para perceber, então, que cada um enxerga a sua realidade. Ela é a multiplicação do fato e da interpretação individual que o indivíduo dá para o fato.

Por isso, a minha realidade é diferente da sua, é diferente da do seu cliente e assim por diante.

A realidade que o cliente enxerga depende do nível de consciência em que ele está.

Geralmente, os clientes estão presos em crenças limitantes que impedem que a consciência esteja em um nível adequado, gerando uma cegueira emocional.

Na cegueira emocional, o cliente não vai conseguir avançar e não adianta entrar no confronto mental com ele. Por isso, a melhor forma de conduzir a constelação individual é fazendo perguntas sobre o que ele mesmo posicionou no campo.

Como terapeuta, você deve observar onde aquele cliente está preso. Quais são os bloqueios que não permitem que ele enxergue algumas coisas. Qual foi o ciclo de vida em que ele parou.

Quanto mais informações você conseguir, melhores resultados você e o cliente terão. Para isso eu elaborei um jogo de *Cartas Sistêmicas Fernando Freitas*, com várias perguntas adequadas para serem feitas nas diferentes fases da constelação. Mas essas cartas são para te inspirar, pois com o tempo as perguntas brotam espontaneamente da própria constelação de profissionais bem treinados.

Elaboração de estratégia

No processo de aprofundamento da constelação, o constelador precisa começar a elaborar uma estratégia para conduzir a constelação para uma solução final. Para isso, esses dois tópicos são fundamentais:

Quais elementos colocar?
Mãe, pai, filhos, avós, vida, morte,
sexualidade, abortos?

Quais subsistemas são importantes serem investigados?
Dependendo do foco e da queixa do cliente, o constelador vai definir quais subsistemas são importantes a serem investigados.

É essencial que você tome cuidado para não colocar elementos demais ou esquecer algum elemento importante. Costumo dizer que menos é mais. Começar a colocar gente demais na

constelação pode poluir o campo e dispersar a energia, comprometendo o andamento da constelação e o seu diagnóstico.

Como saber quais são os subsistemas que importam? Simplesmente sentindo e observando quais deles tocou emocionalmente o cliente. Não perca a oportunidade de entrar por uma porta que se abre.

É comum alguns consteladores “salvadores” ficarem intimidados ou desconfortáveis quando o cliente se emociona e começa a chorar. Não fique. Apenas aguarde uns minutos até que o cliente internalize aquela emoção. Isso pode ser feito tanto no presencial quanto on-line. Diga a ele: “Respire e deixe essa emoção entrar”.



Capítulo 6

ORDEM NO SISTEMA E SEXUALIDADE

Sexualidade e organização

Você sabe o que é sexualidade e para que ela serve na constelação? Então vamos falar disso, pois é essencial que você tenha uma compreensão do que é sexualidade. Ela ajuda a colocar ordem no sistema.

A grande maioria dos profissionais não gosta de trabalhar com sexualidade, pois, tanto na medicina quanto psicologia ou outras especialidades, não ensinam sobre sexualidade, então eles não têm a mínima noção de como esse tema é essencial para colocar ordem no sistema. Então, se você não sabe trabalhar com sexualidade, como pretende colocar ordem no sistema? A essência da constelação é trabalhar com funções em ordem.

Para isso você precisa saber o que é sexualidade.

Então vamos lá. O que significa sexualidade?

A etimologia da palavra sexualidade vem do Latim:

SEXUS: está relacionado com gênero.

SECARE: seccionar, cortar.

Guarde bem esses dois significados.

Então, sexualidade é uma energia de vida que tem três funções:

1. Seccionar da família de origem.
2. Fazer vínculo com alguém de fora da família.
3. Gerar descendentes.

A sexualidade tem um potencial e um poder enorme de levar a energia da família para a vida. Ela define a tomada de decisões.

Essa energia traz uma motivação para a tomada de decisões importantes na vida e serve para quebrar vínculos com o passado, para se unir com alguém de fora da família, construir uma nova família e seguir em direção ao futuro. Isso é a função básica da sexualidade.

Por isso, o jovem, quando começa a ter sexualidade, quer ficar longe da família e se relacionar com amigos e futuros pretendentes.

Quando falamos sobre sexualidade, falamos também de emoções. A sexualidade que não envolve emoções está ligada a uma sexualidade infantil, na busca do *Amor Porneia* (amor do bebê pela mãe). Falarei sobre isso mais adiante. Mesmo assim, a emoção envolvida nesse caso é a carência infantil.

As emoções que envolvem a sexualidade podem estar no plano positivo ou negativo. Para falar disso, preciso considerar as polaridades que existem na relação do casal.

A sexualidade no plano positivo tem a ver com união e prazer. Casamos e sentimos várias emoções como estar apaixonado, desejar ter uma família e filhos. Tudo está envolvendo a emoção do prazer.

Quando a emoção envolvida é negativa, tem a ver com separação e desprazer. Nessa situação o casal vira um caos.

A sexualidade, por se relacionar com essas duas dinâmicas, com essas duas polaridades, tem muito a ver com a organização.

Organização

A sexualidade organiza os relacionamentos, os sistemas, os subsistemas e os supra sistemas. Ela coloca ordem no sistema.

Eu sei que todo mundo já passou por problemas na sexualidade. Eu trabalho com isso há muito tempo para saber que a falta de equilíbrio nessas duas polaridades pode levar à destruição das relações.

O uso equivocado, doentio, da sexualidade causa desordem como, por exemplo, casos de traição. Quantas vezes você já foi traído ou ficou com medo de ser traído? Quantas vezes você, ou seu cliente, já ficou paranoico por causa disso? Quantas vezes você já não pegou o celular do seu parceiro para verificar se ele está ou não te traindo? Isso revela que está acontecendo algum problema na sexualidade.

Então, quando ocorre, essa desordem dá origem a conflitos, abusos, violência (física, emocional ou psíquica), morte por suicídio ou por assassinato, e pode chegar até na loucura.

Se a sexualidade for saudável, ela vai atuar positivamente no sistema, mas se for doentia, vai atuar negativamente no sistema, gerando uma série de problemas.

A sexualidade não deve ser tratada como tabu. Quando você trabalha com sistêmica, verá como a sexualidade interfere na dinâmica do relacionamento. Você como terapeuta e constelador, precisa

entender a importância da sexualidade e saber como ela atua no campo do seu cliente.

Com certeza você será capaz de diagnósticos mais precisos, tratamentos mais assertivos e um lugar de destaque na sua área.

Sexualidade saudável

O que é a tal da sexualidade?

Se você fosse meu cliente e eu perguntasse: o que é sexualidade, o que você responderia? Prazer? Felicidade?

Sexualidade é muito mais que isso!

Para a natureza existe o saudável e o natural. A mente humana neurótica complica muito a sexualidade. As pessoas confundem sexualidade e genitalidade. As pessoas costumam confundir essas duas coisas.

Genitalidade é um genital no outro. Ocorre a sensação de prazer e só.

A sexualidade tem prazer e genitalidade, mas é muito mais que isso.

Na mente neurótica das pessoas em geral, sexualidade está relacionada com o fato de fazer o outro feliz. Algumas vezes envolve dominação e jogos de poder. Eu mando e o outro obedece. Eu vou dar mais ou eu vou receber mais prazer. Fica uma disputa como uma balança. Um deles pode se sentir responsável pelo bem-estar e a felicidade do outro. Ao invés de acontecer um equilíbrio entre dar e receber, vira uma verdadeira disputa. Existem muitas associações neuróticas com a sexualidade. Por exemplo:

Esse pode ser um assunto “sujo”, um pecado, proibido e perigoso. Algumas pessoas carregam a sensação de que Deus castiga quem pratica sexualidade para o prazer. Isso também acontece com o dinheiro. Ele também é associado ao pecado e à sujeira de se beneficiar dele.

Existem muitas associações de sexualidade com coloridos diversos que as pessoas colocam.

Sexualidade e o adulto

Autonomia financeira e sexualidade saudável definem o adulto.

Agora, pare para refletir sobre a sociedade em que vivemos. Esses dois assuntos são os mais controversos que existem. Não se pode falar sobre dinheiro, vida financeira e nem sobre sexualidade, que parece que são assuntos proibidos. Masturbação e pensamentos sobre sexo são tidos como pensamentos pecaminosos. Quanta castração! O que é natural e o que é saudável? Pois é. Mas a mente humana adora fazer essas associações que confundem a nossa mente em relação à sexualidade. Você pretende ser como a maioria dos terapeutas que desviam para outros assuntos?

Você, como profissional, tem uma boa visão da sexualidade? E se não tem, como você vai identificar e trabalhar com um cliente com problemas na sexualidade?

O resultado disso é uma sociedade infantilizada que não sabe lidar com os dois elementos mais importantes do universo adulto. Sexualidade e autonomia financeira.

O símbolo do TAO – Yin-Yang

Esse símbolo representa duas polaridades. Masculino e feminino, ativo e passivo.

São duas partes opostas e complementares.

Não existe uma polaridade pura. Onde há excesso de Yin, há um ponto de Yang e vice-versa. Ou seja, existe um pouco da essência feminina dentro de cada homem e um pouco da essência masculina dentro de cada mulher. Dentro de você também existe o masculino e o feminino. Aliás, de onde você surgiu? De um óvulo e um espermatozoide.



Todos nós surgimos através desses dois gametas. Se não fosse a sexualidade, obviamente não estaríamos aqui.

Então, por que arrumamos tantos problemas com a sexualidade? Para a natureza, a sexualidade é vínculo, é vida.

Portanto, sexualidade está conectada com a vida. Simples e natural!

Princípios básicos da natureza

Autopreservação e preservação da espécie

Esses são dois princípios básicos da natureza. Qualquer ser vivo precisa desses dois princípios para continuar vivo.

Na autopreservação, eu me amo e cuido de mim. Se eu não fizer isso, eu morro.

Na preservação da espécie, eu gero uma nova vida para que a minha espécie possa continuar a existir.

Viemos de várias gerações, nossos antepassados. Se eles não tivessem seguido esses princípios básicos na natureza, nós não existiríamos.

Então, o todo é formado de duas polaridades.

Pulsação

Sempre que há polaridade, tem que ter pulsação.

Em essência, temos o masculino (ativo) e o feminino (passivo). Ora precisamos ficar mais ativos, ora precisamos ficar mais passivos. Ora mais masculino, ora mais feminino. Não tem certo ou errado. Por isso tem que haver o equilíbrio.

Se eu estou acordado, fazendo alguma atividade, trabalhando, movimentando energia, eu estou pulsando na força ativa, no masculino. Se eu estou dormindo, relaxando, eu estou pulsando na força passiva, no feminino. As duas forças são igualmente necessárias, tanto para mim, que sou homem, quanto para as mulheres. Não existe melhor nem pior, certo e errado. As duas são importantes e essenciais.

Uma observação: importante ressaltar aqui que eu não vou contra nenhum outro método de reprodução, como o *in vitro*, por exemplo. Em qualquer situação de reprodução da espécie é necessário que haja dois gametas, masculino e feminino, independentemente de como essa vida se formará. Assim é como a natureza funciona.

Mudança de ciclos e sexualidade

Qual é a origem de todos os sistemas familiares?

A origem dos sistemas vem da união de um casal, um homem e uma mulher. Duas polaridades.

Da união deste casal nasceram os filhos, que por sua vez irão seguir para a vida e formar uma nova família.

Um casal é constituído por uma pessoa diferente da família de origem.

O diferente é fundamental para ter uma compreensão completa sobre a sexualidade.

Sexualidade, adulto e criança

O adulto é quem tem sexualidade. Ele é quem trabalha, carrega, exerce e lida com ela.

Criança não sabe e não deve lidar com sexualidade. Para uma criança, a sexualidade fica dentro ou fora dela? Deve ficar fora.

Pai e mãe são funções que não possuem sexo, não deve haver sexualidade na relação dos pais com os filhos. Esse é um papel exercido apenas por marido e mulher. Nessa função sim, deve haver sexualidade. Isso é importantíssimo, pois aparece muito nas constelações, quando colocamos a sexualidade do casal, ela aparecer muito próxima dos filhos, e isso já é um bom indício de disfunção na família.

A sexualidade faz uma importante transição da criança para o adulto.

Então, nós temos duas dimensões. A dimensão da criança e do adulto.

Quando criança, precisamos de um adulto por perto, cuidando da gente. À medida que vamos nos tornando adultos, captamos as funções materna e paterna e cuidamos da nossa própria criança. Eu já falei disso! A sexualidade faz essa transição da criança para o adulto. E nesse momento ela secciona a relação com os pais. Coloca distância e direciona para a vida.

Quando coloco o passado e o futuro na constelação e coloco os adultos, fica claro que os jovens adultos caminham para a vida, para o futuro, e os pais ficam mais perto do passado.

O jovem adulto cuida da sua criança interna e os pais voltam a olhar para a vida. Eles, adultos, cuidam da vida deles e têm projetos além dos filhos.

Quando falamos de uma criança, a coisa é bem diferente.

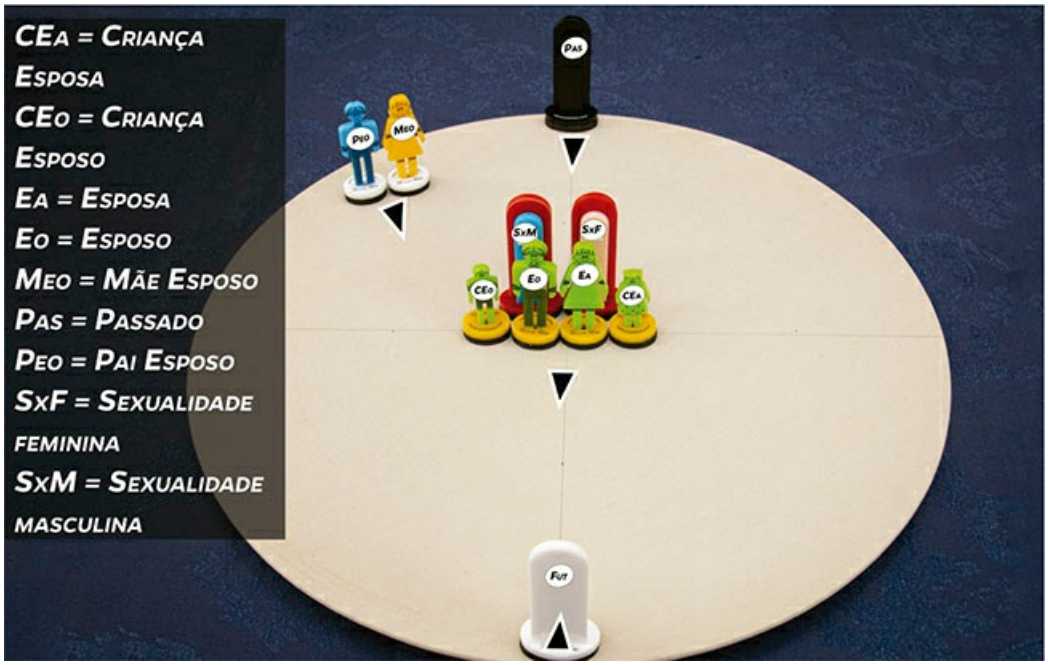
Criança precisa ficar perto de adultos, de preferência perto dos pais, já o adulto precisa de uma distância saudável para que possa abrir espaço para encontrar uma pessoa diferente da família.

Quando na vida adulta, a sexualidade aflora, começa a definir campos do masculino e do feminino. Por definição de ordem no campo morfogenético, o masculino fica no campo da direita e o feminino fica no campo da esquerda. Nesse ponto existe uma energia pronta para receber a energia da outra polaridade.

Nesse ponto, é importante que o homem adulto cuide da sua criança interna e o feminino cuide da criança interna dela. Assim, os dois adultos podem se relacionar de forma saudável.

Nesse caso a relação dá certo, e ninguém tem que ficar buscando pai e mãe no outro.

Sexualidade de cada um impulsionando para a vida. Os pais, a família de origem, estão em uma distância saudável, olhando para a vida. A união desses dois adultos gera descendentes e leva a família para frente. Assim aconteceu com a minha família, assim aconteceu com a sua. E é isso que nos trouxe até aqui.



Ciclos

Sexualidade está sempre relacionada à mudança de ciclo.

Sempre que um ciclo termina para dar início a outro, há uma morte daquele ciclo antigo e o nascimento de um novo ciclo.

Nessa transição de criança para adulto, a morte do ciclo se dá na secção com os pais.

É o momento em que deve haver a internalização de tudo o que aquele ciclo pôde ensinar e a eternização de um novo ciclo através dos filhos, netos, bisnetos, etc.

Quando criança, eu preciso dos pais perto Quando adulto, os pais estão dentro.

Através dos nossos filhos, todas as gerações do passado existem. A matéria morre, mas a família continua.

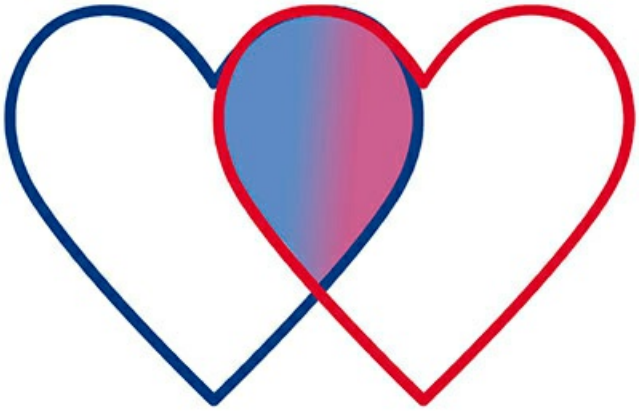


Os pais estão internalizados, e assim
através dos filhos eu posso eternizar os pais.
Através dos meus filhos e netos,
eu estou presente na vida.
A minha matéria morre, mas minha essência continua.

No mundo infantil é morte e vida, no mundo adulto é internalização, eu vivo através dos descendentes. Minha essência fica eternizada neles.

Sexualidade é amor adulto. A sequência desse amor é que faz o fluxo de amor da família ir para frente.

Olha essa imagem de dois corações.



Existe a união dos dois corações como dois gametas. Existe uma polarização e um distanciamento. Para um lado o masculino e, para o outro, o feminino.

Existe uma identificação de gêneros e depois as duas polaridades se atraem e se unem, gerando uma nova vida. No início se forma um novo ser sem identificação, mas, com o tempo, esse novo ser se diferencia em menino ou menina, depois vira um homem ou uma mulher.

Esse homem e essa mulher se atraem e se aproximam, e o ciclo da vida se repete.

Aqui fica evidente a pulsação. Distância e atração. Quando existe um ponto onde os dois se tornam um, de dois gametas que se uniram se forma uma nova vida. Assim o ciclo se repete, de geração em geração.

As quatro fases de evolução e a sexualidade

As quatro fases de evolução são:

. Intraútero e bebê (simbiose)

. Criança com controle muscular (individualidade)

. Menina e menino (identidade de gênero)

. Adulto (autonomia).

Para entender melhor essas fases e o que elas têm a ver com a sexualidade, vou te explicar o que é o amor do igual e o amor do diferente.

Igual e diferente

Esse é um conceito extremamente simples e fundamental.

Na evolução da sexualidade, temos quatro fases.

A primeira começa no intraútero e quando somos um bebê.

O bebê não sabe o que é sexualidade. Um bebê não sabe o que é pai, mãe, família, etc. Ele simplesmente tem sensações. Ele não verbaliza, não racionaliza.

Conforme vai assimilando e internalizando o que aprende, ele vai dando um significado para tudo aquilo.

As pessoas costumam avaliar a criança olhando de fora. Experimente se colocar no lugar da criança e avaliar de dentro. Como constelador, é importante fazer esse exercício.

Lembra que eu te disse que a criança não tem memória evocada? Pois então, você vai precisar se colocar no lugar dela e conduzi-la para aquela situação intraútero, onde tudo começou a acontecer. O bebê não pensa, mas ele sente tudo aquilo que passou pelo sentimento da mãe.

Os primeiros significados internalizados pelo bebê vêm da mãe. Aliás, a jornada de cada um já se inicia dentro do útero da mãe. Ele é moldado pelas emoções dessa mãe.

Nesses primeiros momentos, nesse primeiro contato, a mãe é a figura mais importante da vida do bebê, porque é o primeiro referencial de vida que ele tem desde o útero. Depois que ele nasce, é muito importante a fase da amamentação, do colo, do carinho, do afeto, da segurança, da presença e do amor da mãe. Ela é a pessoa mais importante da vida desse bebê, ela é o mundo desse bebê.

Nesse momento, o bebê começa a internalizar a mãe. Ela é o primeiro adulto a entrar no coração, na alma e na essência da criança.

Pela percepção daquela criança, a mãe é o que ela conhece de mundo saudável.

Quando a criança nasce, ela fica mais próxima da mãe. Primeiro dentro e, depois que nasce, está perto dela. Nessa fase, a relação é dual. O pai nessa fase é uma figura distante. Nessa fase, a criança só tem um modelo, aquele que é “igual” a ela. Então a criança acredita que o saudável é fazer tudo igual à mãe. Aqui, fazer o igual é o certo, fazer algo diferente é errado. Até os três anos, toda pessoa que cuida dela é considerada “mãe”. A diferenciação só acontece quando ocorre a mielinização da região sacral, nessa fase ela descobre a genitalidade. Ela descobre que tem o feminino e o masculino.

A segunda fase é quando o bebê começa a explorar cada vez mais o mundo. Começa a ter noção de que existe algo além daquele universo da mãe. Ele começa a ter controle muscular e passa a ter individualidade. Nessa fase é fundamental a entrada da função do pai.

A criança, abastecida da função mãe, precisa descobrir que existe o diferente da mãe.

O pai é o primeiro diferente da mãe. Se a mãe for saudável e adulta, ela conduz essa relação e permite que a criança aprenda e entenda que existe muito mais além dela. Ela autoriza que o filho ame o diferente.

A criança precisa se abastecer dessas duas polaridades.

Na terceira fase, a criança abastecida das funções mãe e pai, e certa do amor dos dois, percebe que os pais são diferentes um do outro e se amam.

Ela começa a compreender que os diferentes são capazes de se amar, e aqui ela ganha algo que é muito importante: a identidade.

Ela não precisa ser igual à mãe ou ao pai, para ser amada. Ela pode ser diferente e amar o que também é diferente dela e dos pais.



Nessa fase entram os amigos e o vínculo com pessoas de fora da família.

Na quarta fase, o indivíduo se torna um adulto. Ele ganha autonomia e começa a se interessar afetivamente por outras pessoas.

A semente da sexualidade surge na fase genital, depois dos cinco anos, se consolida na fase da adolescência e fica pronta para exercer sua função na fase adulta.

Agora ele está pronto para se relacionar e encontrar alguém diferente para formar uma nova família. É aqui que entra a sexualidade.

Essas são as etapas naturais da vida de um indivíduo. A natureza funciona assim em qualquer lugar, com qualquer espécie. É assim que se constrói uma dinâmica adulta saudável e é assim que se dá a continuidade da família.

Se há qualquer desvio dessas etapas, começa a confusão.

Pais que não se amam de forma saudável e não autorizam os filhos a amarem o diferente podem desviar o filho do caminho saudável e trazer dor ao invés de prazer, e destruição ao invés de união.

Observando a sexualidade na constelação

Depois de compreender a função da sexualidade e como ela faz parte da vida de um adulto saudável, vamos aprender a identificá-la em uma constelação. Dessa forma, você vai conseguir fazer diagnóstico daquilo que não é saudável. E se você sabe diagnosticar o que é saudável, você saberá conduzir o processo para estruturar estrategicamente a constelação e mostrar o caminho saudável para o cliente.

Agora, você é capaz de identificar em que fase da evolução ocorreu o problema que tornou a sexualidade disfuncional.

Quero que você me acompanhe em uma simulação de constelação.

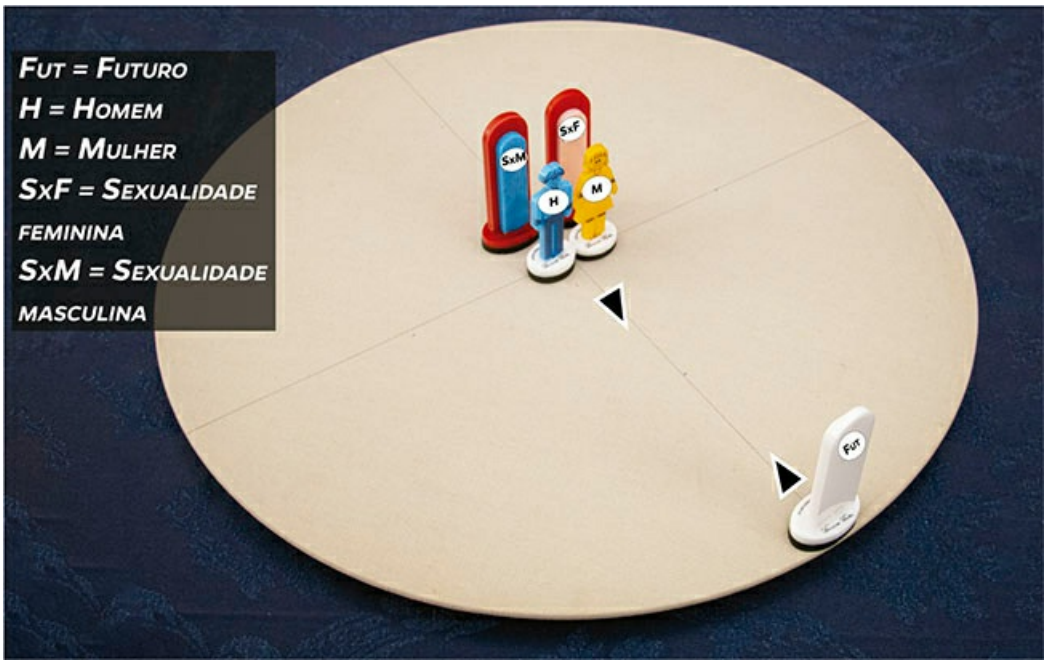
Acompanhando as imagens, passo a passo, você vai entender como deve conduzir essa pesquisa de maneira estratégica para encontrar a raiz do problema.

Imagine um homem que se relaciona com uma mulher. Os dois estão de frente um para o outro, se conhecendo, se aproximando e decidindo se querem seguir juntos.

O que faz um casal se sentir atraído e desejar se vincular é a sexualidade, então o próximo passo é colocar a sexualidade de cada um.



Conforme esse casal vai se unindo, a força entre eles vai aumentando e a energia sexual vai crescendo. Nessa fase, eles decidem caminhar juntos olhando na mesma direção e se casam. A partir de agora eles caminham juntos em direção à vida, em direção a um futuro juntos. A sexualidade deles os une e fortalece a secção com a família de origem, possibilitando um vínculo maior entre eles.



Os pais dos dois ficam mais próximos do passado e o casal jovem se afasta deles.

Nessa fase, o casal internaliza o amor dos pais. Agora eles são os pais da criança interna, e o adulto se relaciona com o adulto do outro.

A sexualidade define isso. Define a distância, o direcionamento e o significado.

O que é casamento? O que é família? Defina as prioridades entre a família atual e a família de origem (pai e mãe). Defina a prioridade entre passado e futuro. Você viu que são sempre polaridades?

Você viu que a sexualidade corta o vínculo com o passado e com a família de origem? Ela corta e impulsiona para a vida.

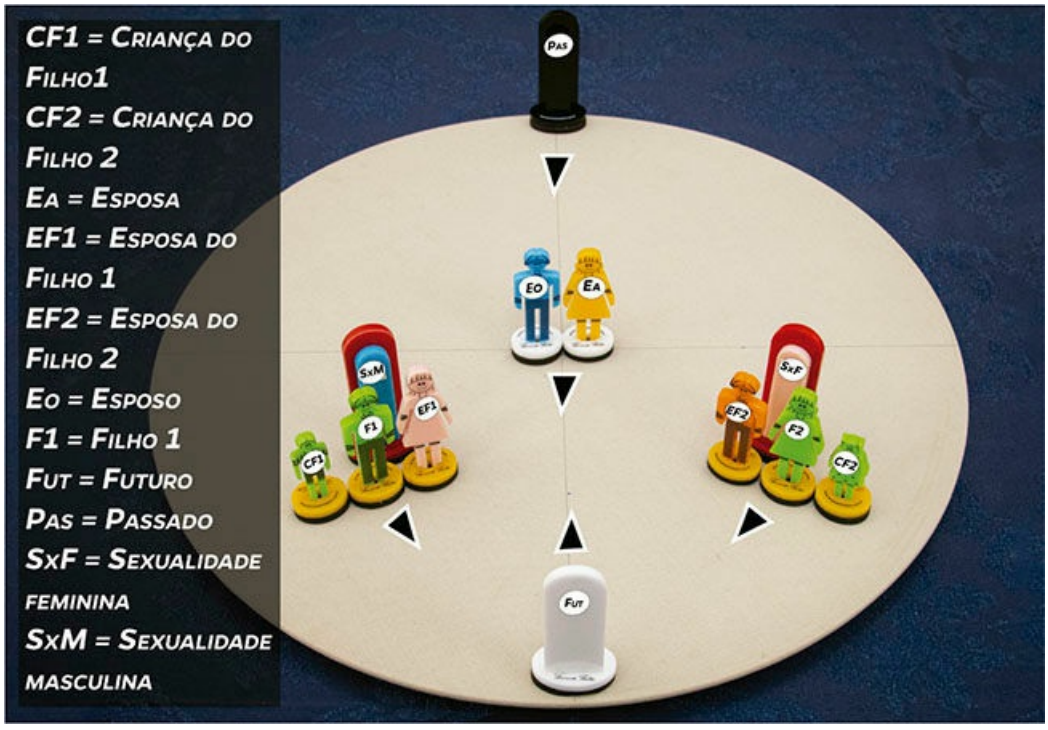
Depois disso, o casal tem projetos pessoais de vida, tem projetos em comum do casal, como filhos e outros projetos. O casal tem autonomia financeira, missão de vida, etc.

Se os pais são saudáveis, eles autorizam e abençoam os filhos a seguirem para suas vidas. Aqui entra o parto paterno. Filho, siga para sua vida, eu já te ensinei o suficiente e tenho certeza de que você consegue seguir a partir de agora.

Na sequência, do excesso do amor deles abençoado pelos pais, o casal gera filhos, descendentes. Os filhos não têm sexualidade e precisam ficar perto de adultos que cuidam deles, preparando-os para um dia ir para a vida.



Finalmente, quando os filhos ficam maiores, depois de aprenderem com os pais a se relacionar e a olhar para a vida, eles seguem como adultos, cuidando das suas crianças internas, com sexualidade. Buscam na vida alguém diferente da família de origem para formar uma nova família.



Agora eu te pergunto:

A prioridade é olhar para pai e mãe ou olhar para o futuro?

O importante é olhar para o passado e viver preso nele, ou seguir em frente e levar o futuro da família adiante?

Na natureza também é assim. Imagine uma árvore. A semente da árvore brota através de um fruto e ela precisa sair da árvore para cair em outro território, para gerar uma nova árvore. Se ela cair embaixo da árvore, ela não vai gerar outra árvore. Ela precisa de distância da árvore de origem para se transformar em uma árvore sólida, bonita e saudável. Ela precisa de seu próprio território.

Os pais não precisam ficar perto, porque eles já estão dentro. Se os pais forem saudáveis, eles abençoam e autorizam os filhos a seguirem esse caminho sem culpa e sem dever nada a eles.

Esse processo de ir para a vida, como todas as outras gerações fizeram, chama-se eternização.

Internalização das funções e eternização da família.

Se tiver modelos adultos saudáveis que autorizaram e abençoam os filhos a seguirem, esses serão bons modelos parentais para esse filho. Assim fica fácil se tornar adulto, casar-se, ter filhos e seguir para a vida. Tudo de forma tranquila e natural.

Fidelidade

A quem você é fiel? À natureza e ao caminho saudável? Ou à sua família?

Quando somos fiéis ao lado doentio de nossas famílias, vamos repetir os problemas dela no futuro. Se você ficar fiel ao lado doentio, vai levar o amor doentio adiante.

Se você ficar fiel a um elemento da vida, o seu coração e a sexualidade ficarão presos em umas dessas pessoas. Conclusão: você terá sérios problemas para avançar nas funções lá na frente. Os seus projetos de vida e sua profissão também ficam presos a esse amor doentio e você não terá sucesso em seguir para vida.

Quer ver um exemplo simples? O famoso “filhinho da mamãe”, “filhinha do papai”. Quando o filho está ligado à mãe, ou a filha está ligada ao pai, não tem espaço para entrar um outro na relação. Nesses casos, a sexualidade vai por água abaixo e todos os outros elementos do universo adulto também são prejudicados.

A dinâmica aqui é a seguinte: a mulher que eu amo eu não posso transar; ou o homem que eu amo eu não posso transar. Sabe qual o destino deles? Se casam, mas não conseguem unir a pessoa que amam e aquela com quem transam. Dessa forma, essa pessoa nunca terá alguém por inteiro. Terá sempre meio/a parceiro/a. Essa é a raiz das triangulações. Isso pode acontecer

quando um começa a amar o outro e então atua, procurando sexo fora. Outra situação é quando a mulher se torna mãe e o marido perde o interesse por ela, pois a mulher que é “mãe” ele não pode transar. Louco, não é?

Mas se somos fiéis à natureza e ao saudável, a sexualidade vai estar na sua função adequada e somos capazes de ser independentes, de levar o amor e a família adiante! Se for fiel ao lado doentio da família, pode esperar que vai dar problema. Nesse caso as constelações estão em desordem.

No lado adulto, a sexualidade corta o vínculo com o passado e une o casal atual para caminharem juntos para o futuro. Serão um modelo saudável de casal, com autonomia financeira, internalização, eternização e, finalmente, independência dos outros. Cada um é responsável por sua própria felicidade.

As dinâmicas sistêmicas e a sexualidade

Quando falamos de internalização do amor dos pais e amar o diferente, falamos sobre a heterossexualidade.

hétero = diferente

homo = igual

igual = mãe

diferente = pai

Existem várias outras formas em relação à sexualidade: homossexualidade, bissexualidade, assexualidade, etc.

A natureza segue dois princípios da vida: a autopreservação e a preservação da espécie. Tudo isso para que a vida siga em frente.

Hetero que dizer diferente e homo quer dizer igual. O primeiro modelo igual que conhecemos e seguimos é a mãe. Quando vem o diferente, é o pai. O amor de dois diferentes é o amor do casal, que gerou o filho.

Se o indivíduo tem o amor do pai e da mãe internalizado, conforme vai evoluindo ele começa a perceber que, além dos pais, existe um homem e uma mulher. O masculino e feminino é o que dá força necessária para ser pai e mãe. A força do casal como homem e mulher é mais importante que a força de pai e mãe. Então existe o diferente (homem e mulher) e a união dos dois, que é o

igual, a área de intersecção entre eles, a área de relacionamento entre eles. Neste lugar, existe a força da família que vem do casal, e ela representa a união e o amor dos dois.

Se eu tenho dentro de mim modelos parentais, modelos de homem e mulher saudáveis, sou capaz de amar e me relacionar com o diferente. Só assim posso seguir para a vida e formar uma família. Quando tenho bons modelos, isso é a coisa mais simples e natural do mundo.

Quando colocamos a mente interferindo nas funções naturais da vida, pode ter certeza de que existe por trás uma dinâmica neurótica no sistema.

Quando compreendemos a sistêmica, percebemos que todos nós somos influenciados pelas dinâmicas sistêmicas do mundo ao nosso redor. Entendemos que a tendência é repetir inconscientemente os problemas, e levar para frente os problemas do passado. Assim, a noção de individualidade vai por água abaixo.

Por amor à família de origem, reproduzimos as doenças dela.

Se eu tive um modelo parental e de casal doentio, eu vou reproduzir aquela dinâmica doentia.

Na sexualidade saudável e natural, ocorre o encontro de dois diferentes que se unem, e da área da igualdade vem o prazer. Desse prazer vem o novo ser que representa a reprodução natural da espécie.

Toda vez que paramos para pensar e argumentar em relação a isso, é uma dinâmica de repetição de algum emaranhado sistêmico que precisa ser visto. Quando você vai investigar, é só ver como estava a relação do casal. Como era o modelo dos pais. Como eram vistos os pais como homem e mulher? Eles eram saudáveis? Se não eram, você certamente terá problemas para montar relacionamentos saudáveis. Você vai ficar fiel aos modelos da família de origem. Vai ficar vinculado à mãe ou ao pai, mas sem equilíbrio entre os dois.

Como terapeuta, é só procurar no sistema qual foi a dinâmica que impediu que a relação saudável acontecesse. Tanto no mundo do coração quanto no mundo da sexualidade. Mais uma vez, se tudo estiver em ordem, seguir para a frente é a coisa mais simples e natural do mundo.

Homossexualidade

Quando falamos de homossexualidade, vem logo uma porção de objeções e teorias do que é certo ou errado. Espero que você esteja aberto a ouvir o que acontece na dinâmica da homossexualidade.

Se o indivíduo não tem as duas funções dentro dele, pai/mãe e masculino/feminino, existe uma tendência a se tornar homossexual. Isso porque uma das funções ficou de fora. Então, a pessoa não consegue estabelecer uma relação saudável entre o diferente.

Se essa pessoa for fiel à dinâmica da família de origem, onde mãe ou pai foram excluídos, ela terá dificuldade de construir uma relação hétero.

Se hétero é diferente, homo é igual, pai é diferente e mãe é igual, podemos dizer que a homossexualidade é a falta da função paterna e excesso da função materna. Quando uma pessoa busca a outra para ficar pertinho, dar carinho e atenção, essa é uma busca da sexualidade infantil. Sexualidade adulta é aventura, é conhecer o universo do diferente.

Por não ter tido uma função paterna adequada, o indivíduo não consegue estabelecer uma dinâmica saudável com o sexo oposto, com o diferente.

Na homossexualidade feminina, o masculino não está autorizado a entrar. Geralmente vem de modelos familiares onde as mulheres são “fortes” e os homens são “fracos”. O masculino é proibido. Ocorre aqui a fidelização ao feminino.

Na homossexualidade masculina, o indivíduo não pode amar o masculino dentro, então ele vai buscar fora. Ele aprende que não pode amar nenhuma outra mulher além da mãe. Ele é extremamente fiel à mãe, tendo a sua sexualidade vinculada a ela. O masculino está fora e não dentro.

Já na bissexualidade, imagine a seguinte situação: o homem e a mulher deveriam estar unidos pela sexualidade deles. Mas, quando a relação desses dois não é saudável, frequentemente o filho ou a filha fazem o papel e a função de manter a união do casal. Nesse caso, o filho vai preencher o vazio da mãe ou o vazio do pai. A criança entrou num lugar inadequado. Entrou para fazer o preenchimento da polarização da mãe ou do pai. Quando um filho precisa entrar na união dos pais, como homem e mulher, para preencher as funções de sedução e sexualidade de cada um deles, geralmente a bissexualidade está unindo um casal.

A assexualidade é quando a criança teve tantos problemas nos modelos de casal que a sexualidade se tornou algo ruim, tem uma conotação totalmente negativa. É tão ruim que é melhor nem passar por isso.

Direcionamento da sexualidade

Quando os filhos ocupam o espaço de unir o casal, a sexualidade deles fica direcionada para esse filho, saindo do contexto. Não há sexualidade entre dois adultos.

A criança passa a preencher o vazio do pai ou da mãe. Preenche a polaridade que falta nos pais.

O filho passa a ser o “homem ideal” da mãe ou a filha passa a ser a “mulher ideal” do pai. Se isso acontece, como esse filho ou filha será capaz de amar outra pessoa, casar ou se relacionar?

Não vai! Porque se fizer isso, trairá o amor do pai ou da mãe.

Sexualidade adulta e infantil

A sexualidade infantil é baseada na carência. Ela busca alguém para estar perto, para atender às necessidades básicas e para cuidar.

Sexualidade adulta é aventura, cada um é dono do seu próprio prazer, das suas vontades e cada um cuida da sua criança. Adulto sabe a hora certa de pulsar a relação. Sabe a hora de estar junto e a hora de estar longe. Porque adulto não precisa de ninguém perto.

Polaridade e dinâmica da sexualidade

O assunto agora é polaridade e vou te mostrar o quanto isso é importante na dinâmica da sexualidade. Mas vou além: a polaridade é importante não só na sexualidade, mas nos relacionamentos em geral. Relacionamentos amorosos, relacionamentos familiares, pais com filhos, etc.

Observe com atenção esse símbolo ao lado, porque ele é essencial para a compreensão das polaridades.



O TAO é composto por duas metades, opostas e complementares.

E como já vimos antes, não há uma metade “pura”. Sempre há um pouco de um no outro.

Na evolução de uma criança, ela terá duas polaridades: a mãe e o pai. Para o desenvolvimento saudável de uma criança, é preciso mãe e pai no coração dela. É necessário ter essas duas funções integradas.

Pessoas com dificuldades em relação à sexualidade estão conectadas com a inexistência de pai e mãe com funções em ordem. Pai e mãe são dois opostos que se complementam e se integram no coração.

Genitalidade

Essa é a força dos genitais, a força sexual. Aqui é preciso ver além dos pais.

Para que a genitalidade aconteça de forma saudável, a criança precisa compreender que os pais também são homem e mulher, além de pai e mãe. Dessa forma, ela vê genitalidade neles e é capaz de integrar essas duas polaridades, o masculino e o feminino dentro do coração. No caso da criança só ver pai e mãe naquele casal, ela perde o modelo de casal ou de homem e mulher. Pior ainda quando ela é submetida aos problemas no relacionamento dos pais. Por fidelidade a um deles, a criança toma partido e começa a detonar seu olhar para a genitalidade.

Amor ou sexo?

Duas dinâmicas polares e conectadas que fazem parte da sexualidade são o coração e o genital.

A dinâmica do amor tem a ver com coração, com sentimento, com entrega e com coragem. Não é fácil entregar o coração para outra pessoa. Em geral, atuamos aqui exatamente o que vivenciamos na nossa família de origem. Inconscientemente, tendemos a repetir os modelos que tivemos dos pais. Quando a mãe autoriza o filho a amar o diferente dela, o polar, a criança naturalmente consegue se entregar ao amor. Quando a mãe não autoriza o filho, quando fala mal do pai, quando se lamenta ser mulher e mãe, ela começa a moldar essa criança para ter dificuldade de se relacionar com o diferente.

Na dinâmica genital, existe um lado que é instintivo e responde ao estímulo hormonal. Isso ocorre para garantir a preservação da espécie. Nesse caso, o envolvimento não é emocional, não acontece a entrega, o relacionamento entre dois polares. Ocorre o ato sexual, ou seja, o encontro de dois genitais, masculino e feminino, com o objetivo de propiciar o encontro dos gametas, espermatozoide e óvulo.

Quando o indivíduo tem coração e genital integrados de forma adequada, ele tem uma sexualidade saudável. Embora sejam polaridades, elas estão juntas e se complementam. Nesse caso, é possível sentir que quando estamos conectados com o outro, estamos com o outro por inteiro e nos entregamos por inteiro.

Quando questionamos se é amor ou sexo, estamos excluindo uma das duas. Estamos dividindo algo que era para ser integração. Tem pessoas que ou amam ou transam. “A pessoa que eu amo eu não posso transar”. Essas pessoas estão divididas, elas têm sempre meio homem ou meia mulher.

O mais correto e saudável é AMOR E SEXO. A pessoa que eu amo é a mesma com quem eu transo. Nesse caso, quando estamos juntos, sentimos que o outro é um portal do masculino ou do feminino, e nos entregamos por inteiro.



Capítulo 7

DINÂMICAS DO TRABALHO SISTÊMICO

A dinâmica da escolha dos elementos

Quando você vai fazer uma investigação diagnóstica para identificar o que está acontecendo com o cliente, o objetivo é chegar na raiz do problema. Para encontrar o caminho, é importante que você foque em um problema. Geralmente, o cliente traz uma série de problemas para ocultar o verdadeiro problema, a verdadeira raiz de todos os problemas. Acontece que o cliente precisa escolher e focar em um dos problemas para que o constelador entre, é como se cada problema fosse uma porta, mas que todas as portas levam ao mesmo lugar, a raiz do problema. Nessa fase, seja rápido e objetivo. Cuidado para o cliente não ficar horas contando historinhas.

Na hora da escolha dos elementos, se você colocar no campo muitos elementos, informações e dinâmicas, sua constelação pode ser demorada e confusa. A energia do trabalho se perde em tantos problemas e você pode não conseguir entrar em nenhuma das portas. O cliente faz isso por uma razão: ele pode suportar o sofrimento de olhar para todos esses problemas, mas pode não suportar a “dor” de olhar para a raiz do problema.

Ter um monte de informações não significa que você irá compreender a dinâmica sistêmica ou a origem do problema. Informações demais podem distrair o constelador e o próprio cliente. Quando isso acontece, é comum o constelador ter dificuldade de encontrar uma solução para a constelação.

Por isso, a orientação é não ficar inventando e achando que ser detalhista vai dar ainda mais informações para o campo. Muitas vezes, uma constelação enxuta e focada pode dar um resultado bastante eficiente. Já outras, muito complexas, podem deixar mais dúvidas do que esclarecer o cliente.

Lembre-se:

MENOS É MAIS

Se o cliente fala sobre muitos elementos, você como constelador deve guiá-lo e perguntar qual é o grau de importância desse elemento e ajudá-lo a encontrar o foco.

A busca pelos elementos essenciais

Para escolher quais elementos serão colocados no campo, é importante que você faça as perguntas certas e envolva o cliente na decisão, lembrando sempre qual é o grau de importância diante do todo.

Atenção, pois os elementos devem ter uma lógica. Por exemplo, antes de colocar o cônjuge ou filhos, coloque os pais para ter uma noção do modelo que a pessoa teve de relacionamento.

Roteiro

Depois dos primeiros elementos escolhidos, é preciso entender qual é o problema.

Muitas vezes, eu como terapeuta corporal posso identificar só de olhar para o cliente. O corpo, os gestos e os olhares dão muitas dicas que a linguagem verbal não dá. Por isso, não fique preso só nas perguntas ou ouvindo aquele monte de histórias que ele conta. Fique atento aos detalhes, muitas vezes esses detalhes gritam na sua frente e você fica tão preocupado em saber o que perguntar depois, que nem escuta a resposta da pergunta anterior, ou mesmo nem percebe detalhes importantes da postura corporal.

Quando o cliente traz o problema, são aqueles que ele tem consciência. Geralmente esses são os problemas secundários, apenas uma porção do que ele enxerga.

A função desses problemas secundários é esconder o verdadeiro problema.

Nessa hora é necessário tomar cuidado! Como bom constelador, você terá que tomar uma importante decisão: trabalhar nesses problemas secundários ou realmente buscar a raiz de tudo.

Se você trabalha no raso, quando esse problema inicial for resolvido, outros aparecerão ou ele volta com força maior. Enquanto o problema primário não for solucionado, essa dinâmica vai se repetir.

Por isso é tão importante trabalhar a causa principal e não o sintoma do cliente.

Basicamente esse é o roteiro estratégico a ser seguido para ter um bom resultado. A pesquisa diagnóstica deve ser feita antes e durante o trabalho.

Lembrando sempre de observar os detalhes dos elementos, o que está acontecendo nos subsistemas, se as dinâmicas dos elementos seguem as leis sistêmicas, e assim por diante.

A arte de ser um bom profissional

Quanto mais você integrar ferramentas e conhecimento, mais objetivo você será.

Compreender a linguagem corporal dos seus clientes é uma fonte absurda de informações para te ajudar a fazer um trabalho de constelação.

A linguagem das doenças também é uma fonte essencial quando você trabalha com esse assunto. Saber a origem e o que representa aquela doença é esclarecedor. A doença vem para dar um recado, para mostrar algo que o cliente não consegue ver. Por isso, você deve perguntar qual seria o melhor lugar para essa doença ficar? A maioria coloca a doença atrás, no passado ou perto da morte.

Saber fazer perguntas poderosas e importantes é fundamental para um bom resultado. Ter uma boa visão sistêmica ajuda a encurtar o caminho para encontrar a raiz do problema. Uma boa compreensão da dinâmica ajuda a trazer o cliente para a consciência. Ele vai conseguir ver na constelação uma série de situações que ele não via antes. Tudo isso colabora para você ser um profissional de ponta!

Posição, distância, direcionamento e significado – A leitura do campo

Bom, você já sabe quais são os primeiros passos para identificar o problema e quais elementos serão colocados no campo do seu cliente. Agora vou te mostrar como fazer a leitura das dinâmicas.

Se você não souber fazer a leitura de forma adequada, será a mesma coisa que pegar um texto em uma língua que você não conhece. Constelação é leitura de campo.

A leitura de campo deve seguir uma sequência lógica. Primeiro vou te ensinar a usar quatro tópicos importantíssimos.

1. Posicionamento – Comece sempre colocando dois elementos, para ver um em relação ao outro.
2. Distância – Observe se os elementos estão próximos ou distantes um do outro.
3. Direcionamento – Veja se os elementos estão direcionados para a vida ou para a morte, para uma pessoa ou para outra.
4. Significado – Pesquise qual o significado daquele posicionamento para o cliente.

Para esclarecer melhor, vamos usar como exemplo um cliente que trouxe uma queixa sobre seu casamento.

Posicionamento

Ao pedir que o cliente o posicione em relação à esposa, ele pode colocar um dos elementos em muitos lugares. Na frente, atrás, ao lado, na periferia do campo, perto, longe e assim por diante.

Dependendo de cada posição que ele coloca, o constelador vai poder fazer uma leitura do campo e começar a fazer perguntas para ampliar a consciência do cliente.

Por exemplo:

Quando uma pessoa coloca o esposo na frente dela, olhando para ela, eu pergunto:

– Em que fase da vida a gente fica olhando um para o outro? Ou na fase mamãe e bebê, ou na fase de enamorados, se conhecendo, ou quando estamos nos enfrentando.

Olha só como aqui eu dei três possibilidades diferentes para esse posicionamento.

Ela pode estar buscando no esposo aquilo que a mãe não deu, alguém para cuidar dela ou para lhe dar segurança.

No segundo caso, posso perguntar se ela está procurando alguém, se está conhecendo essa pessoa ou já é um marido? Se for um marido, vocês não deveriam estar olhando na mesma direção, na direção da vida?

No terceiro caso, eu pergunto o que está acontecendo no relacionamento, que faz com que vocês precisam estar se enfrentando.

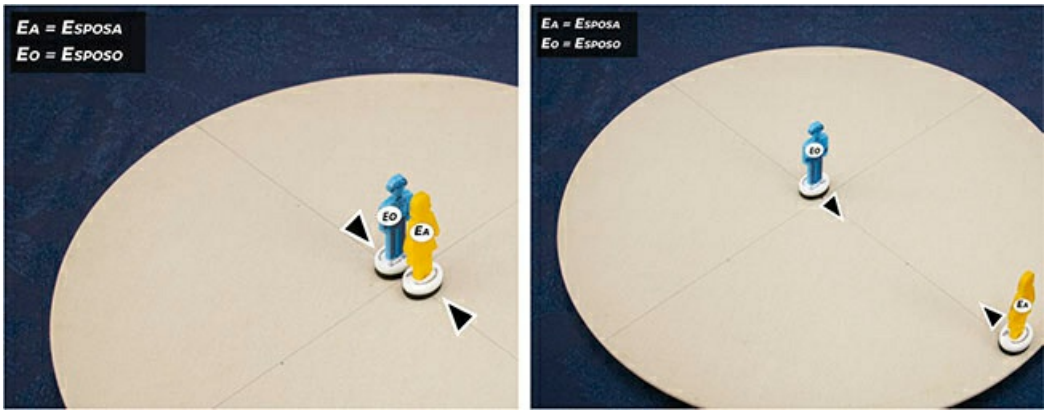
> Cada posição é uma informação
> e dá um diagnóstico diferente.

Distância

No caso de uma pessoa posicionar o parceiro muito perto, dá uma informação diferente de posicioná-lo bem distante. Se estiver como na primeira imagem, pode significar uma relação simbiótica. Outra leitura é que um deles está infantil, pois, quando crianças, precisamos do amor perto, e quando somos adultos, o amor está dentro. Se o amor está dentro, ele não precisa estar perto.

Já a segunda imagem pode ser lida como uma dificuldade de fazer vínculos. Para se sentir seguro, preciso que o outro fique bem distante. Nesse caso, quando ele colocar a família de origem, pai e mãe, ou vida e morte, dá para analisar se está preso no passado.

Assim, as formas de ler o campo vai dar inúmeras possibilidades para ajudar o cliente a ver de um outro ângulo.

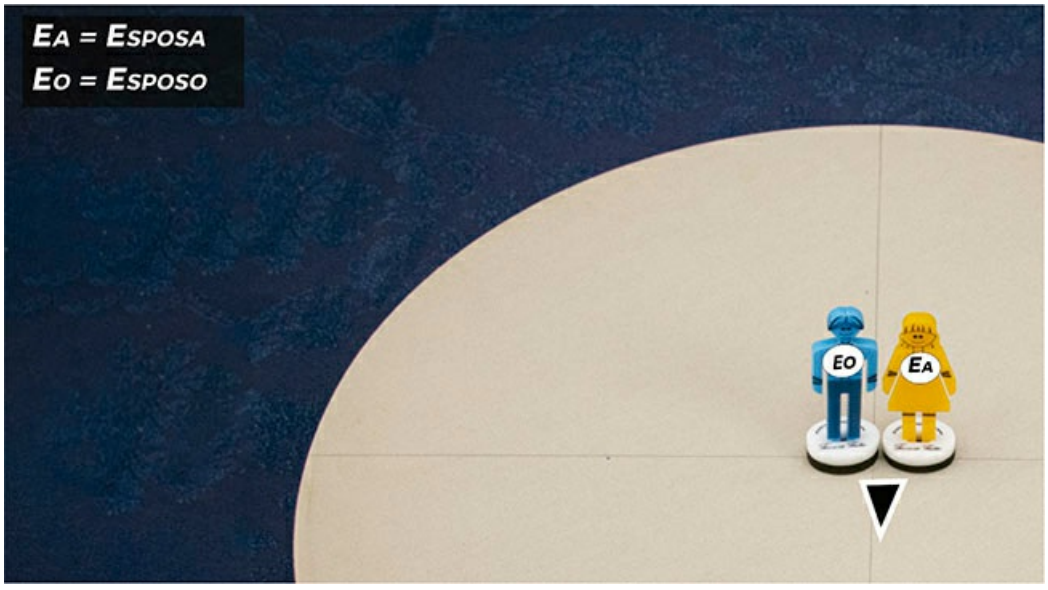


Direcionamento

Quando o cliente posiciona os elementos, é importante perceber para onde eles estão direcionados, para onde estão “olhando”. Observe que essa informação mostra para onde a energia daquele elemento flui. Aqui é possível ver se os dois estão direcionados para o mesmo lado, se estão direcionados para lados opostos, quem está direcionado para os filhos e quem não está. Observe e vá fazendo uma construção do quadro.

Perceber qual é a direção em que a energia do elemento está focada é fundamental para a interpretação do sistema.

No caso da foto, se o cliente posiciona cada um olhando para um lado, a constelação pede, imediatamente, que se coloquem os elementos subjetivos vida/futuro e morte/passado. Dessa forma, ficará claro quem olha para a vida e quem olha para a morte.



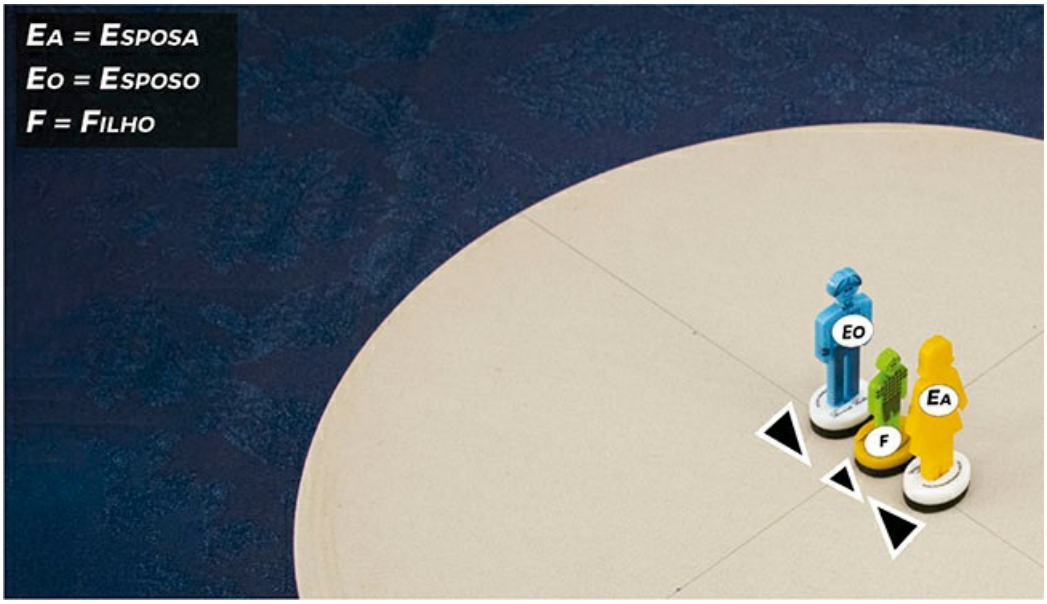
Significado

Cada uma das posições adotadas pelo cliente vai ter um significado. O constelador não precisa inventar uma história. Ele pode simplesmente fazer perguntas para pesquisar o que aquela montagem significa para ele. Você vai descobrir que cada um interpreta de uma forma diferente.

No caso da constelação, existe o significado que o cliente vai dar para o que aparece no campo, e existe o significado sistêmico. Para analisar o significado sistêmico, é importante e fundamental que o constelador saiba o que seria o saudável para perceber o que está doentio na constelação.

Neste momento chamo sua atenção para o fato de que muitos consteladores tomam como referência de saudável aquilo que em suas próprias famílias é “normal”. Cuidado com isso! O bom constelador é aquele que já se trabalhou, já foi constelado e já viu onde estão os seus enroscos. Senão pode acontecer do constelador ficar emaranhado com a constelação do cliente.

Na relação desse casal que estamos usando como exemplo, alguns significados são essenciais para compreender e interpretar a dinâmica. Então vou colocar algumas frases simples, mas eficientes para perguntar ao cliente. Você vai conhecer como o cliente entende, qual sua visão de relacionamento, etc. Por outro lado, você vai mostrar detalhes importantes a ele, como por exemplo: o que o filho está fazendo no meio do casal?



O que é casamento?

O que o filho está fazendo no meio do casal?

O que é ser marido?

O que é ser esposa?

O que é ser pai e mãe?

Onde está a sexualidade do casal?

Onde os outros filhos estão localizados?

Para que um olha para o outro?

Depois desses questionamentos, é hora de colocar novos elementos para conduzir e reproduzir a vida do cliente. Comece colocando o básico. Não invente, pois isso pode acabar dificultando para se ver o óbvio. O básico sempre é a origem. A colocação de pai e mãe no campo vai mostrar se essa pessoa os deixou para seguir para o casamento ou se está presa na família de origem. Pode mostrar também se essa pessoa é mais ligada à mãe ou ao pai.



Enfim, são várias as possibilidades, então pergunte. Assim você obterá uma série de informações.

Qual é a relação dele com os pais?

Para que se casou e para que teve filho?

Para onde cada elemento está direcionado

Quem está mais perto do passado e do futuro

De onde vêm esses referenciais?

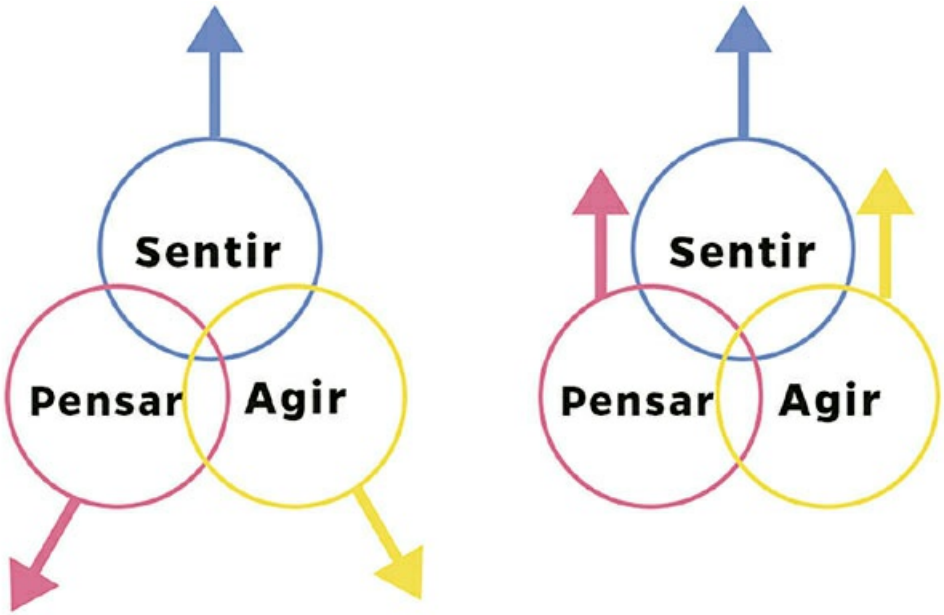
Conforme monto a constelação, pergunto e investigo a visão e a percepção do cliente, sendo capaz de perceber onde está a cegueira emocional sistêmica. O que ele é capaz ou não de

enxergar, que colorido ele dá para essa visão e qual é a interpretação dele.

É muito importante focar as perguntas no sentir, pensar e agir.

Se o que o cliente pensa e é direcionado para um lado, o que ele sente o direciona para outro lado, e na hora de tomar uma atitude ele não é coerente nem com o pensar nem com o sentir, ele vai gastar uma energia enorme e não vai sair do lugar.

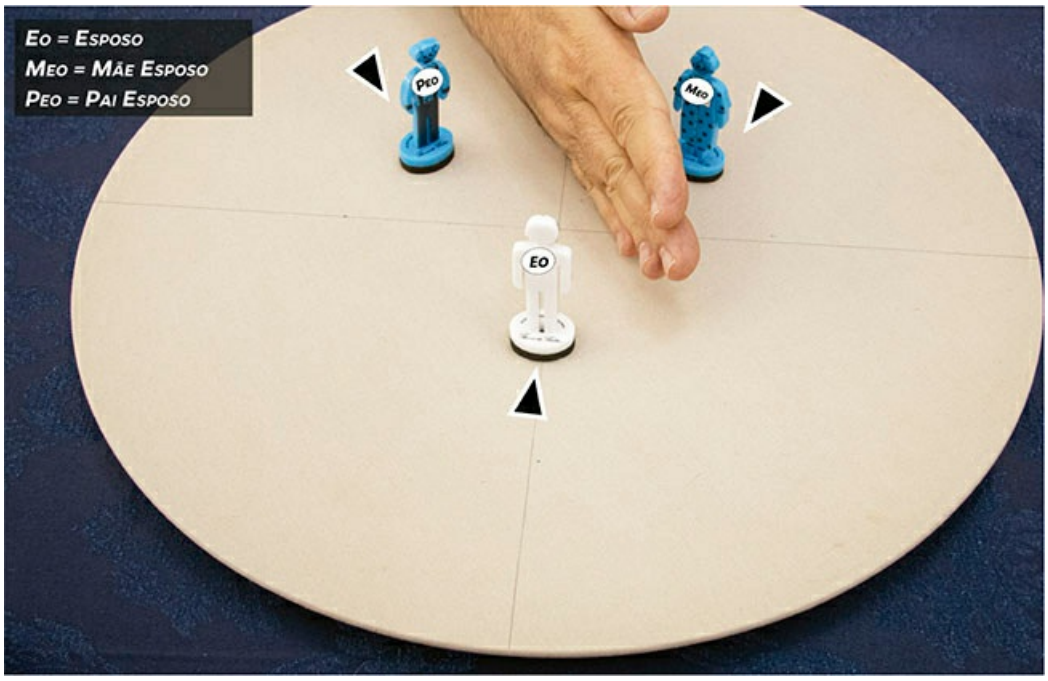
O saudável é exercitar isso em tudo que fizer. Primeiro pense, depois se pergunte o que sente em relação aquilo. Antes de agir, a pessoa precisa alinhar o pensar com o sentir para depois agir, de forma coerente com o pensar e o sentir. Dessa forma, tendo as três energias direcionadas para o mesmo lugar, vai fazer com que tudo comece a fluir.



O posicionamento e seus significados – Geral

Agora vamos aprofundar na questão do posicionamento dos elementos em um sistema.

O constelador pode olhar para o subsistema pai e filho, e observar que o pai e a mãe se olham, mas não olham para o filho.



Na próxima imagem, o constelador pode analisar só o subsistema mãe e filho. Nesse caso, ele isola hipoteticamente a figura do pai e foca na relação mãe e filho.

Nessa imagem, o constelador vai focar na relação do casal, imaginando os dois com e sem filhos. Se eles olham um para o outro e não olham para o filho, pode ser que estejam se enfrentando, ou que o filho é quem cuida da relação deles.



Quanto mais elementos, mais subsistemas, mais funções para investigar. Por isso é importante escolher com sabedoria e ponderar a quantidade de elementos que serão colocados no campo.

Na hora de posicionar os elementos, é comum o cliente fazer perguntas que vêm da cabeça dele. Por exemplo: “Mas é como está hoje ou como era quando criança? Mas isso ou aquilo?” Diga apenas que a constelação é atemporal e que ele deve posicionar de acordo com que sente. É bom questionar se o cliente está colocando naquela posição porque realmente é, ou se é porque assim ele gostaria que fosse. São duas dinâmicas diferentes. Para saber isso, é preciso ficar atento aos olhares, atitudes, quanto tempo ele levou para colocar, se está tentando fazer o certo para agradar o constelador, etc.

Não existe uma regra a seguir, mas uma boa dica no caso de o cliente insistir é: peça para posicionar os elementos de acordo com o presente. Outro elemento bem interessante de ser posicionado no campo é exatamente a queixa do cliente. Por exemplo, se a queixa é sobre a namorada, antes de colocar pai e mãe, coloque ele e a namorada, e observe. Se a queixa é uma doença, mande colocar a doença.

As diferentes formas de ler o campo correspondem a um vasto universo de possibilidades. Olhando as reações do cliente, você constelador vai avaliar se está ou não no caminho certo. Geralmente tudo faz muito sentido e, se você estiver bem treinado, poderá “surfar” prazerosamente na utilização dessa fantástica ferramenta de trabalho.

Lembre-se sempre das perguntas poderosas e não se esqueça de sentir as dinâmicas do sistema. É comum o constelador estar atento e focado na dinâmica e pedir que o cliente sinta o campo. Quando ocorre desconexão, a constelação simplesmente trava, não flui e fica difícil dar uma boa solução para a constelação.

O posicionamento e seus significados – Quem escolhe os elementos?

Quem escolhe o boneco? O cliente ou o terapeuta?

Não vou polemizar o assunto, nem dizer se isso é certo ou isso é errado. Também não vou dizer que eu faço assim e que dessa forma é melhor, pois cada um desenvolve sua própria maneira de constelar.

Então, em todas as situações teremos prós e contras.

Existe uma série de informações que você pode obter se você permitir que o cliente escolha o boneco.

Dependendo do material que você usa, é interessante prestar atenção nas características do boneco que o cliente escolhe para representar determinado elemento do sistema.

Por exemplo, se estou constelando uma mulher adulta e eu peço para ela posicionar ela e a mãe dela. Então vejo que, para representar a mãe, ela escolhe um boneco criança. Essa escolha já pode nos trazer uma série de informações. Quando ela olha para a mãe, vê um adulto ou uma criança? Quem é mais forte? Quem vai cuidar de quem?

A cliente pode escolher um boneco da mesma cor para ela e para a mãe. Isso significa que ela está identificada ou simbiótica com a mãe. Quem é você? Quem é sua mãe?

A escolha dos bonecos pelo cliente tem vantagens e desvantagens. Em alguns trabalhos específicos é melhor que o terapeuta escolha.

Por exemplo, no caso de ser uma constelação de casal, onde cada um vai montar a sua própria constelação em campos separados, é interessante que a cor dos bonecos que irão representar o casal seja igual para os dois. Do contrário, o cliente vai ter que ficar explicando quem é quem e isso pode tirar a energia da constelação.

Se a constelação individual com bonecos estiver acontecendo on-line e não presencialmente, é o constelador que escolhe os elementos, por uma questão de prática e de tempo.

Para consteladores que atendem muitos clientes no dia, para ficar mais prático, ele pode definir que o cliente será sempre o elemento vermelho para a mulher e azul para o homem. Pode utilizar as bases de cores diferentes para definir a família do pai e a da mãe. Pode até definir uma nova cor para a família atual que está formando. Enfim, existem muitas possibilidades e, como eu disse antes, cada constelador irá desenvolver seu próprio padrão.

Um outro exemplo é quando o constelador deixa o cliente escolher o representante homem, e este escolhe um elemento feminino para representá-lo. Isso pode ser lido de várias formas.

Você pode perguntar: Seus pais queriam uma filha? Seus pais perderam algum filho/a? Você se sente mais feminino que masculino? De quem você é mais próximo, do pai ou da mãe?

Enfim, você viu como pode utilizar diferentes formas de constelar?

No caso de constelações organizacionais, eu prefiro escolher os elementos, porque posso separar por grupos de cores ou características. Eu geralmente tenho os elementos subjetivos para essa finalidade. Defini para mim que o elemento branco representa a vida, o preto a morte, o amarelo o dinheiro ou projetos do casal, o azul pode ser projetos do homem e, o verde, das mulheres, o vermelho a sexualidade. Mas isso pode ser diferente para cada profissional.

Quando trabalhar com organizacionais, é importante utilizar os elementos adultos, evitando escolher bonecos de criança. Assim como é importante utilizar elementos subjetivos, pois colocar um humano para representar a empresa pode confundir. A ideia é facilitar a leitura do campo. É diferente das constelações organizacionais com pessoas, onde todos os representantes são humanos, pois nesse caso a leitura do campo leva em conta o sentir do representante. Nas constelações com bonecos isso não acontece.

Portanto, você pode ficar livre para decidir, mas quando você precisar de certa organização para identificar os elementos, escolha você os bonecos.

Interpretando as informações do campo sistêmico

Já falei sobre a interpretação baseada no posicionamento, distância, direcionamento e significado. Também já mostrei os conceitos de sentir, pensar e agir, e como podem ser

utilizados durante a constelação.

Agora vamos aprofundar nessas interpretações. É fundamental respeitar o fato de que existe a sua interpretação e existe a interpretação do cliente.

Se você não ampliar o seu nível de consciência, o seu trabalho ficará limitado ao seu conhecimento, dificultando assim elevar a consciência do cliente.

Quanto maior o seu nível de consciência, mais longe você conseguirá levar o seu cliente.

É preciso ampliar a sua inteligência intelectual, emocional e sistêmica. É como colocar um óculos, uma lente de aumento, que vai te ajudar a enxergar exatamente o que você precisa enxergar. Dessa forma, o trabalho com aquele cliente será ótimo.

Para isso, o investimento no seu crescimento pessoal não termina nunca. A cada constelação que fizer, você aprenderá mais e a sua capacidade de abstrair do campo as informações ocultas e subliminares vai aumentando.

> “Amplie a sua consciência.”

Informação verbal e não verbal

O cliente vai verbalizar a queixa e, quando ele faz isso, utiliza o hemisfério esquerdo para falar. Se o constelador ficar preso no que o cliente fala, provavelmente vai perder informações importantes.

Conforme você for aprofundando na questão através de perguntas, você deve perceber as reações corporais dele. Essas reações corporais virão do hemisfério direito que controla o sentir.

Muitas vezes o “blá-blá-blá” que o cliente traz de forma verbal tem a função de esconder um monte de informações importantes. Fique atento ao tom de voz que ele usa, se ele busca a resposta na cabeça, olhando para cima, ou se ele se emociona com a pergunta e busca a resposta no coração, olhando para baixo. Assim, você pode captar as informações de outras formas, além de ouvir o que o cliente fala.

Fazendo a pergunta certa, você começa a perceber como o cliente responde. Se é fácil, se é difícil, se ele foge da pergunta, se ele desqualifica aquela pergunta e assim por diante.

Para não se perder na história verbal do cliente, o constelador precisa aprender a intervir. Se você deixar, o cliente vai assumir o controle da constelação com aquele monte de histórias comoventes e pode atrapalhar o processo terapêutico.

No fundo, ele não quer olhar para a dor. Prefere ficar sofrendo com as historinhas.

Você vai sofrer junto com ele ou vai respirar fundo e procurar a raiz do problema, mesmo que seu cliente sinta dor e se emocione profundamente?

É importante saber que, quando ele se emociona, uma importante porta se abre para encontrar a raiz do problema. Não perca a oportunidade, explore essa brecha. Entre por essa porta e vá direto para a raiz do problema.

É comum o constelador se sentir constrangido ou sensibilizado com a dor do cliente, então muda de assunto, oferece água ou lenço de papel... Cuidado, deixe tudo isso perto do cliente, se ele precisar ele pega. Não atrapalhe o movimento sistêmico que está acontecendo.

Coerência

Algo importantíssimo para prestar atenção é: o que o cliente demonstra e fala é coerente com o que aparece na constelação?

Costumo dizer que as verdades são ressonantes e, quando o que foi dito diverge do que aparece na constelação, acredito sempre no que o campo mostra.

p

> Lembre-se:
>
> “Não acredite no que o cliente fala”
>
> (Fernando Freitas)

Geralmente o corpo do cliente e a constelação demonstram a mesma coisa. São informações ressonantes. Já o “blá-blá-blá”, aquilo que ele verbaliza, é a cabeça desconectada da realidade, inventando historinhas, explicações e justificativas.

Quando o cliente chega para atendimento, ele está muito machucado, em sofrimento mesmo. Para se proteger, ele se coloca em uma bolha de ilusão. Muitas vezes ele conta a história que ele deseja que seja a verdadeira, mas não é.

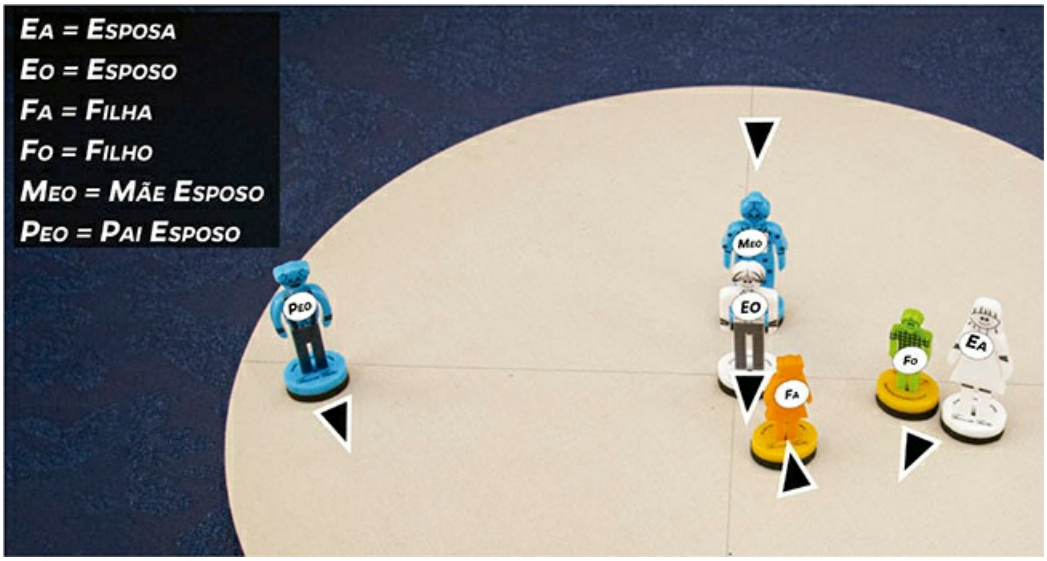
Ao trabalhar o hemisfério direito, e dando para o cliente os comandos necessários, orientação espacial e autorização para sentir, o constelador consegue guiar o cliente de forma adequada. Só assim terá respostas e reações que virão da alma e não da cabeça dele.

O melhor resultado virá quando o paciente sair da cabeça e da mente e acessar o coração e alma.

> “A mente... mente constantemente”

(Fernando Freitas)

Observe a constelação abaixo:



Quando o cliente traz uma questão familiar com pai, mãe, casal e filhos, ao posicionar os elementos, vai dizer para o terapeuta o que ele enxerga, o que sente e o que pensa sobre a queixa. Dali para frente, ele vai agir em cima disso, do que ele acredita.

O terapeuta precisa ler o sistema de acordo com o seu nível de consciência. Esperamos que o seu nível de consciência seja bem mais ampliado que o do cliente.

Fazer a leitura de uma constelação é como ler um texto em uma língua que o cliente não entende. Tem as letras, palavras, frases, parágrafos, capítulos, enfim, uma verdadeira história de livro. Cada letra é um elemento, todas juntas vão dando um sentido para o texto; da mesma forma os elementos vão entrando e vão dando um sentido na constelação.

Ao observar o sistema do cliente, precisamos ficar atentos às funções que aparecem sendo exercidas pelo cliente. Ele está no papel de marido, filho ou pai?

Constelando é possível analisar cada subsistema e assim observar algumas dinâmicas que aparecem.

Por exemplo: como ele exerce a função pai? Como ele lida com a sexualidade dele? Como é a relação dele com o passado? De quem ele está mais perto? De quem ele deveria estar mais perto? Onde está a criança do cliente? O que falta e o que está em excesso? Quem é mais importante?

É possível perceber padrões de funcionamento que vão se conectando com outras dinâmicas. Como se fosse um padrão mental, formando sinapses. Só ficando bem ligado ao todo da constelação, o terapeuta poderá fazer uma amarração do que foi dito com o que foi observado por ele, das reações do cliente às colocações e, finalmente, ao que a própria constelação revela.

Observando esses padrões, podemos ver qual o grau de ordem e desordem que acontece na vida do cliente. Vemos o indivíduo com ele mesmo, a relação dele com outras pessoas e a relação dele com o sistema e subsistemas.

Muitas vezes faço uma associação da vida com um mapa de estradas.

O que acontece com o indivíduo que, ao olhar para a vida, tem nas suas mãos um mapa que só mostra as estradas locais, próximas à sua cidade? Ele fica preso ali, sem ter como sair. Permanece frequentando os mesmos lugares, os mesmos caminhos e as mesmas aventuras. Essas estradas são construídas tendo como base uma visão equivocada, limitada, cheia de mentiras e de ilusões. O pior é que ele acha que aquilo é tudo que existe na vida.

Esse mapa está inadequado porque não mostra a realidade. Não mostra a imensidão dos caminhos que existem na vida. Ele limita a pessoa a ver apenas aquilo que conheceu durante sua vida.

Esse não é o caminho natural da vida. A vida tem uma imensidão de estradas, de possibilidades e aventuras. Se eu fosse você, trocava o mapa!

Você já assistiu ao filme *Show de Truman – O show da vida* (1998)? Ele fala disso, de quando uma pessoa acredita que a vida é só aquilo que ela conheceu. O filme retrata a vida de um pacato vendedor de seguros que leva uma vida simples com sua esposa Meryl Burbank. Porém, algumas coisas ao seu redor fazem com que ele passe a estranhar sua cidade, seus supostos amigos e até sua mulher. Após conhecer a misteriosa Lauren, ele fica intrigado e acaba descobrindo que toda sua vida foi monitorada por câmeras e transmitida em rede nacional. Ele passou uma vida inteira acreditando que a vida era só aquilo. Não tinha ideia de que existia algo além daquilo. Até os programas de TV eram maquiados para retratar o que eles queriam que o Truman acreditasse.

Fica aí uma boa dica de filme. Mas voltando para as constelações, tem muitas pessoas que vivem assim, dentro do que acreditam ser o “normal”. Assim como Truman, quando elas descobrem que a vida é algo muito maior e melhor do que o universo em que vivem, conseguem sair da “bolha” e conhecer um mundo inteiramente novo.

A constelação tem esse poder. Mostrar ao cliente aquilo que ele não consegue ver e dar a ele um novo referencial.



Capítulo 8

O ESSENCIAL NA CONSTELAÇÃO SISTÊMICA

Para tornar-se um constelador estruturado e estratégico, de ponta mesmo, é preciso trilhar um caminho. E como todo caminho, esse também tem um começo.

Para trilhar esse caminho, você precisa começar e dar o primeiro passo.

Primeiro você precisa se conhecer, se lapidar e ampliar sua própria consciência. Ser um constelador não é brincadeira. Envolve responsabilidade, pois vai transformar a vida de um ser humano. Depois você precisa conhecer profundamente a metodologia. Assim como na medicina, a constelação teve diferentes fases. Em alguns aspectos ela evoluiu, mas em outros ela foi negligenciada. A simplificação do trabalho, acreditando que “sua alma já viu”, acabou fazendo com que muitos desacreditassem neste trabalho.

Então faça o seu melhor para se tornar um constelador de ponta.

Saber por onde caminhar é o que vai te levar de um constelado iniciante a um constelador TOP. Nesse processo, estou aqui para te conduzir exatamente para esse lugar.

Constelar é como começar a falar uma língua estrangeira. Se você não estuda e não treina, você não aprende, não tem fluência. Tudo vai depender do seu nível de determinação e da sua motivação para aprender.

Portanto, agora eu vou dizer algo que é simples e óbvio, o essencial para você compreender essa jornada. Mas não se engane, muitas vezes o óbvio é o mais difícil!

Função e ordem

Função mãe:
cuidar de si mesmo(a), auto estima.

Função pai:
seguir para a vida, sexualidade e autonomia financeira.

Começo dizendo que pai e mãe não são seres humanos. Pai e mãe são funções. Os pais são seres humanos comuns com defeitos e qualidades, que fizeram a função materna e a função paterna. Eles fizeram o melhor que puderam, e o suficiente para que você estivesse aqui. Todos temos a função materna e a função paterna dentro de nós. Sabe por quê? Porque somos adultos.

Como pai, na função paterna, eu vou dar ao meu filho o que ele precisa naquele momento. O que ele precisa não é o que ele quer nem o que eu quero, é o que ele precisa para se tornar um adulto forte, potente e autônomo. Assim ele poderá seguir a sua própria missão de vida. Filho não é propriedade dos pais, filho é da vida!

A função materna e paterna deve ser exercida desde o momento em que os pais engravidam, passando pela gestação, nascimento, infância, adolescência e até esse filho fazer 18 anos.

Dos cinco aos dezoito anos, os pais deveriam ir passando a função pai e mãe para os filhos, aos poucos.

A função mãe vai ensinar o filho a se cuidar, se amar e se valorizar. A função mãe é responsável pela autoestima do filho. Primeiro ela deixa o filho se cuidar sozinho, tomar banho, escolher a roupa que vai vestir, etc. Com o tempo, a mãe permite que ele tenha seus próprios pensamentos. Ela vai validando o filho, elogiando suas escolhas e suas conquistas.

A função pai vai ensinar o filho a se aventurar na vida, arriscar e conquistar fora de casa. A função paterna é responsável por fazer o filho seguir para a vida. Primeiro, ele deixa o filho dormir na casa do amigo; depois passar um final de semana na casa dos avós, depois as férias no acampamento da escola, enfim… Ele diz para o filho:

Aventure-se (função paterna)
em segurança (função materna).

Um adulto saudável sabe dar amor paterno e materno, independentemente do gênero.

Os pais devem passar o bastão, passar a função materna e paterna para os filhos quando eles fazem 18 anos. Afinal, a partir dessa idade eles já vão para a vida sozinhos. Precisam aprender a tomar decisões e pagam os preços por seus atos e escolhas.

Para que isso aconteça com naturalidade, os pais deveriam comemorar a cada ano de vida dos filhos, não mais um ano de vida, mas sim menos um ano que eles ficarão na casa dos pais. Depois disso, eles precisam nascer para a vida.

Agora, para ajudar uma pessoa com a ferramenta da constelação, você precisa conhecer o que é saudável e saber como as *Leis Sistêmicas* são fundamentais para colocar ordem nas funções.

Na imagem abaixo, coloco uma representação básica de um sistema familiar saudável.



O que você deve observar durante a constelação para levar o cliente a desejar um sistema mais saudável do que ele tem? Vamos lá:

Sistemas e subsistemas

1 – Orientação da energia

Você deve estar se perguntando: como consigo ver a energia do campo? Observando cada movimento durante a montagem da constelação, vendo quem é o centro das atenções e se o fluxo do amor da família está fluindo do passado para o futuro ou vice versa.

A energia do campo não é para se ver, mas para sentir. Quando a constelação fica na cabeça, o cliente busca as respostas no pensamento, e não no coração e no sentimento, então a energia não flui. É assim na vida do cliente também. Muitas vezes a constelação é o instrumento que vai conseguir tocar a alma do cliente e fazer com que ele sinta, se emocione e se abra para o novo.

Quem busca as respostas na cabeça não está aberto ao novo e sim ao conhecido. Acontece que as respostas que os clientes buscam estão exatamente no desconhecido.

2 – Relação entre adultos

Na constelação fica fácil ver se o cliente posiciona os elementos como adulto ou criança. Na forma como posiciona ela e o parceiro, ou ele e a parceira, dá para saber se colocou como adulto ou criança.

Por exemplo: um na frente do outro e se olhando, geralmente é posição de criança buscando no outro a mãe. Se posicionar entre os pais ou olhando para o passado, também é postura de criança, pois um adulto certamente se direciona para a vida.

O importante é você ficar atento para as formações que aparecem nos subsistemas e integrar com o que acontece no sistema. Olhar só para um ou só para o outro vai tirar seu foco do todo.

3 – Avaliar cada elemento e sua função

Durante a constelação, fique atento para entender qual a função que aquele elemento exerce. Você pode perguntar: quem cuidou de quem? Sua mãe cuidou de você ou você cuidou dela?

Isso se aplica não apenas a filhos que cuidam de pais idosos, absolutamente. Muitas vezes é a criança que cuida da mãe, fica com pena de seu sofrimento, toma as dores dela em relação a traições.

Outra coisa comum de se ver nas constelações individuais é quando o pai e a filha formam um casal, e a mãe fica de lado, ou a mãe e o filho formam o casal e o pai fica de lado. Outras vezes, na família os casais são mãe e filho, e pai e filha. Você já sabe que isso é a base para os indivíduos se transformarem em filhinho da mamãe e filhinha do papai.

Também entre irmãos, essa dinâmica de um elemento ficar no lugar do outro é muito comum. Os filhos/as ficam na função de cuidar dos irmãos mais novos.

Existem várias situações a serem observadas neste aspecto.

4 – Ordem nas funções

Depois de avaliar cada elemento e em que função está na constelação, é preciso colocar ordem. Se isso não acontecer, se o constelador deixar passar o fato de as funções estarem em desordem, o resultado final da constelação pode ficar prejudicado.

Por isso eu já disse que o constelador não deve usar seus referenciais pessoais, “normais”, para conduzir uma constelação e sim usar as *Leis Sistêmicas* para colocar ordem.

Ao colocar ordem nas funções, o cliente sente um alívio, como se fosse autorizado a ficar na sua real função.

Eu costumo colocar o adulto do cliente falando para os pais: “Queridos pais, eu sou apenas seu filho” (ou “sua filha”). Essa fala dá um grande alívio para o sistema.

No caso de um casal, por exemplo: “Querido marido, eu não sou sua mãe, eu sou apenas a sua esposa”.

Acontece que o constelador só conseguirá colocar ordem nas funções se ele perceber e pontuar que o cliente ou os outros elementos do sistema estão fora de ordem. Se o constelador deixar passar batido, provavelmente o cliente vai continuar agindo fora de ordem.

Interação dos subsistemas

Agora vou falar sobre a interação que um subsistema exerce sobre o outro. Preciso observar o que faz parte daquele subsistema e quem ficou de fora. Qual o objetivo de deixar um determinado elemento fora do subsistema.

Vou pontuar algumas situações específicas para você perceber a importância de não ignorar essa interação ou exclusão dos subsistemas. Para te ajudar nessa pesquisa, siga esse raciocínio.

Relação com a família atual.

Relação com a família de origem.

Onde fica cada elemento?

Para onde cada elemento está direcionado?

Quem está mais perto do passado e do futuro?

Onde ficam os objetivos de vida?

Uma vez posicionado e bem avaliado, é possível começar uma análise mais profunda do que está por trás desse posicionamento. Comece fazendo a seguinte análise:

As leis dos sistemas estão presentes e em ordem?

Quais são os referenciais? De onde vieram?

Eles são saudáveis ou doentios?

É fundamental incorporar todo esse conhecimento e ter a humildade de saber que não vamos conseguir ver tudo. Só assim, buscamos sempre melhorar e aperfeiçoar para ampliar cada vez mais nosso nível de consciência.

Essa fase da constelação é de fundamental importância, pois através dessa análise do campo, como o cliente posicionou, o constelador vai conduzir para a solução.

Ao perceber como ele vê as dinâmicas familiares, como ele interage com os diferentes sistemas e quais são seus referenciais de vida, você poderá compreender e trazer à tona a verdadeira raiz dos problemas do cliente.

QUE NÍVEL DE CONSTELADOR
VOCÊ QUER SER?

A força do diagnóstico

Agora que você já compreendeu o que é saudável, tudo que for doentio você será capaz de identificar rapidamente. Para isso fique bem ligado nessas questões:

Onde está o problema?

Qual é a origem do problema?

Em que fase da vida o cliente enroscou?

É muito importante que você não confunda seus referenciais querendo que eles sejam o ideal e saudável para os seus clientes. Pondero que, para se tornar um constelador ou mesmo um terapeuta, você precisa estar com a sua vida em ordem, ou pelo menos no controle da sua criança.

Muitos terapeutas, ao invés de fazerem uma reverência à vida e às *Leis do Sistema*, acabam adaptando tudo isso para o jeito que eles vivem e enxergam a vida.

Acreditar que você não tem problemas, que sua família é perfeita e que o normal é como eles te criaram, pode levar o cliente a uma verdadeira armadilha. O pior é que se você estiver identificado com o problema do cliente, não vai conseguir ver o real problema. Se não consegue ver o problema, também não conseguirá conduzir o cliente para uma solução saudável. Cuidado, porque pode gerar um problema seríssimo!

Se você consegue definir o que é saudável e consegue enxergar os referenciais doentios do seu cliente, utilizando as leis naturais da vida e do sistema, você conseguirá conduzir a constelação para uma solução possível e saudável.

Para que essas questões te ajudem na conduta de uma constelação, você deve ficar atento a todas elas, pois irão te conduzir a um diagnóstico preciso e uma solução adequada.

Quais referenciais o cliente tem?

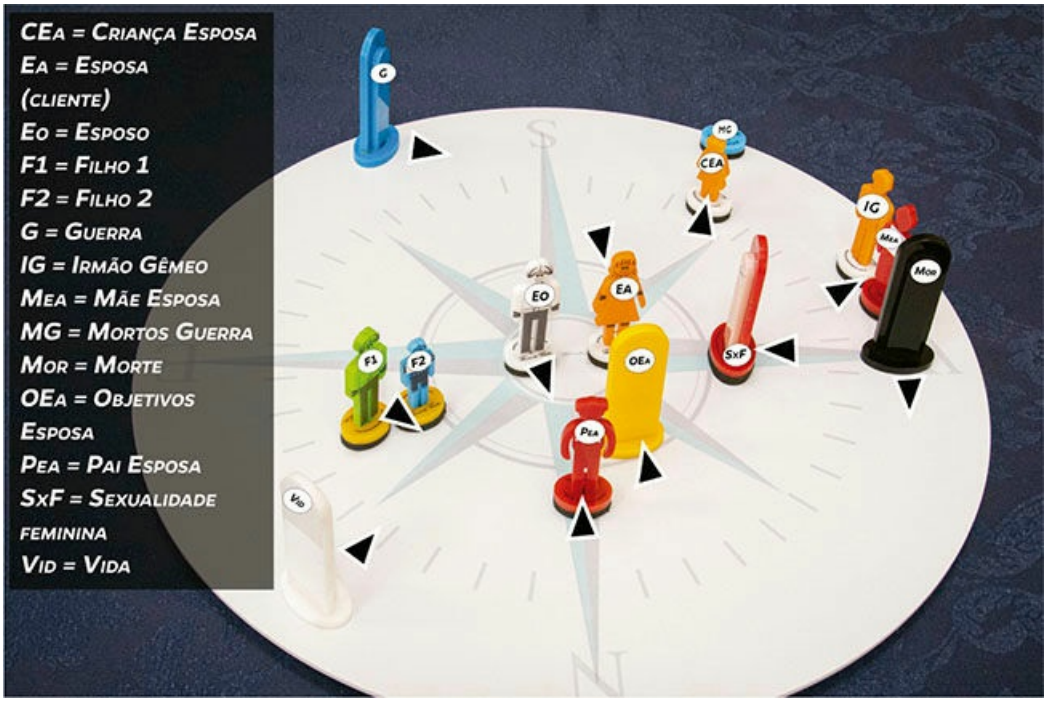
Quais referências você tem?

Quais são os referenciais
da família de origem e da atual?

Qual é a prioridade?
A família de origem ou a atual?

A PRIORIDADE É A FAMÍLIA ATUAL.
A FORÇA MAIOR VEM DA FAMÍLIA DE ORIGEM, QUE ORIENTA O SISTEMA PARA A VIDA.

Para deixar ainda mais claro, vou colocar uma imagem e vamos juntos nessa jornada de análise e busca de um diagnóstico preciso.



Observar os pontos de referência
que enquadram o campo.

Atenção para a posição, distância e direcionamento do elemento no campo.

Fique atento ao significado das funções
para o cliente.

Qual deveria ser o significado
dessas funções para o terapeuta?

Qual deveria ser o significado
dessas funções para a vida?

Qual seria o melhor cenário para
colocar ordem nessa constelação?

O TERAPEUTA SÓ LEVA O CLIENTE
ATÉ ONDE ELE JÁ FOI.



Capítulo 9

REFERENCIAIS SAUDÁVEIS PARA DIAGNÓSTICOS PRECISOS

O diagnóstico efetivo e a arte de encontrar o problema principal

Diagnóstico

Essa é uma parte fundamental para saber qual tratamento você vai indicar para o cliente, como você vai trabalhar e como colocar ordem no sistema.

Se você não sabe onde está e para onde deve ir, você não saberá os caminhos mais eficientes para aquele cliente e ficará perdido diante das confusões que vão aparecendo no sistema.

Para aprofundar a pesquisa e fazer um diagnóstico preciso, é essencial falarmos sobre contrato.

Aquilo que o cliente vai trazer é o que ele tem consciência. No fundo, serve para esconder o verdadeiro problema.

Esses problemas têm a função de proteger a criança do cliente da dor da realidade. Mas se o problema primário não for acessado, não haverá resultados satisfatórios.

Em todas as sessões eu explico isso para o cliente, que aquela queixa vai servir como um “start” para aprofundar e trazer outras questões complexas. Esse problema primário está relacionado com um trauma emocional importante do passado, da infância e da família de origem.

Explicando essa dinâmica para o cliente, estou dando um direcionamento de qual é o objetivo do nosso encontro e o que é que eu vou fazer.

Você precisa saber o que o cliente quer ver.

Será que ele quer ver ilusão ou realidade? E onde você vai entrar nessa dinâmica, na ilusão do cliente ou vai trazê-lo para a realidade?

Se você ficar limitado ao nível de consciência do cliente, você não enxergará além.

Imagine que a consciência do cliente é um poste de luz iluminando apenas um local e o cliente busca as suas respostas ali onde está iluminado. Mas as respostas estão no ponto mais escuro.

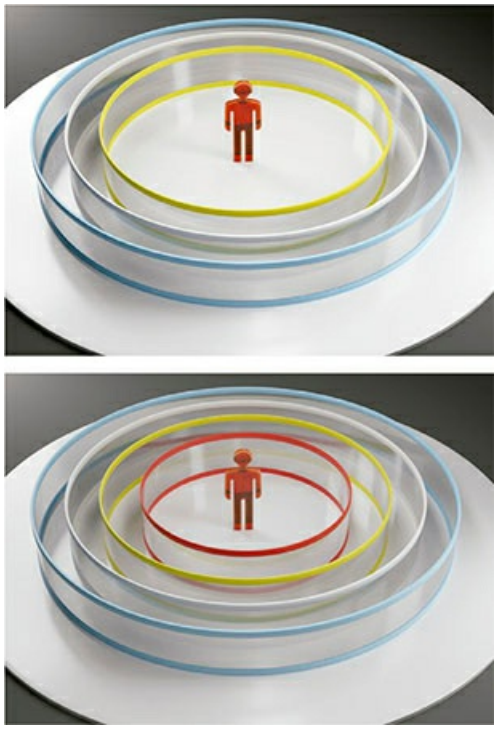
Você, terapeuta, tem a função de trazer luz aos locais mais escuros e ajudar esse cliente a ampliar sua visão.

Esse contrato inicial eu faço com o adulto do cliente. Eu converso diretamente com ele. É importante, pois isso vai preparar o cliente para enxergar coisas diferentes e, muitas vezes, difíceis. É importante que ele saiba que a luz vai além do que foi capaz de enxergar até agora, e que é um processo para o adulto encarar a realidade. Por isso, eu sempre pergunto para meus clientes até onde ele está disposto a ir, porque se ele me responde que não está disposto, nós nem damos continuidade à sessão.

Acessar o adulto do cliente e trazê-lo para essa realidade é fundamental para avançar no processo terapêutico com respeito, consciência e resolutividade.

Os níveis de consciência e os ciclos de vida

Como já mencionei, cada cliente vem com um nível de consciência e é por isso que ele tem uma série de problemas.



Podemos chamar o nível de consciência de *Ciclos de Vida*.

Se o cliente está preso em determinado ciclo, a solução para aquela questão está no próximo ciclo, na próxima etapa da vida. Por isso ele fica sendo torturado com as mesmas questões, sem conseguir resolver.

Se você tem a noção e compreende que existem vários ciclos de vida, você como constelador poderá fazer um diagnóstico. Em que ciclo aquele cliente está travado e o que o faz ficar

prisioneiro naquela fase? O que impede o cliente de seguir? Fidelidade à família de origem? Impotência? Crenças limitantes?

Vou dar um exemplo do que seria avançar de forma saudável e natural nos ciclos da vida.

Ciclos da Vida

Gravidez

Nascimento no colo da mãe,
primeiro contato com a vida.

Interação com o pai, o diferente da mãe.

Interação com a família, irmãos, avós, etc.

Interação com crianças diferentes da família.

Casal de jovens se conhecendo.

Casamento

Gravidez e continuidade.

Então, a sequência saudável de evolução dos ciclos deveria ser simples.

Os pais engravidam, comemoram a nova vida que vai chegar, fazem os preparativos para o parto.

Depois de nove meses o filho nasce, sai de um ciclo intraútero para explorar o novo ciclo. É acolhido pela mãe, deixa de receber o alimento pelo cordão umbilical e aprende a respirar e a mamar no peito. Faz contato com a mãe de uma forma diferente.

Conhece o pai, que é diferente da mãe, mas que também esteve presente, garantindo a segurança dela na gestação. Do colo da mãe vai para o colo do pai e sente seu amor.

Chega em casa e é apresentado para a família, avós, tios e irmãos. Começa a ocupar um novo espaço naquela família. Aprende a conviver e a respeitar o espaço dos outros.

Encontra na vida outras crianças diferentes, vindas de outras famílias. Começa a se identificar com quem tem mais afinidades e se tornam amigos.

No meio desses amigos ou em outros sistemas, conhece uma pessoa especial, com quem inicia uma relação mais íntima, já com interesses diferentes daqueles dos amigos. Descobre a sexualidade.

Deseja se conectar com essa pessoa especial e faz planos de um compromisso mais sério ou de casamento.

Fruto do amor dos dois, eles engravidam e assim dão continuidade à família. Dessa forma o fluxo saudável do amor da família segue para a vida.

Era para ser simples assim, mas eu te pergunto: Será que a sua vida foi assim? Será que a vida do seu cliente foi assim? Provavelmente não, né?

Caminho natural e os ciclos da vida

Cada ciclo de vida é um subsistema. Conforme crescemos e evoluímos, esses ciclos de vida vão se ampliando. Passamos a perceber que existem muitas possibilidades e que o mundo é maior do que imaginávamos. A vida ganha uma dimensão cada vez maior.

> “Em que ciclo de vida você está parado?”
>
> “Em que ciclo de vida você deveria estar?”

Onde há conflito e dificuldade para avançar para o próximo ciclo, procure uma situação traumática que está aprisionando o cliente. Os anos passam, as coisas acontecem, mas, emocionalmente, intelectualmente, sistemicamente, o cliente pode estar preso naquele ciclo e com uma visão restrita da realidade.

A possibilidade de ampliar esses sistemas nos provoca uma sensação de LIBERDADE. Para se sentir livre, é preciso deixar os ciclos antigos para trás e seguir em direção ao novo, ao desconhecido e à vida. Para isso, precisamos ir avançando de um ciclo para o outro. Quando você avança, amplia a consciência, amplia a sua visão de realidade.

> “A sua vida é do tamanho
> que você enxerga.”

Nós passamos por vários níveis de vida. A cada nível, ampliamos a consciência. Mas se ficarmos presos em algum nível, a tendência é involuir, regredir e ficar para trás.

A história da vida

Tudo começa com o desejo.

O desejo de materializar o amor de um casal. Esse amor deve crescer de tal modo que uma hora começa a aparecer o desejo de ter filhos.

Mundo interno da mãe – Simbiose

Dentro do útero da mulher, o feto sente que aquele lugar representa o mundo. A mãe é o referencial de vida para o feto. Ele depende dela em todos os sentidos. Dentro dela ele é gerado, no encontro do espermatozoide com o óvulo. Dentro dela ele começa sua jornada de vida, da trompa de falópio até o endométrio do útero. Sob todas as emoções dessa mulher esse feto se desenvolve.

Ele sente o útero como um abrigo e é capaz de perceber se o ambiente uterino é saudável e acolhedor ou frio e perigoso. Durante nove meses, o feto evolui dentro da mãe. Ele atravessa por diferentes fases de crescimento e é capaz de sentir a energia do amor que chega nele.

Ao final de nove meses, se sentindo cuidado e acolhido pela mãe, percebe que precisa tomar uma decisão. A decisão mais importante da sua vida. Sair de um lugar conhecido e se aventurar por um caminho desafiador.

Vencer a maratona da vida significa passar por um canal estreito, uma missão quase impossível para um feto de aproximadamente 3,5kg. Ele não tem escolha. Se ficar ali mais tempo, ele morre. Tanto o espaço quanto o aporte de oxigênio estão acabando. Imagine que um feto toma a sua primeira decisão e como ela é desafiadora. Ele deixará de viver na água para viver na gravidade, deixará de receber passivamente o alimento para se esforçar na sucção e retirar o leite da mama da mãe.

Mundo externo da mãe – Conexão

Dentro da mãe existe uma simbiose, os dois são um só. Fora da mãe eles são dois, mas conectados através da lactação. Ele se desliga da mãe através do corte do cordão umbilical e se reconecta com ela através da lactação.

Depois que esse bebê nasce, e conforme vai crescendo, ele vai se distanciando da mãe e a visão dessa criança amplia.

Agora, o modelo dessa criança é o mundo externo da mãe. A relação que essa mãe tem com a vida será o referencial que ele terá para se relacionar.

A vida além do universo materno – Pai

A próxima evolução é quando a criança observa que, além da mãe, existe o pai. Essa fase é fundamental para o mundo adulto, é quando a criança conhece o amor diferente da mãe.

Agora, a criança tem dois referenciais importantes: a mãe e o pai. A criança passa a observar que a mãe e o pai se amam. Então ela aprende que existe a relação dos pais com ela e a relação do homem e da mulher. Ela sente que se a mãe ama o pai e ele é diferente dela, a criança também pode amar alguém diferente da mãe. No caso, o pai e outras pessoas de fora da família. Isso é determinante para que esse indivíduo, um dia, se relacione também.

Aqui a criança passa a ter noção de passado, presente e futuro. Ela entra em contato com o que são projetos de vida, o que é o mundo do adulto e o mundo da criança.

Tudo isso é fundamental para que essa criança comece a desenvolver o adulto e ganhe individualidade. Ela começa a desenvolver sua sexualidade.

Na fase em que a criança se desenvolve dentro do "útero dos pais", além de aprender a amar o diferente, sentir que existe uma relação de homem e mulher que se relacionam, ela também recebe dos pais a função pai e mãe.

Esse processo acontece progressivamente até os seus dezoito anos.

Costumo dizer que, nesse período, os pais devem comemorar a cada aniversário, um ano a menos que o filho ficará dentro do "útero dos pais". Assim ele estará pronto para nascer para a vida.

Partindo da família para a vida

Nessa nova fase da vida, longe dos pais e tomando suas próprias decisões, o filho recebe dos pais a autorização para se aventurar em segurança.

Agora, ele internaliza as funções pai e mãe e, como adulto, cuida da sua própria criança, levando-a em direção ao futuro. Ele não sabe tudo, ainda não tem autonomia financeira e está em desenvolvimento.

Quando os pais acreditam e validam a decisão do filho de seguir, eles recebem o presente mais importante da vida. A certeza de que os pais fizeram o suficiente e confiam que ele será capaz de se cuidar e ter sucesso.

Integração dos caminhos na vida

No mundo adulto existem dois caminhos importantíssimos que trabalham integrados.

Caminho afetivo familiar

No seu crescimento, saindo do universo familiar para buscar lá fora uma nova família, o jovem encontra alguém para montar sua própria família. Ele se casa, tem filhos, netos e assim por diante. Essa é a forma saudável de dar continuidade à família.

Caminho profissional

No caminho para a vida, ele encontra algo para fazer que lhe dá prazer e, assim, tem uma profissão. Adquire autonomia financeira, tem projetos pessoais e segue para uma jornada de crescimento pessoal e de independência.

Integração dos dois caminhos

Da energia dos projetos profissionais de cada um, o casal encontra um ponto em comum. Respeitando o caminho profissional do outro e ele respeitando os meus, juntos colocamos energia nos projetos do casal em comum.

As etapas dos ciclos de vida e as cinco fases de desenvolvimento

Basicamente, existem duas etapas importantes: a função materna e a função paterna. No fundo, elas representam a evolução que você teve no mundo infantil.

Se esse processo foi simples e natural quando você era criança, será mais simples e natural ir para a vida adulta.

Em cada uma dessas duas etapas passamos por cinco fases:

1. acolhimento
2. movimentação
3. exploração
4. aplicação
5. seguir em frente

Primeira etapa – Função materna:

Quando começamos uma fase nova de vida, entramos nela como se fossemos um bebê. Precisamos de segurança, acolhimento e cuidado nesse novo ciclo. Essas necessidades estão relacionadas com a mãe. Nessa fase, você é passivo.

Com o tempo, conforme vai ganhando segurança, vem um desejo natural de explorar o que tem além dos limites da segurança.

Segunda etapa – Função paterna:

Na segunda fase do ciclo, já estamos nos sentindo habituados e seguros, temos vontade de explorar os limites daquele ciclo. Ao explorar e me aventurar na vida, vou adquirir conhecimentos que ficam gravados na alma. Dessa forma há uma compreensão sobre aquele ciclo.

Depois de aprender a explorar, compreender e aplicar os conhecimentos, estamos prontos para a próxima etapa. Já aprendemos o suficiente e precisamos seguir em frente.

Com as duas funções internalizadas, tenho o suficiente para seguir essa jornada até o próximo ciclo. Nesse próximo ciclo, toda essa dinâmica vai se repetir e assim a vida segue.

Dependendo de nossos modelos na infância, em relação a mudanças de ciclos, padronizamos uma forma de funcionar e atuamos como um reflexo do que aconteceu na infância.

Se eu tive um modelo adequado, fui autorizado e abençoado a seguir para a vida, essa transição é tranquila.

Mas, sabemos que há muitas famílias disfuncionais que não passam esse modelo adequado para os filhos. Inclusive a sua e a minha!

Ao identificarmos esse padrão, tanto nos clientes quanto em nós mesmos, fica muito mais fácil fazer um diagnóstico de onde vem essa trava para seguir em frente.

Quando ficamos fiéis aos modelos infantis, não conseguimos evoluir de ciclo e a vida passa a ser uma prisão.

Uma pessoa nessa situação pode ter duas reações: se submete a ela ou se rebela contra ela.

Chamo isso de criança adaptada submissa e criança adaptada rebelde.

Nesse caso, o submisso e o rebelde tem algo em comum: os dois continuam presos no sistema. Eles são também os dois lados da mesma moeda.



O ideal é ficar no mundo adulto, que recebe do sistema o que é bom e faz sentido e deixar no passado aquilo que não serve. O adulto recebe, mas coloca limites.

As dinâmicas saudáveis na vida

Recapitulando, falei sobre os vários ciclos de vida, como fazer para mudar de uma fase para outra, o que atrapalha a evolução de um ciclo de vida para o outro, o que favorece e o que atrapalha a evolução, e quais são as dinâmicas doentias que se manifestam nesse processo.

Agora darei ênfase no que é saudável, para que fique bem gravado na sua alma e você consiga internalizar esse conhecimento. Compreendendo o que é saudável, fica muito mais fácil reconhecer o que é doentio!

Fase do namoro e casamento

A fase do namoro começa quando o jovem entra em contato com a sexualidade e começa a sentir um impulso de sair da família de origem para buscar fora uma pessoa diferente.

Esse encontro deve acontecer entre dois adultos que se sentem atraídos e começam a se conhecer. No caso de encontrarem afinidades que os aproximam, tem início um relacionamento e depois descobrem que sentem amor um pelo outro. Nessa fase eles estão se conhecendo.

Frequentemente quando eu pergunto, nas constelações, para que se casaram, é exatamente para verificar se o processo aconteceu de forma saudável ou doentio.

Por exemplo, se um casal se conheceu e, depois de um mês, já fugiram ou foram morar juntos, é possível imaginar que algo não aconteceu de forma saudável. Por outro lado, se eles ficaram noivos por dez anos, antes de finalmente se casarem, isso também chama a atenção e parece doentio.

O tempo ideal para um casal se conhecer a ponto de dizer que se amam e querem seguir juntos na jornada de vida deve ser de pelo menos nove meses. Mesmo assim, muitas vezes descobrimos depois desse tempo que aquela pessoa não é aquilo que parecia ser. Imagine em um mês.

Depois de se conhecerem e se elegerem para essa parceria de vida, eles se casam, caminham juntos para a vida e constroem um futuro. Nessa fase, eles olham na mesma direção.

Construir um casamento não é simplesmente dividir a mesma cama e morar na mesma casa. É compartilhar sonhos, ser parceiro de projetos e principalmente estar disposto a construir uma relação sólida.

Integração dos referenciais de cada um

Depois de definirem uma relação, o casal precisa integrar os referenciais de suas famílias de origem, na nova família que surge. Dessa forma, pegam aquilo que faz sentido e o que é saudável para essa nova família, deixam no passado aquilo que não faz sentido e preparam uma nova base, construindo referenciais mais saudáveis. É exatamente isso que promove uma melhoria nas próximas gerações. Isso eu chamo de *evolução da família*.

Para que esse processo aconteça naturalmente, a família de origem precisa autorizar que os descendentes caminhem em direção ao futuro, levando tudo de bom que aprenderam, sem precisar carregar os problemas da família de origem.

Filhos

Como já disse antes, os filhos devem vir do excesso do amor do casal e não para preencher um vazio deles. Assim, pelo excesso de amor dos dois e desejo de dar continuidade à família, nasce uma criança, e através dela a família segue em direção à vida.

No primeiro momento, quando nasce, essa criança fica no campo da mãe. Conforme cresce, naturalmente vai para o campo do pai. Na sua evolução, fica cada vez mais distante dos pais e isso é um distanciamento saudável.

Depois de receber o amor da mãe e do pai, essa criança se afasta mais para fazer a identificação de gênero.

Se a criança for um menino, ela se mantém no campo do pai e segue para a vida. Se for uma menina, após passar pelo campo do pai, ela retorna ao campo da mãe, mantendo sempre uma distância saudável.

Assim, a criança vai tornando um adulto. Ela passa a enxergar que os pais não são apenas pais. Eles são também um homem e uma mulher e que há uma força muito maior que une os dois, e essa força é a sexualidade. Essa é a força maior do casal, não são os filhos. É importante pontuar que sexualidade não é sexo, é uma energia de vida que impulsiona em direção à vida, secciona da família de origem e dá força para gerar descendentes.

Além dessa percepção de casal, a criança começa a ver que existe o lado criança e o lado adulto dos pais. Ela observa que o casamento é feito de dois adultos e que cada adulto cuida da sua criança interior.

Conforme essa criança cresce, vira adolescente e adulto, ela percebe que é capaz de cuidar da sua própria criança e seguir para a vida. Assim, ela segue a dinâmica saudável dos pais.

Esse filho, agora integrado com o mundo adulto, tem autorização para buscar a sexualidade e a autonomia financeira lá fora e com a companhia de uma parceira diferente dos membros da família de origem.



Capítulo 10

PROBLEMAS X REFERENCIAIS DOENTIOS

A constelação revela, o constelador lê

Constelação é uma ferramenta extremamente eficiente nos processos terapêuticos que envolvem a sistêmica. Acontece que, analisar uma constelação é fazer uma leitura da dinâmica do cliente e do seu campo morfogenético. Nesse sentido, é importante saber qual é a capacidade do constelador de ler o que acontece na constelação.

Existe uma crença difundida por quase todos os consteladores, de que a constelação mostra tudo, portanto, não é necessário saber.

Isso é uma ilusão, uma emboscada. É a mesma dinâmica de buscar o segredo da felicidade em um livro escrito em chinês, por exemplo. O segredo está lá, revelado no livro. Mas se você não sabe chinês, não adianta absolutamente nada.

Por isso eu insisto e repito: alguns conceitos são fundamentais para que você consiga aprender a ler e praticar essa leitura. Quanto mais você pratica, mais fácil fica fazer essa leitura. Agora imagine se você não sabe ler ou falar uma outra língua e confunde essa leitura. Por exemplo, em inglês você pode perguntar: “How many years do you have?” (quantos anos você tem?) ou você pode perguntar: “How many ears do you have?” (quantas orelhas você tem?).

> How many years do you have?
> (quantos anos você tem?)
> How many ears do you have?
> (quantas orelhas você tem?)

Na constelação é semelhante. Se você faz uma pergunta e o cliente responde, você precisa estar bem atento e treinado para não confundir ou interpretar a resposta de forma equivocada. Como já disse, se o constelador ficar identificado com o problema do cliente, ele provavelmente não vai perceber as nuances do problema e vai passar batido.

É extremamente necessário estar claro o que é saudável em um sistema, saber com segurança quais elementos colocar e que passos dar em seguida. É preciso ler o campo, saber interpretar as informações que ele traz e conduzir o cliente para enxergar a dinâmica doentia. Não basta que o constelador veja e compreenda a dinâmica; o cliente precisa ver e esse é o pulo do gato.

É preciso manter o foco no que o cliente precisa ver e não no que ele quer ver. O foco é o que amplia a consciência, mas é necessário compreender o limite de cada um. O seu cliente tem um limite, e você também tem o seu.

> Existe o limite do cliente,
> do constelador e da técnica.
> Reconhecer esses limites é umas
> das principais coisas para te tornar um excelente constelador.

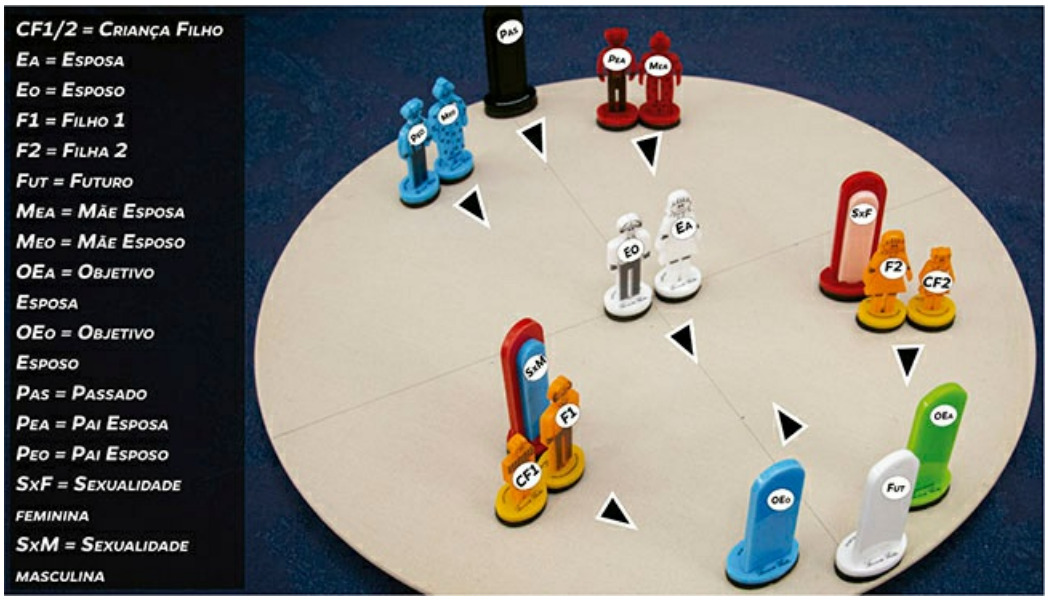
É importante colocar objetivos nessa constelação, saber qual é o caminho que você deve conduzir para descobrir os verdadeiros problemas, a origem e a solução.

Emaranhamentos – Casal

Os emaranhamentos são muito comuns nas constelações. Saber identificar que está acontecendo um emaranhamento vai ajudar a colocar ordem no sistema de forma mais rápida e efetiva. Vou começar falando de emaranhamentos de casal.

Para te ajudar a ver os emaranhamentos, vou deixar claro o que é saudável. Assim, qualquer dinâmica que fugir disso pode ser um emaranhamento.

Abaixo segue um modelo saudável de casal.



O casal está no centro do campo, representado pelos elementos brancos. Você pode ver que cada um cuida da sua criança.

Nesse caso, o posicionamento mais saudável e adequado é um ao lado do outro, olhando para a vida. O homem à direita (lado ativo – agir) e a mulher à esquerda (lado passivo – sentir).

Eles olham para o futuro, para os objetivos de vida de cada um e para os objetivos em comum dos dois. No futuro, eles buscam autonomia financeira e realização profissional.

O casal é impulsionado pela sexualidade. Lembre-se de que a sexualidade colocada no campo dá uma importante informação sobre a dinâmica da relação. Nunca deixe de colocá-la. Assim, o lugar adequado para colocar a sexualidade do casal é justamente atrás deles, seccionando da família de origem e impulsionando-os para a vida.

Os pais estão mais próximos do passado, representando a ancestralidade.

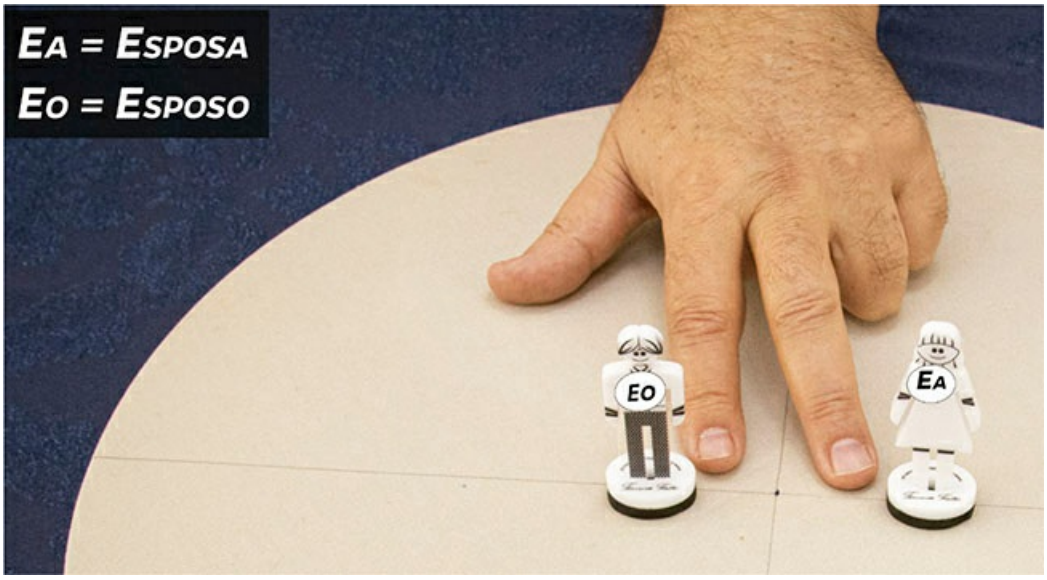
Os filhos estão mais próximos da vida. Quando crianças, estão olhando para os pais, para aprender com eles a olhar para vida, para aprender como eles se relacionarem como homem e mulher.

Depois de adultos, se viram para vida, cada um cuidando da sua criança interna. Aqui eles saem da frente dos pais, pois seus objetivos de vida são outros, não os dos pais.

Quando os filhos saem da frente, os pais estão livres para continuar sua jornada de vida e buscar novos projetos em comum que não são os filhos.

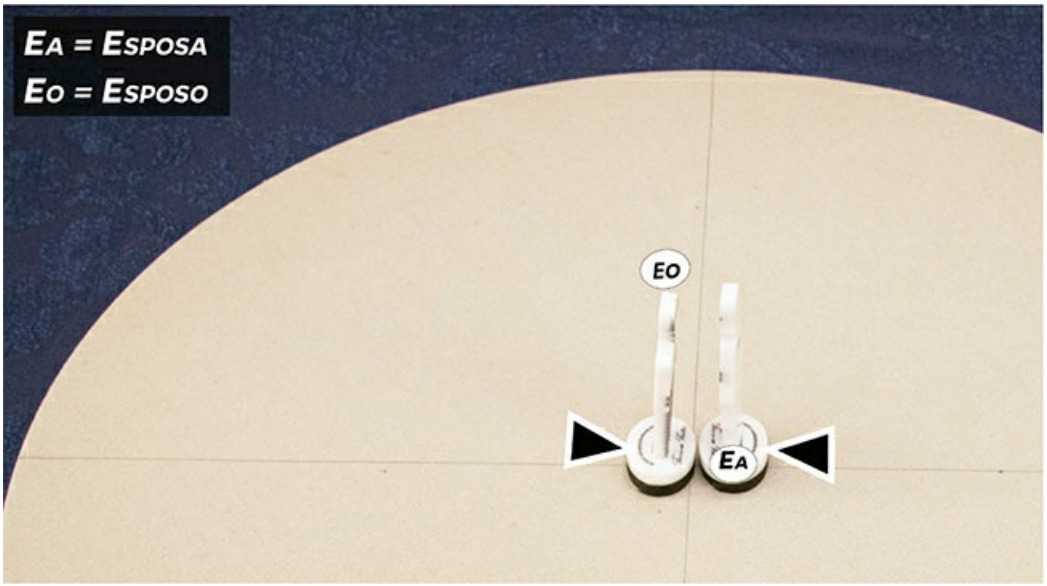
Posicionamentos doentios

Vazio



Quando o casal deixa um espaço vazio entre eles, atenção, existe uma dinâmica doentia. O que pode acontecer nesses casos é um filho entrar nesse lugar para segurar o pai e a mãe juntos, porém ele separa o homem da mulher.

Confronto



O posicionamento do casal nessa imagem reflete um confronto entre eles. Também pode significar que um está infantil, buscando no outro alguém para preencher o vazio de mãe. Fique atento à distância, pois se colocar muito próximo como na figura, está mais para confronto mesmo.

Tem uma outra forma de ler esse posicionamento, que é a simbiose: quando o casal é tão simbiótico que nem olha para os filhos, só olha um para o outro.

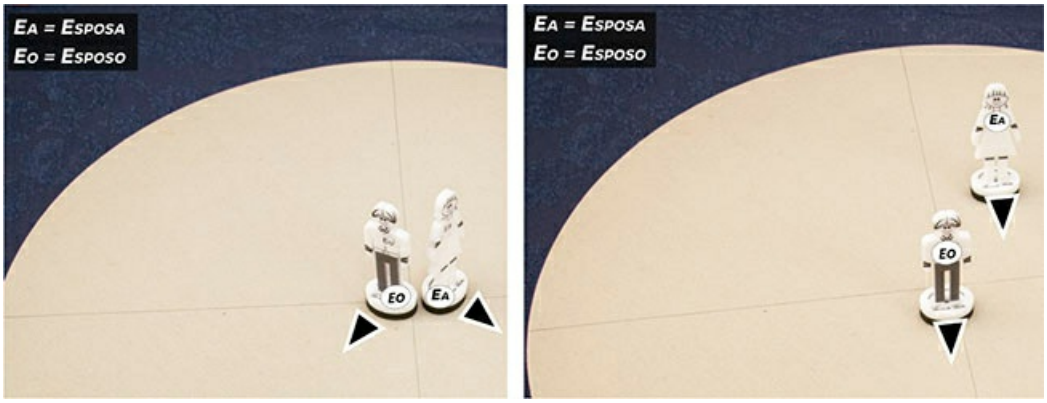
Adulto ou criança

Quem está na frente, quem está atrás e para onde estão direcionados?

O casal caminha junto?

É um posicionamento saudável?

Cada situação mostra uma dinâmica diferente. Sabendo o que é o saudável, é possível identificar com facilidade o que é doentio. Só de ver como o cliente se posiciona em relação ao outro, é possível ver claramente como é essa relação.



Agora, e se colocarmos a criança de cada um? Observe: Quem olha para a criança de quem? Quem cuida da sua própria criança? Quem casou foi o adulto ou a criança? Enfim, é possível ver várias outras dinâmicas.

Quando a criança de um fica entre dois adultos, isso significa que o adulto de um está casado com a criança do outro. Algumas vezes são as crianças dos dois que estão se relacionando, e não os adultos.

Por fim, preste muita atenção se os representantes dos clientes estão conectados ou desconectados da sua criança interna. Algumas pessoas colocam a criança interna na morte ou ao lado da mãe.

Como a criança interna é um elemento importante para a solução da constelação, eu deixo para colocá-la mais no final da constelação, exatamente quando já não há muito espaço para ela.

É impressionante o poder que isso tem numa constelação. Quando o cliente percebe que deixou sua criança comandar sua vida, ou que a criança está cuidando do adulto ou mesmo que deixou sua criança sozinha, ele se sentirá tão desconfortável que vai abrir uma importante porta na direção da solução da constelação. Isso é lindo demais!

Sexualidade

A sexualidade é outro elemento que gosto de colocar mais no final da constelação. Como a sua função é seccionar da família de origem, fica claro se o cliente está preso nela ou se está direcionado para a família atual e para o futuro.

No caso de casais, a colocação da sexualidade também pode dar muitas informações sobre o que acontece no emaranhamento desse casal.



Existem perguntas importantes e pertinentes que vão ajudar a mostrar para o cliente que essas disfunções, ou esses posicionamentos doentios, podem prejudicar não só a relação do casal, mas também a vida dos filhos.

Por exemplo:

Quem está mais perto da sexualidade, o adulto ou a criança? Para onde está direcionada? Para sua mulher ou para sua filha? Para seu marido ou para seu filho? Sua sexualidade está mais perto de você ou do seu parceiro? De quem é a sua sexualidade? Quem é responsável por te dar prazer?

Adulto, criança e sexualidade são elementos básicos para ter uma série de informações sobre os emaranhamentos de casal.

Emaranhamentos – Pais e filhos

Depois de falar do casal, é hora de falar da relação de pais e filhos. Na constelação é possível ver se os filhos são crianças, adolescentes ou adultos.

Muitas vezes o cliente coloca os filhos como criança quando, na realidade, eles têm 30 anos. Sabe aquela história de que “para os pais, os filhos são sempre meninos”? Na sistêmica isso não é aceitável. Aliás, isso é um dos problemas mais frequentes nos emaranhamentos.

Quando analisamos a relação do casal, se entre eles há um vazio, por exemplo, a criança pode ocupar uma série de espaços, situações, lugares e funções para preencher esse vazio que existe na relação dos pais. Quando a criança entra para essa família, ela será atraída para algum lugar.

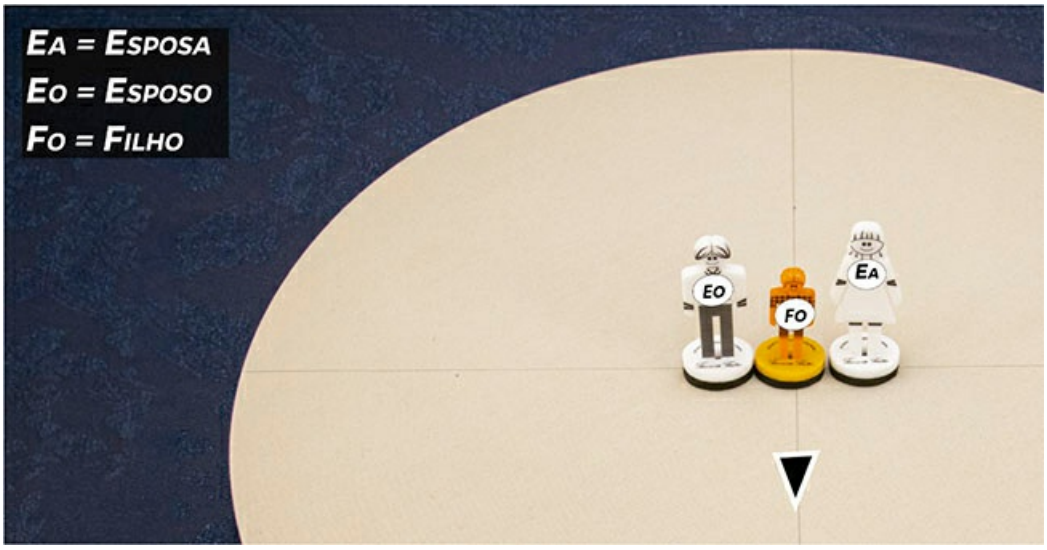
Fique bem atento, pois se o cliente colocar um filho muito afastado, longe dos pais ou na periferia do campo, olhando para fora, essa informação não pode passar despercebida. Esse filho pode estar identificado com algum excluído do sistema, um irmão abortado ou outra coisa.

No caso de filhos adolescentes, esses estão numa fase de transição entre a criança que olha para os pais e o adulto que olha para a vida. Nessa fase ele está aprendendo com os pais a se relacionar e deve virar de costas e sair da frente dos pais para seguir sua própria vida. Qualquer posicionamento diferente disso é um emaranhamento.

Por exemplo: Quando o casal se separa e tem filhos adolescentes, é comum que, por fidelidade a um deles, o filho ou a filha fiquem no lugar do pai ou da mãe, fazendo a função de marido ou esposa.

Finalmente, quando o filho é adulto, deveria estar direcionado para a vida, afastado dos pais e direcionado para seus projetos pessoais. Quando na constelação esse filho adulto ainda está grudado com os pais, ou com um deles, pode saber que ele está emaranhado.

Qual é a função de um filho entre os pais?



Você pode perguntar: quem olha para você? Ninguém enxerga esse filho. A função do filho no meio do casal é juntar pai e mãe. Quando essa criança se tornar adulta, ela vai conseguir seguir para a vida? Se a função é juntar pai e mãe, ela nunca poderá deixar esse lugar. Se ela sair desse

posicionamento, ela se sente culpada pelo distanciamento dos pais. Ficando entre os dois, ela acredita que está cuidando da família, o que não é nada saudável para uma criança.

A realidade é que de fato, se ela sair desse lugar, os pais se separam. Muitos casais estão juntos por causa dos filhos.

Qual é a função dos filhos atrás dos pais?



Esse posicionamento revela uma criança que está na função parental, ou seja, eles não olham para a criança, mas ela olha para eles. Na sistêmica, quem está atrás cuida de quem está na frente. Isso é regra. A criança nesse lugar fica na função de cuidar dos pais, ocupando o lugar de pais dos próprios pais.

Existem muitos filhos que se colocam nesse lugar de onipotência, acreditam que são capazes de cuidar dos pais. Esse tipo de emaranhamento é extremamente comum e a causa de muitos problemas na vida das pessoas.

Qual é a função dos filhos triangulando com os pais?



As relações triangulares têm início em fases muito precoces da formação. Isso começa a se definir entre 1 e 5 anos de idade. Esse posicionamento revela que a filha, por exemplo, pode estar na função de um grande amor do pai (ou, o filho, de um grande amor da mãe). Pode ser também aquela história da mãe que não quer ficar na função de esposa e empurra a filha para fazer companhia para o pai. No caso do homem, a mãe gruda nele e vê nele o homem perfeito para ela.

Em todos esses casos, a criança colocada nesse lugar fica com um sentimento equivocado de que o coração dela é da mãe ou do pai, mas na hora de ter uma vida sexual e íntima, os genitores ficam juntos e a criança se sente traída por eles.

O sentimento de base nesses casos é: a mulher que eu amo, eu não posso transar, então eu triangulo. O homem que eu amo, eu não posso transar, então eu triangulo.

São inúmeras as possibilidades de posicionamentos e significados, independentemente de gênero. Cada mudança de posição e cada dinâmica têm uma leitura diferente. Se o constelador se distrair, pode deixar passar importantes informações durante a constelação.

Os meus pais são adultos ou crianças?

Qual é a posição que eu ocupo nesta relação?

Quais são os padrões que você identifica?

O quanto de energia eu coloco na minha relação com os meus pais e na minha relação com os meus filhos?

Qual relação é mais importante? A relação com o cônjuge ou com os filhos?

Emaranhamentos – Sexualidade

A sexualidade é um elemento importante para o universo adulto. Deveria ser o que une o casal. Acontece que nem sempre é assim. Como já disse, muitas vezes os emaranhamentos na sexualidade do casal envolvem também os filhos.

Na fase da adolescência, quando o filho começa a virar em direção à vida, ele observa mais atentamente a sexualidade do casal (pais) e, dependendo do modelo que tem, vai começar a olhar para fora em busca de alguém para se vincular e desenvolver sua própria sexualidade. Quando se tornam adultos, olham para a vida e seguem o caminho natural.

Quando tem um emaranhamento na família, como por exemplo, filho que fica entre os pais, mantendo o casal unido, onde fica a sexualidade do homem e da mulher? Observe isso na constelação.

A sexualidade decifra e revela muitas dinâmicas doentias do sistema. Se você conseguir perceber essas dinâmicas, poderá ajudar o cliente a corrigir suas atitudes, colocando uma ordem saudável na constelação e na vida da família.

Você já sabe que existem várias outras situações que envolvem emaranhamentos da sexualidade e, por isso, é preciso pesquisar, sem medo de magoar o cliente.



Quem está mais perto da sexualidade?
Os adultos ou a criança?

Os filhos não podem ficar no mesmo plano que os pais, porque sexualidade é dinâmica de adulto! Por isso, no posicionamento saudável, filhos ficam em um plano à frente dos pais. Imagine como uma linha das gerações.

O posicionamento mais saudável da sexualidade é atrás do casal, porque ela corta o vínculo com a família de origem e impulsiona para a vida. Com uma boa sexualidade, é possível dar

continuidade à família atual. É possível levar o fluxo saudável do amor da família para frente.

Outro caso comum é quando a sexualidade está conectada com a criança do cliente.



Nesse caso, por exemplo, é possível o casal ter dificuldade em ter filhos, casos de esterilidade mesmo. Também podem ter dificuldade de ter intimidade. Muitas vezes, quando a sexualidade está indo para cima da criança do cliente e não do seu adulto, pode pesquisar, pois pode ter uma energia de abuso, já que criança não tem sexualidade.

Quando colocamos a sexualidade junto com os filhos no campo, algumas informações podem causar desconforto no cliente, mas não deixe que isso te intimide. Essas colocações podem salvar o destino de uma criança que está virando a filhinha do papai ou o filhinho da mamãe.

Abuso sexual é outra informação que aparece quando colocamos a sexualidade. Por isso, o constelador não pode ficar melindrado de tocar no assunto.

Emaranhamentos – Família de origem e família atual

Qual família é mais importante para você? Sua família de origem ou sua família atual?

Pela *Lei da Hierarquia*, sabemos que a prioridade é a família atual e que a força maior vem da família de origem. Essa lei determina o direcionamento do fluxo de amor.

O saudável é a família de origem impulsionar os filhos para seguir em frente. Quando a família de origem puxa os filhos para trás, se colocando como mais importante do que a família atual, ela está invertendo esse fluxo do amor.

A consequência disso será a diminuição da capacidade de gerar descendentes dessa família. Chamo isso de morte da família, quando os filhos não geram filhos.

Tem muitas famílias que dizem para seus filhos que só a família importa, que só a família é importante. Algumas mães chegam ao cúmulo de torcer para o casamento dos filhos não dar certo. Ficam lá esperando uma oportunidade para dizer: “Você não precisa aguentar isso, volta para casa!”

Ao observar onde o cliente coloca a família atual e a família de origem, podemos perceber uma série de dinâmicas importantes que revelam os referenciais e emaranhamentos dos membros da família.

Observe as imagens abaixo:



Vamos refletir juntos?

- Quem está perto de quem?
- Para onde cada elemento está direcionado e a qual subsistema pertence?
- Qual dos subsistemas tem mais força?
- Onde está o masculino e o feminino neste sistema?
- Quais elementos estão em dinâmicas infantis?

Família de origem é o modelo que todos temos de relacionamento, de casamento e de como ir para a vida.

Se você vê problemas na relação do casal, pesquise sempre a família de origem.

- Como seus pais se relacionavam como homem e mulher?
- Como se relacionavam como marido e esposa?
- Seus pais eram mais ligados à família de origem ou à família atual?
- Quem é mais importante para o sistema, o relacionamento do casal ou dos filhos?

Você pode ampliar sua pesquisa colocando mais elementos, como por exemplo: filhos, sexualidade, passado e futuro, etc. Assim você poderá avaliar as dinâmicas que comandam esse sistema.

Emaranhamentos – Adulto e criança no contexto sistêmico

Adulto e criança interior

Já te disse que a fase da resolução e tratamento da constelação passa pelo recurso de mostrar ao cliente que o adulto precisa cuidar da criança interna. Isso é fundamental e essencial para que a constelação consiga êxito na solução do problema.

Eu trouxe esse contexto da psicossomática, de Groddeck. Tive muitos resultados positivos usando esse recurso ao trabalhar com doenças e comecei a levar esse conceito para todos os tipos de trabalho.

Explique para o cliente que, quando ele nasce, ele e a criança dele estão conectados. Até cinco anos de idade, os dois, adulto e criança, fazem aniversário juntos. Depois de cinco anos, o adulto continua aniversariando, mas a criança interna continua com cinco anos. Essa criança vai carregar por toda a vida os traumas infantis não resolvidos. Cabe ao adulto cuidar dessa criança e tirá-la do trauma sempre que precisar. Essa criança interna, além de carregar os traumas, é responsável pela criatividade, leveza e alegria de viver. Por isso, não devemos abandoná-la. Acontece que o adulto precisa comandar a vida, ele escuta as ideias da criança, elege as melhores e decide o que fazer. Não pode ser o contrário. Se a criança interna está no comando, certamente irá fazer coisas inadequadas.

A criança sempre precisa de um adulto para cuidar dela. O adulto sempre precisa da criança para o inspirar.

Como criança, nós passamos pela mãe, pelo pai e começamos a compreender que os pais têm o lado adulto e o lado criança deles. Saudável é quando, como criança, compreendemos que os pais cuidam da própria criança deles.

Assim, essa criança torna-se um adulto capaz de cuidar da própria criança.

Função pai e mãe é de adulto ou criança?

Quem casa, adulto ou criança?

O que um adulto busca em um casamento?

O que uma criança busca em um casamento?

Quem tem filhos? Um adulto ou uma criança?

O que uma criança busca nos filhos?

O que um adulto busca nos filhos?

Quem tem sexualidade?

Adulto sabe que amor é liberdade. Criança busca no outro a segurança, a realização de sonhos, projetos e a felicidade. A criança quer prazer imediato, o adulto investe para ter prazer a médio e longo prazo.

Ser infantil é quando um adulto age com referenciais de criança. Buscar no outro segurança, cuidados e acolhimento é ser infantil.

O adulto se ama, se valoriza e se respeita, o infantil precisa receber amor, valorização e respeito do outro.

Filhos

Se os pais soubessem a importância de exercer a função mãe e pai de forma adequada, certamente buscariam conhecimento antes de ter filhos. Os filhos são da vida, não são dos pais. Se eu estou em uma dinâmica infantil, eu acho que os filhos são meus e que posso fazer com eles o que quiser.

Quando estou na dinâmica adulta, eu respeito aquele indivíduo (filho) e o direciono para a vida. O objetivo dos pais é tornarem-se desnecessários para os filhos, assim eles podem ser adultos livres e independentes.

Reflita comigo e com seu cliente:

- Quando você olha para o seu filho, qual idade você vê?
- A idade que ele realmente tem ou a idade que você enxerga nele?
- Seus filhos são da vida ou são seus?
- O que é ir para a vida? Segurança ou uma grande aventura?

É fundamental se relacionar com os filhos de acordo com a idade que ele tem. Respeitar suas decisões e seu destino. Quando influenciamos as decisões dos filhos, muitas vezes eles seguem nosso conselho por fidelidade à família de origem. No futuro, podem se tornar seres frustrados em busca constante de seus sonhos ou frustrados e desistentes de seus sonhos.

Gosto muito de fazer essa analogia com meus clientes:

> Os pais são o porto seguro para os filhos.
>
> Os filhos são os navios.
>
> Os navios não foram feitos para ficar no porto.
>
> Foram feitos para singrar os mares com todos os seus riscos.
>
> Os pais deveriam festejar cada vez que eles partem em direção ao mar e ao desconhecido.

> Os pais deveriam saber que fizeram um bom trabalho e que deram ao filho o suficiente para partir.
>
> Os filhos ao seguirem para o mar, deveriam sentir apenas “gratidão” pelo esforço dos pais em torná-los capazes.

Mundo adulto

Mundo adulto não tem nada a ver com idade, nem com sucesso e conquistas.

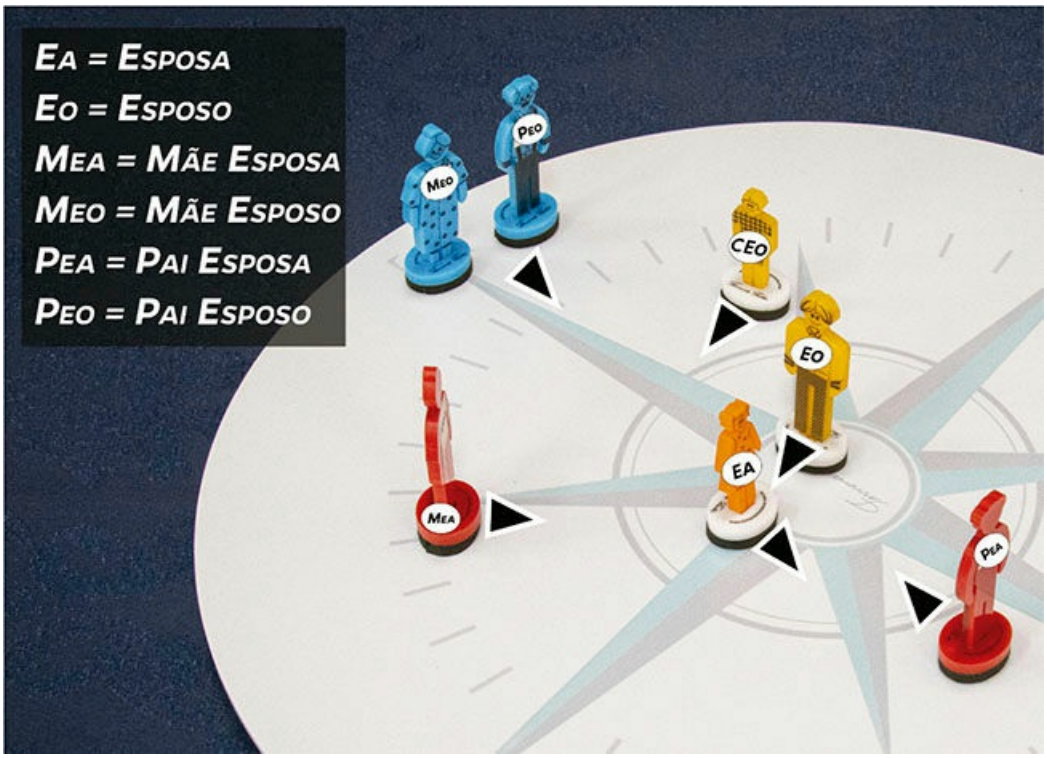
Somente no mundo adulto você é capaz de enxergar a realidade como ela é. Só o adulto entende o que é um sistema saudável. Só um adulto é capaz de cuidar da criança interior. Não tem como voltar no tempo e reviver uma experiência diferente com os pais biológicos. Como adultos, cuidamos da nossa criança e damos a ela um novo referencial. Somos pai e mãe da nossa criança e damos a ela o que ela precisa, nem sempre o que ela quer.

Por isso, você que é constelador, nunca infantilize o seu cliente. Se isso acontecer, você cria uma relação parental com ele. É extremamente importante que sua relação com o cliente seja uma relação entre dois adultos.

Na constelação, quando o constelador percebe e sente dinâmicas de abandono e insegurança, pode esperar que vai encontrar dinâmicas infantis. Esse cliente certamente está reproduzindo traumas infantis.

É muito comum ouvir frases como, por exemplo: “Ele me abandonou, me deixou sozinha”. Isso é fala da criança e não do adulto.

Quem precisa estar perto o tempo todo, quem precisa de segurança, é a criança interior.



Claramente nessa imagem, a cliente está em uma dinâmica infantil. Quando colocamos os pais dela nesse sistema, podemos avaliar de onde esse sentimento de abandono vem. Fica claro que ela busca no parceiro o que a mãe ou o pai não deram.

Se ela busca no outro a segurança e o acolhimento, está buscando a mãe.

Se ela busca alguém que a incentiva a ir para vida e se aventurar, ela está buscando o pai.

Neste caso, quais perguntas fazer?

Você sabe quando você está adulto ou criança?

Quem você espera que resolva os seus problemas?

Como você lida com as suas relações?

Quem é seu pai e sua mãe hoje?

Você consegue escutar o que
a sua criança está dizendo?

A criança interna se manifesta com o adulto, basicamente de quatro formas:

. Causando um pequeno desconforto com alguma situação que aconteceu. Se o adulto não parar e escutar a criança, ela avança para o próximo estágio.

2. Causando um sintoma sem que exista uma doença real. Uma dor de cabeça, uma dor no maxilar, dor de estômago, enfim… Fique atento!
3. Fazendo uma birra e pirraça. Fica nervosa, bate porta e joga coisas no chão. Chora e esperneia.
4. Ela adoece. Quando nada que a criança fez foi suficiente para o adulto parar e ouvi-la, a criança interior somatiza e adoece.

Se você é adulto, dono da sua vida, é responsável por tudo o que acontece com você. Como adulto, você é pai e mãe da sua criança! É você adulto que vai dar para sua criança um novo referencial e mostrar que ela não precisa mais ficar presa nos padrões antigos, revivendo os traumas do passado.

Emaranhamentos – Vida e morte, futuro e passado

Dos elementos subjetivos que uso, vida e morte ou futuro e passado, são fundamentais para determinar a direção em que o sistema está caminhando e para onde a energia flui.

Existem diferentes formas de trabalhar com esses elementos. Você pode montar tudo e no final pedir para o cliente posicionar o futuro e o passado ou colocar vida e morte logo depois que colocar o cliente, pai e mãe. Ou os primeiros elementos da constelação.

Quando você coloca vida e morte para definir um eixo na constelação, fica bem mais claro se o cliente está direcionado para a família de origem ou para a família atual.

Se você já tem experiência, pode deixar para colocar esses dois elementos no final. Tudo depende da sua perspicácia em ajudar o cliente a ver a realidade de um lugar mais alto. A decisão nesse caso é sempre do constelador, que vai sentir a necessidade de definir o eixo passado e futuro.

Agora eu te pergunto, assim como você deve perguntar para seu cliente:

Ir para a vida é a mesma coisa que ir para a morte?

Quando você deixa o cliente posicionar vida e morte, algumas pessoas vão posicionar os dois elementos juntos.

Essa visão de que é a mesma coisa, ir para vida é ir para a morte, pois um dia todos vamos morrer, é de quem está preso em determinado ciclo de vida. Sair desse ciclo e ir para a vida torna-se a mesma coisa que morrer.

Nem precisa dizer que isso é uma visão infantil de vida e morte.

Sistemicamente, a vida representa o futuro. Ir para a vida é deixar pai e mãe, construir um novo vínculo emocional e traçar planos e projetos para o futuro.

A morte representa o passado, onde estão nossos referenciais de vida, nossos traumas e nossas lembranças. Se eu preciso voltar para o passado, cuidar dos pais ou reviver os traumas infantis, eu não sou um adulto e sim infantil.

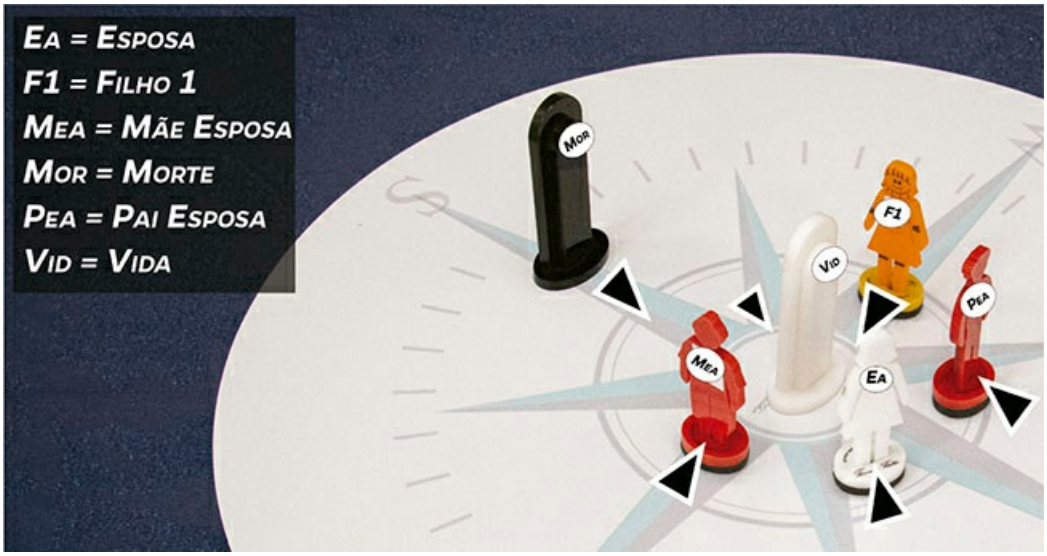
O adulto deixa no passado aquilo que não foi bom da família de origem. Pega o que foi bom e leva para a vida. Se o adulto for saudável, vai melhorar aquilo que vai entregar para os seus filhos. Como já disse, isso é o objetivo de ampliar a consciência. Poder deixar para os filhos um legado melhor do que aquele que recebemos.

O que é ir para a vida?

Para muitas pessoas, a vida significa a família de origem. Sabe em que fase da vida a família de fato é a vida? Quando somos criança. A criança olha para a mãe e sente que ela é a vida. Ela depende da mãe para sobreviver. Depois que vai crescendo, ela começa a olhar para os pais e através dos olhos dos pais ela aprende a olhar para a vida. Só quando começa a juventude, ela passa a olhar para a vida com seus próprios olhos. Mesmo assim, olhando com seus próprios olhos, ela utiliza os referenciais que os pais utilizavam para olhar para a vida.

Se eles são pessimistas, acham que nada vai dar certo quando os filhos vão para a vida, dessa forma eles também serão pessimistas. Se os pais são otimistas diante das dificuldades, eles também irão para a vida otimistas.

Agora observe atentamente essa imagem:



Quando a vida está no centro da família, não existe vida fora da família. O mundo dessa família é centralizado nela mesma e não abre espaço para a entrada do diferente. Você já viu famílias assim? Chamam os elementos de fora da família de agregados. Quando têm que tomar uma decisão importante, geralmente excluem os agregados. A fala costuma ser assim: “Nós podemos falar mal de alguém da família, mas você não pode”. “Quem você pensa que é? Você nem é da família!” Conhece alguém assim?

Neste caso, você acha que há espaço para a entrada de alguém diferente? Há espaço para os filhos se relacionarem com o diferente?

Essa é uma família em contração, uma família indo para a morte, porque não tem para onde crescer. São comuns, nessa dinâmica, casos de infertilidade. A família se fecha de tal forma que não consegue sequer gerar descendentes.

Existem também os casos em que até geram descendentes, mas para dar aos pais. Depois que nascem os filhos, a pessoa separa e volta para a família de origem.

Nunca deixe de fazer essas perguntas:

Que idade tinha quando seus pais se separaram?

Quem cuidou de você depois da separação?

Quem é o referencial de mãe para você?

Sua mãe foi morar com os pais ou trouxe
os pais para morar com ela?

Quem mandava na casa?

O que sua mãe falava para você do seu pai?

E a sua avó? O que ela falava do seu pai?

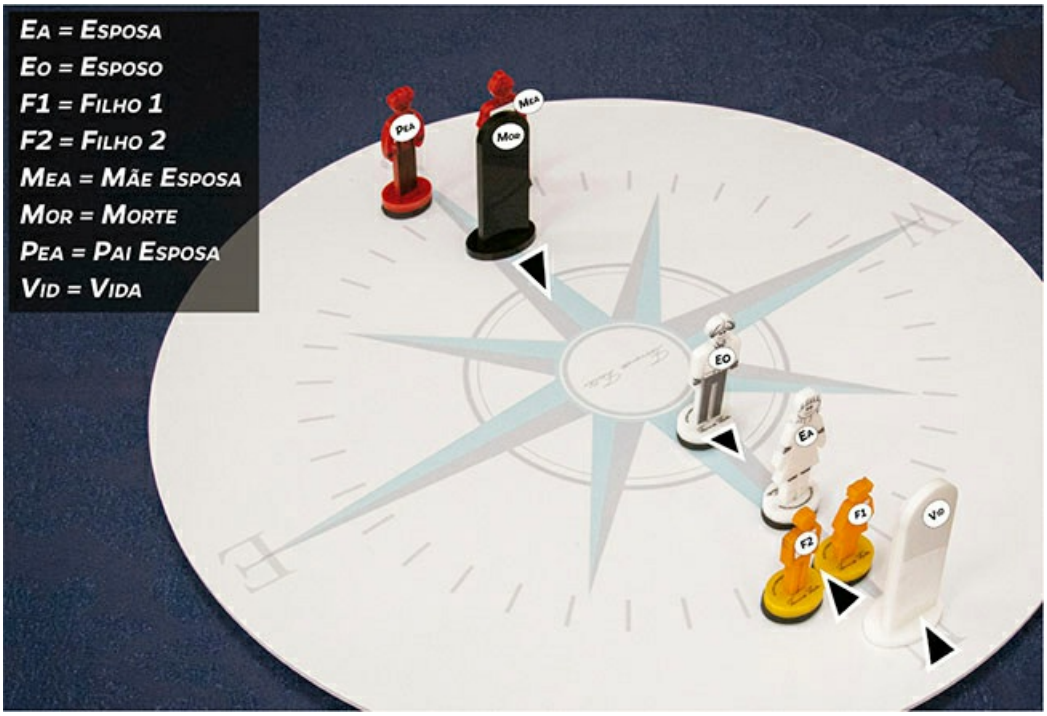
Então fique bem atento, pois cada posicionamento no campo dá um significado para a orientação da família. Na hora de colocar a solução, com as falas sistêmicas, você precisará estar ciente do que é saudável, para montar a solução, e do que é doentio, para colocar as falas sistêmicas de resolução.

Voltando ao futuro e ao passado: se você não tem noção de que são duas polaridades, vai acabar confundindo a dinâmica e comprometendo o processo da constelação. Precisa ficar claro para o constelador que futuro e passado são opostos e definem uma direção na constelação.



Se você tem uma confusão do que é futuro e passado, como fica o seu presente? Para onde orientar os seus objetivos de vida?

Olhe para essa última imagem de futuro e passado.



Para finalizar essa parte de futuro e passado, preste atenção quando os filhos adultos ainda estão na frente dos pais. Nesse caso, eles formam uma verdadeira barreira que impede os pais de irem em direção aos seus projetos pessoais de vida. Quando isso acontece, os filhos não vão para suas próprias vidas, eles ficam eternamente filhos. Às vezes ficam como filhos onipotentes ou impotentes. Ficam dependentes, mas acreditam que podem mandar e manipular o sistema.

O saudável é exatamente quando filhos de 18 anos deixam os pais e seguem para suas vidas. Precisam ter seus próprios objetivos, sua sexualidade e sua autonomia financeira.

Emaranhamentos – Adulto e autonomia financeira

Chegamos agora num tema bastante recorrente em pessoas que buscam as constelações. De cara eu te pergunto:

Quando o cliente não tem autonomia financeira, ele é um adulto ou uma criança?

Adulto sabe lidar com dinheiro e sexualidade. Essas são duas energias que o adulto precisa ter para caminhar para a vida com suas próprias pernas. Uma perna representa a sexualidade e a outra perna representa a autonomia financeira. Quem vai para a vida com apenas uma delas, vai manco. Se arrasta, tenta caminhar para a vida, mas sente que está carregando um peso, está amarrado. Quando essas pessoas não conseguem sobreviver no mundo externo, geralmente voltam para a casa dos pais.

O adulto sabe respeitar o significado e a importância do dinheiro. Adulto é quem vai buscar o dinheiro fora da família.

Criança busca o dinheiro nos pais para suprir todas as suas necessidades. O mundo interno da família dá para essa "criança" de 30 anos, a segurança e tudo o que ela precisa. Eu te pergunto: E quando os pais morrerem? Quem vai cuidar dela?

O adulto busca essa segurança e independência fora da família. Busca no trabalho, nos projetos pessoais e na vida.

Não importa a idade que o adulto tenha; se a autonomia financeira dele está nos pais, ele está infantilizado.

O mundo interno da família é função materna, provê segurança e autoestima.

Trabalho, objetivos de vida, profissão, dinheiro e aventuras estão no mundo externo, fora da família, por isso estão relacionados com a função paterna.

O saudável é quando o mundo interno e externo estão em sintonia, equilíbrio e comunicação. Dessa forma, o indivíduo pode ir para a vida se aventurar em segurança.

Emaranhamentos – Família x Trabalho

Muitas pessoas têm dificuldades de conciliar a família com o trabalho. Quando existem conflitos nesses dois elementos da vida, o constelador deve pesquisar se existe uma culpa. Geralmente, além da culpa, essa pessoa não recebeu autorização dos pais para ir para a vida e ter sucesso.

A culpa pode aparecer de várias formas, então, preste atenção como ela pode se manifestar.

Por exemplo:

- Culpa de trabalhar e ficar longe dos filhos.
- Culpa de ficar com os filhos e não trabalhar, prejudicando o sustento dos filhos.
- Culpa de ganhar dinheiro e a família de origem não ter condições.
- Culpa de ser feliz quando os outros não são.

É como se uma coisa anulasse a outra. Ou trabalha ou cuida dos filhos. Atitudes infantis. Qual a dificuldade de trabalhar e cuidar dos filhos?

Nessas pessoas, é muito comum que haja uma dinâmica de Triângulo Dramático. A pessoa acusa o mundo pela sua condição financeira inferior ou pela falta de trabalho, ou a pessoa se vitimiza dizendo que trabalha demais e não pode dar mais atenção aos filhos. Não posso deixar de lado aquelas pessoas que se desdobram em três para dar conta de tudo, se arrebentam, conseguem dar atenção a todos e ainda trabalhar, mas nunca estão felizes ou abastecidas.

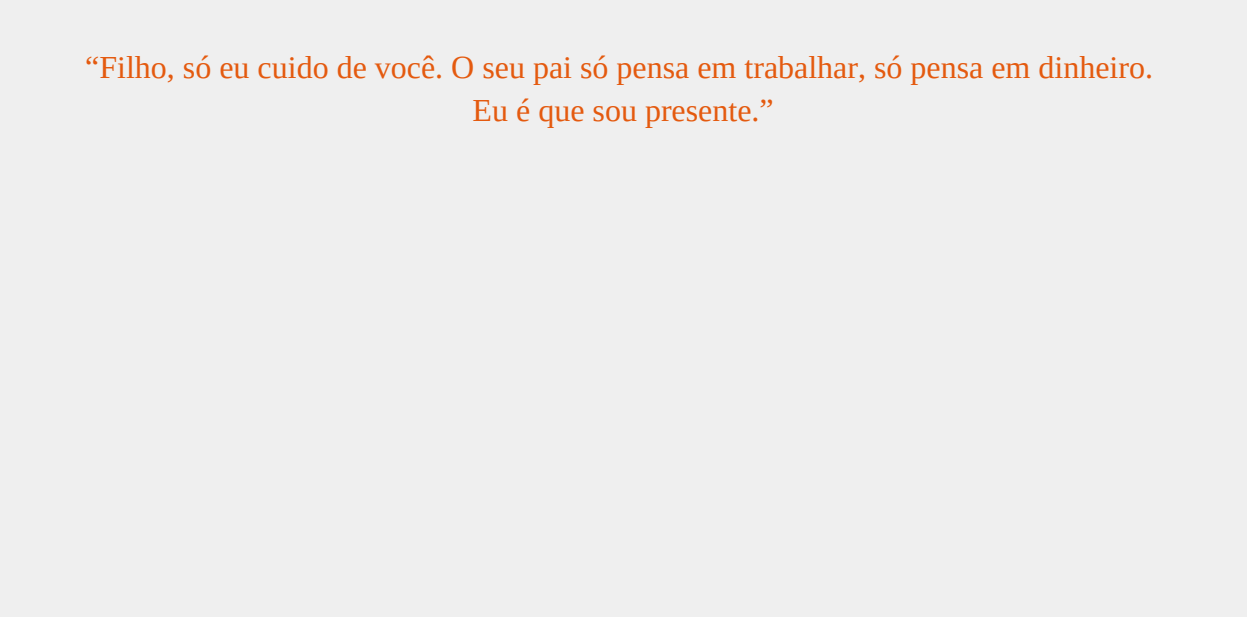
É um verdadeiro *Triângulo Dramático*.

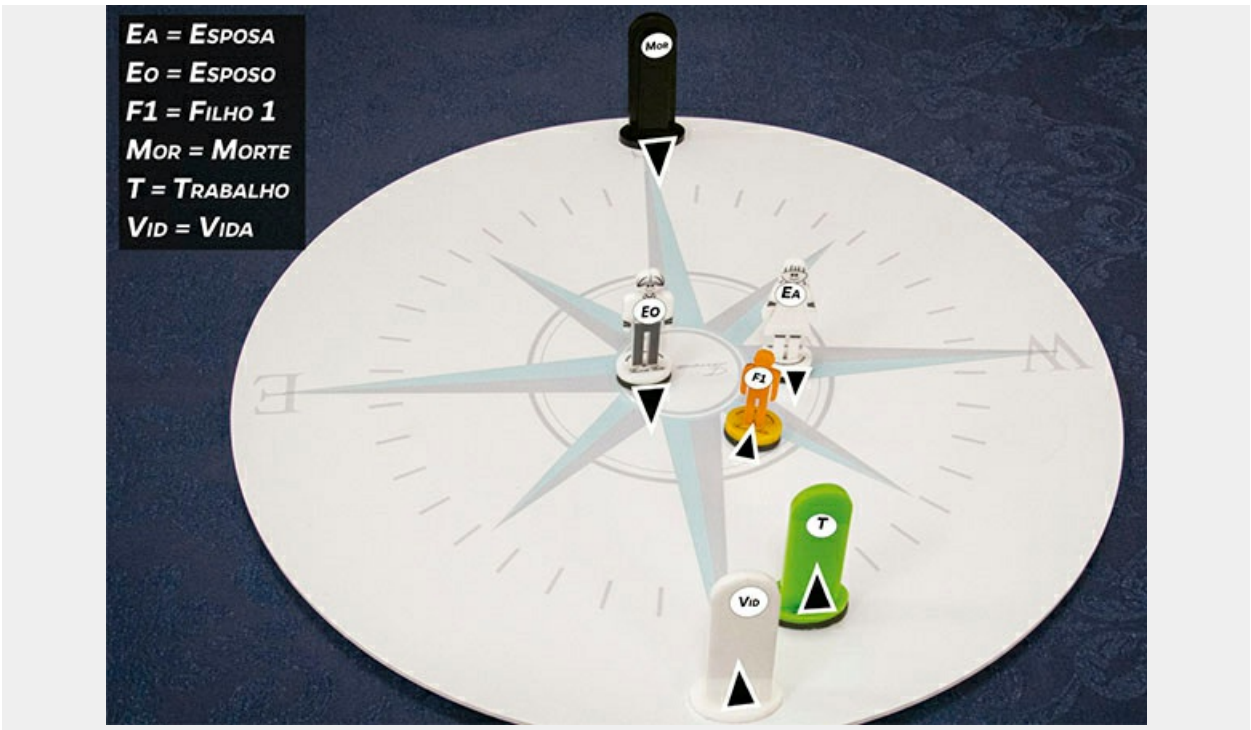
Mais importante é ficar em casa o tempo suficiente para dar aos filhos qualidade e disponibilidade interna. Não é quantidade que importa.

Os pais precisam apenas sentir as necessidades do filho, ele se sentirá acolhido.

Um filho que vê a mãe e o pai trabalhando aprende que no mundo adulto é preciso sair de casa para conquistar a autonomia financeira lá fora. Se o modelo que o filho tem da mãe o do pai é que ficando em casa eles se viram, no futuro esse filho pode seguir o exemplo e não ir para a vida.

Agora observe essa outra imagem:





Mães que usam esse argumento para ter o amor do filho e detonar a figura do pai geralmente têm um objetivo: “Filho eu cuidei de você, agora você cuida de mim”.

Quando esse filho for adulto, qual será a relação dele com trabalho e dinheiro?

Quem vai pagar as contas da casa dele?

De onde ele vai tirar a força do masculino
para ir para a vida?

Quando se casar, ele vai levar a mãe para a casa dele?

Ou vai levar a mulher para a casa da mãe?

Trabalho e família são duas dinâmicas essenciais e complementares.

Dinheiro é meio, não é fim.

Dinheiro é uma moeda de troca por um trabalho bem feito. Quando ganhar dinheiro é o objetivo de trabalhar, o universo não conspira a favor.

Aliás, falando em universo, quando numa constelação você perguntar ao cliente quais são seus objetivos de vida, certifique-se de que ele sabe aonde quer chegar. É comum ouvir o cliente dizer que o projeto de vida é ganhar muito dinheiro, ter autonomia financeira, viajar muito, etc…

Costumo dizer que, nesses casos, o universo manda a pessoa para o final da fila, para pensar no que ela fará para conquistar tudo isso.

Projeto de vida é para onde. Ajude o cliente a visualizar um lugar aonde quer chegar. Ele precisa ser palpável, mensurável, atingível, realizável e, finalmente, a pessoa precisa definir em quanto tempo pretende alcançá-lo.

Isso traz o cliente para o mundo da realidade, mundo do adulto.

Funções

Função materna

Voltando a falar de funções, quando o cliente olha mais para a família, filhos e para o mundo interno, está preso na função materna. Quando os filhos são pequenos, o amor da mãe precisa estar perto. Eles precisam sentir e saber que ela está lá para suas necessidades básicas.

> Função materna – Amor da Presença- Perto

Um exemplo disso é quando uma criança está brincando tranquilamente, mas, quando vê a mãe, imediatamente quer correr para perto dela.

Isso significa que a criança para se sentir amada precisa da presença da mãe, do toque e do olhar dela. Mas preste atenção, pois estamos falando de crianças.

Função paterna

Quando o cliente olha para a subsistência da família, vai atrás de conquistar as coisas para o benefício dela e passa o maior tempo ausente para conseguir isso, ele está na função paterna. Quando os filhos são pequenos, sabem que o pai está trabalhando e o amor do pai é o amor da ausência. Eles precisam sentir e saber que ele está longe, pois está buscando fora o que é melhor para o bem-estar da família.

> Função Paterna – Amor da Ausência - Dentro

Um exemplo é quando a criança, em casa, depois de brincar o dia todo, espera ansiosa a chegada do pai. Sabe que o pai passou o dia trabalhando e que logo chegará para que ele conte o que aconteceu no seu dia. Contar suas aventuras e brincar com ele.

Amor longe é um amor internalizado. Não é preciso ficar perto para sentir esse amor.

Internalização do amor

A criança internaliza bem as funções quando a mãe e o pai valorizam essas duas funções. Não existe uma balança que meça a importância de cada função. As duas funções são igualmente importantes para o crescimento e desenvolvimento dos membros da família.

Hoje em dia, essas funções estão mais integradas, pois tanto a mulher quanto o homem trabalham fora. Hoje o homem exerce sua função de pai, ajudando nos afazeres de casa, e a mulher exerce sua função de mãe além de trabalhar fora de casa.

Dessa forma, o que sistemicamente é o saudável, como expliquei acima, fica adaptado a uma nova realidade. Mesmo assim, os filhos precisam sentir que cada um tem sua função específica e que, como parceiros de vida, eles se ajudam e se complementam nas funções materna e paterna.

Quando há conflito nessas funções, um não aceita fazer a função do outro, começa a provocar uma divisão entre esses dois elementos. A raiz disso, com certeza, são os emaranhamentos da família de origem e as consequências das dinâmicas doentias do passado.

Por exemplo: Quando a mãe critica o pai para o filho, dizendo “seu pai está sempre ausente”, ela desvaloriza para o filho a função paterna. Mas quando ela deixa claro para o filho que ela está lá para ajudá-lo no que precisar enquanto o pai trabalha para trazer mais conforto para a família, ela está valorizando a função paterna. Isso é de importância fundamental para que o filho integre as duas funções para ir para a vida.

Como adultos, sabemos que o amor não precisa estar perto, ele precisa estar dentro.

Emaranhamentos – Vida e morte da família

Você já ouviu falar em morte da família?

O que é uma família que caminha para a morte?

O caminho natural da família é seguir as leis naturais da vida. Se ela não segue, ela adoece e caminha para a morte.

O que é morte da família?

Na natureza, existe uma regra básica que se aplica a todo ser vivo. Elas são:

Autopreservação
Preservação da Espécie

Quando uma espécie qualquer deixa de obedecer a essas duas regras, ela morre literalmente ou a espécie dela morre.

Assim, para que não ocorra a morte da família, o indivíduo precisa aprender a respeitar a autopreservação. Essa é a função da mãe. Ensinar o filho a se cuidar, se amar e se valorizar.

Já a preservação da espécie tem a ver com a sexualidade. Essa é a função paterna. Ensinar o filho a se aventurar na vida, encontrar uma parceira e gerar descendentes.

É tão simples, né? Os animais fazem isso sem que ninguém precise ensinar. É instintivo. Os seres humanos, tão inteligentes, acabam priorizando coisas materiais, sucesso e conforto, deixando de lado as regras básicas da natureza.

Para a sistêmica, a definição de morte da família é quando uma pessoa não gera descendentes. A família não segue para a vida. O fluxo saudável do amor da família fica retido naquele indivíduo, ou mesmo refluxa para o passado, para a família de origem.

Imagine uma árvore, que representa família. A seiva vem da raiz, assim como a energia da família vem dos ancestrais. Essa seiva, ao subir pelo tronco, vai mandar mais energia para os galhos que têm frutos. Sabe por quê? Exatamente para preservar a espécie. O galho que tem fruto vai gerar sementes que irão gerar novas árvores daquela espécie. No galho que só tem folhas, a energia chega, mas em menor quantidade, para garantir que um dia aquele galho também dê frutos que vão gerar outras árvores, mas no galho seco dificilmente chega a energia dos ancestrais.

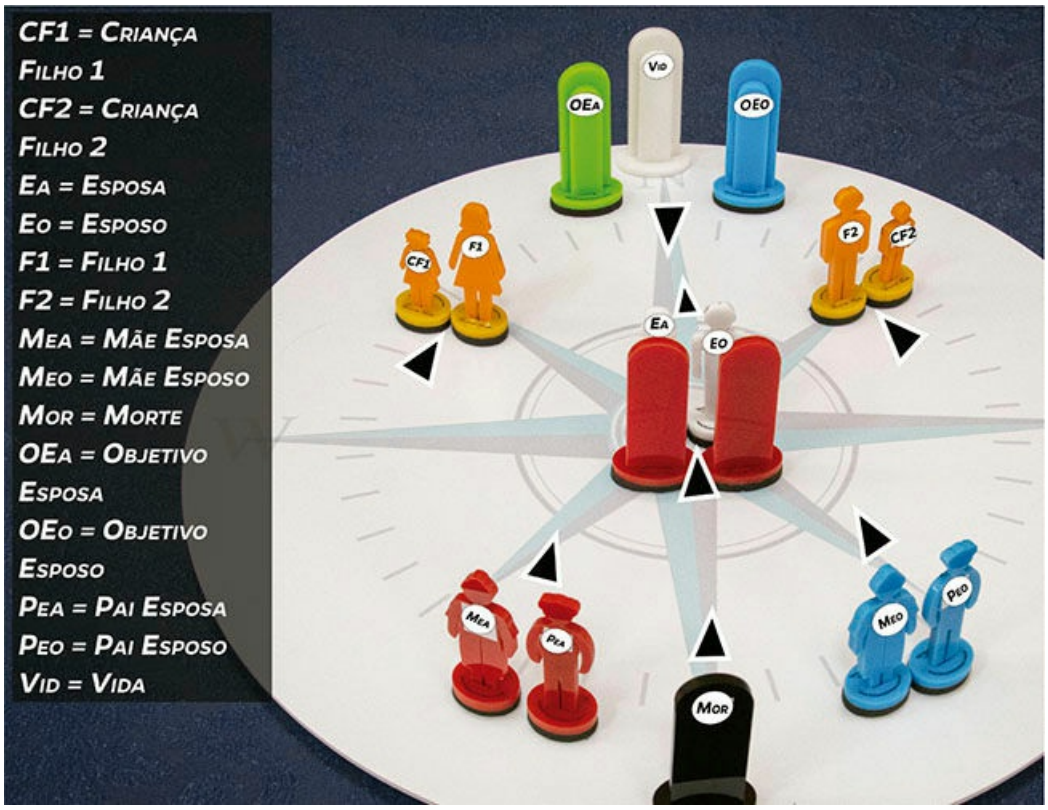
Os filhos são a continuidade da família. Dessa forma, ao gerar descendentes, estou honrando todo o esforço das gerações anteriores que se sacrificaram de diferentes formas para que hoje você estivesse aqui.

Então, na constelação é importante pontuar isso para o cliente, chamar a força da ancestralidade vai ajudar o cliente a olhar de forma ampliada e não apenas para seu próprio umbigo.

Muitas vezes eu coloco um casal de idosos representando a força da ancestralidade de cada família. Não necessariamente pai e mãe ou avô e avó.

É comum que, em uma família, uma determinada geração perca a força vital da família. Mas o cliente precisa sentir que aquilo foi apenas um elo ruim da corrente, que a corrente da família é muito maior e precisa ter seus elos restaurados para continuar na vida.

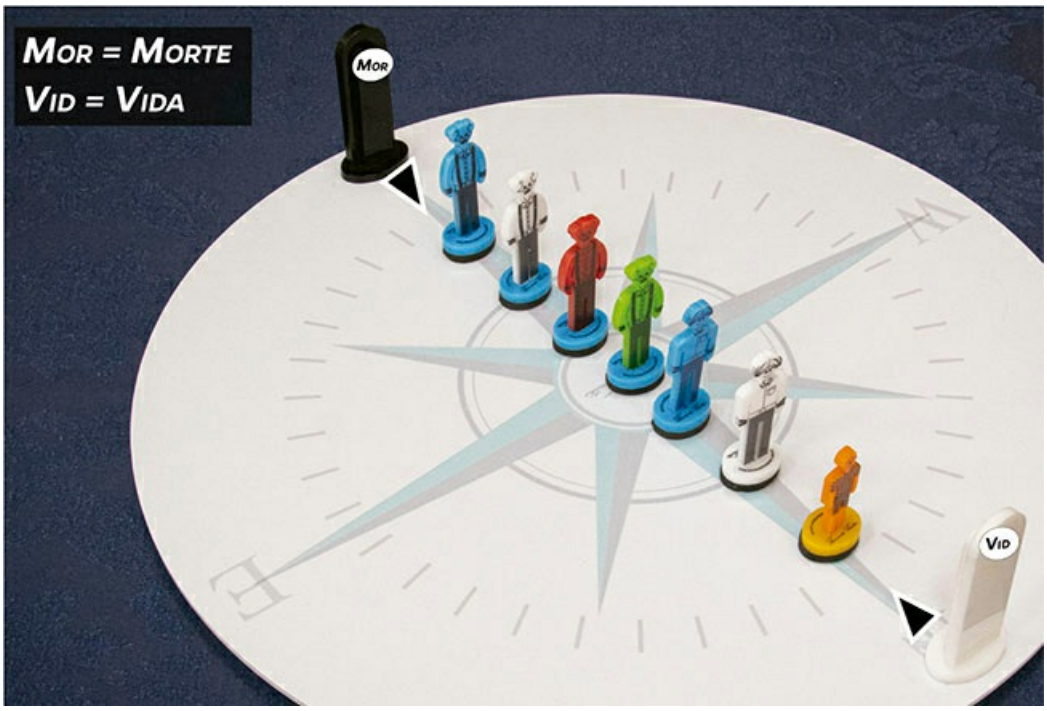
Abaixo, eu vou colocar a imagem de uma constelação de uma família saudável com os representantes dos ancestrais.



Quando há uma dinâmica doentia, a tendência é que esse sistema crie adultos infantilizados e com dificuldades em gerar novos descendentes. Isso porque eles não conseguem estabelecer relações saudáveis, têm dificuldade de cuidar de si mesmo e de cuidar da relação com o mundo lá fora.

Uma dica importante que vou deixar aqui é que, quando esse tipo de emaranhamento acontece, ajuda muito colocar a linha das sete gerações.

Não é um número aleatório. Em geral nós colocamos sete gerações porque, com a experiência de constelações em grupo, pudemos identificar que os emaranhamentos sistêmicas mais intensos podem chegar até esse nível. O respeito ao que aconteceu no passado da família, a conscientização das tragédias que ocorreram e a reverência ao sacrifício dos membros da família para que hoje você estivesse aqui, geram uma energia poderosa de solução na constelação.

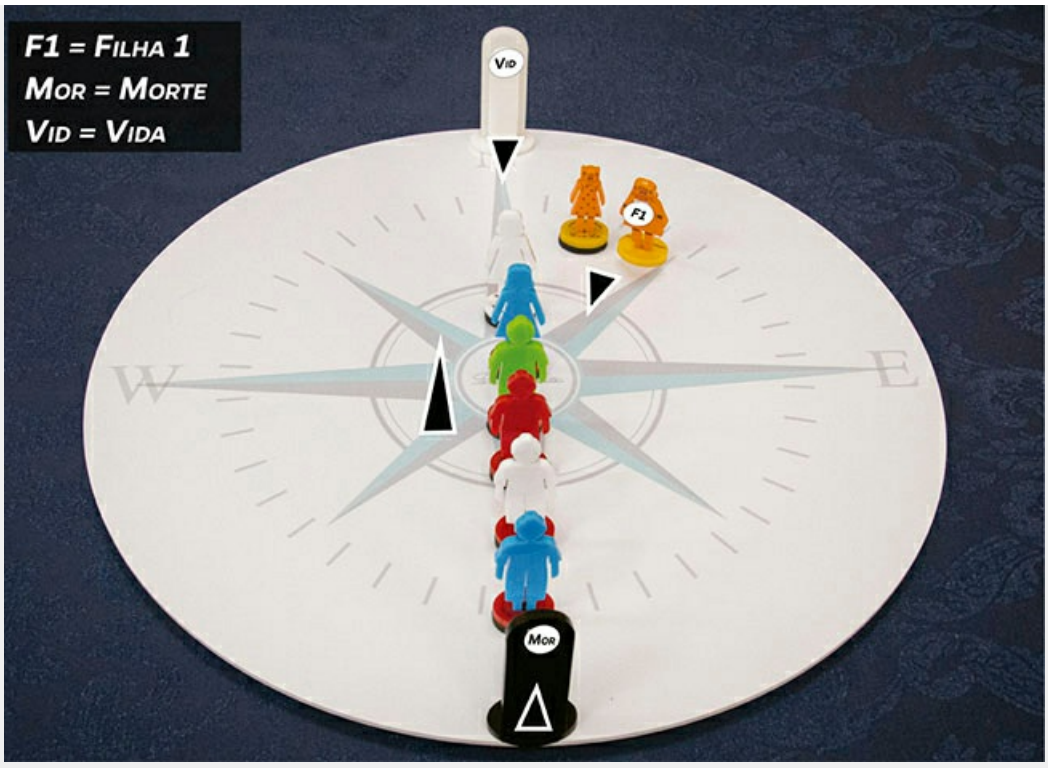


Prepare-se, pois, esse é geralmente um momento de muita força e emoção na constelação. Para isso, o próprio constelador precisa ter humildade e reverenciar essa ancestralidade.

Para invocar a ancestralidade, o constelador precisa estar ciente de que mexerá com o campo morfogenético além do tempo real. Não é coisa que qualquer profissional domine e saiba utilizar para o benefício da constelação.

Depois de invocar os ancestrais, é preciso fazer um fechamento do campo. Para isso basta colocar ordem na constelação e fazer um compromisso com a ancestralidade. Por exemplo:

> Queridos ancestrais, hoje como adulto, coloco todos vocês no meu coração e prometo levar apenas o fluxo saudável do amor da família para a vida. Deixo com vocês as sagas e os problemas. Só assim nossa família poderá seguir para a vida.



Queridos ancestrais, hoje eu reverencio cada um e deixo no passado o destino de vocês. Só assim eu seguirei com o meu destino, levando para a vida o fluxo saudável de amor da nossa família.

Para finalizar, preste muita atenção em quem está com as falas de solução, a criança ou o adulto do cliente. Se ele começar a chorar exageradamente ou se recusar a repetir as falas, muito provavelmente ele está infantil e precisa ser chamado para o lado adulto. Do contrário, a força da constelação pode ficar diluída. Na minha experiência, isso dificilmente acontece, exatamente pela seriedade com que trato dessas questões.

Quais são as características de uma família que caminha para a morte?

Adultos infantilizados sempre procuram no passado pai e mãe, sempre buscando no presente alguém para substituir os pais.

Na família saudável existe o equilíbrio do dar e receber. Essa é uma das *Leis Sistêmicas* a que já me referi antes. Então, precisa haver um respeito a essa lei e uma busca desse equilíbrio através das constelações.

O equilíbrio sistêmico acontece quando: os pais dão, os filhos recebem e passam o que receberam para as próximas gerações. Os filhos não devem nada para os pais. A única coisa que

os filhos “devem” a eles é gratidão. A origem da palavra gratidão vem do latim, e significa gratuito.

Filhos que ficam devendo algo para os pais e precisam direcionar o fluxo de energia para o passado, comprometem o futuro. Não sobra energia para os filhos porque ela está direcionada para atender as necessidades da própria criança e da criança dos pais.

Quem insiste em devolver aos pais tudo que recebeu está enfraquecendo a família e colaborando com a sua morte.

Importante dizer que, muito provavelmente, a sua família é doente. Assim como a minha. A questão é: o que essas famílias devem fazer para tomar caminhos mais saudáveis e dar continuidade a esse grande sistema?

Todos os nossos antecedentes, desde os mais antigos, fizeram algo saudável para que nós estivéssemos aqui. Essa é a força da família.

Nosso papel como consteladores é mostrar para o cliente qual é a onda natural da vida e direcioná-lo para que ele tome decisões mais saudáveis para seguir em frente.



Capítulo 11

DICAS FUNDAMENTAIS PARA O TRABALHO DE CONSTELAÇÃO

A energia da Queixa x Motivação

Mais importante que saber a queixa do cliente, ouvir dele sua lista de problemas, é sentir qual é a motivação que ele tem para constelar.

A força da constelação diminui quando o cliente chega dizendo que sua motivação é que a mãe o mandou vir. Outros dizem que a esposa achou que era preciso constelar para resolver um conflito do casal ou mesmo que ele veio para se curar de alguma doença. Todos esses motivos enfraquecem a constelação.

Quando o cliente procura a constelação, ele deve ter um motivo e uma queixa. A motivação e a queixa são fundamentais para o sucesso da constelação!

A queixa do cliente precisa ter importância, precisa ter peso e energia.

Se a queixa é muito vaga, não há força para o trabalho seguir em frente. É ela que determina o quanto o cliente está envolvido com o processo e o quanto ele está disposto a encontrar a solução.

A energia do trabalho vem do cliente. A função do constelador é ajudar a identificar o verdadeiro problema, a raiz dele. A constelação vai orientar e mostrar a solução, mas quem precisa agir e seguir pelo caminho saudável é o cliente.

Quando a motivação do cliente é agradar o outro, isso não é o suficiente para dar força para a constelação. Eu posso fazer o melhor trabalho do mundo, mas não vai ser efetivo e, constantemente, esses clientes tendem a criticar e desqualificar o trabalho depois.

Portanto, nem comece um trabalho de constelação quando sentir que esse é o caso. Para isso, uma boa dica é você perguntar:

> Você faz tudo o que o outro manda? Onde você aprendeu isso? O que pode acontecer se você tomar as suas próprias decisões?

Geralmente quando você deixa claro que não vai cair naquela armadilha, pode tirar o cliente desse lugar confortável de não se esforçar para evoluir e desafiá-lo a olhar para sua própria vida. Ter coragem de olhar para sua dor e sua realidade.

Às vezes, até digo para o cliente pegar o dinheiro dele e ir embora. Digo que não vou perder o meu tempo, pois ele não está motivado o suficiente para o trabalho. “Você não está pronto!”

Garanto que isso tem um efeito tremendo nos clientes. Eles saem na hora da onipotência infantil e entram na potência do adulto.

Aí sim o campo morfogenético se abre para a constelação.

Então, não fique afobado querendo ouvir logo a queixa e as historinhas dele. Comece pesquisando a motivação.

O contrato com o adulto do cliente

Agora nós vamos aprofundar na relação terapeuta/cliente e falar mais sobre o contrato que deve ser feito entre os dois.

Quando você vai atender um cliente, ele deve ser adulto ou criança?

O trabalho feito com a criança é para identificar as dinâmicas doentias da família de origem, identificar os traumas dessa fase. Eu vejo a criança do cliente, eu sinto a dor, eu ouço as suas queixas. Porém, como constelador, o importante é fazer o adulto do cliente enxergar a realidade e solucionar o problema.

Quando o terapeuta infantiliza o cliente, ele está assumindo uma função parental e passando a mensagem de que aquele adulto não é capaz de resolver os seus problemas.

Então, agora vamos falar deste contrato.

Começo perguntando assim:

“O que você espera de mim?”

Essa é a primeira pergunta do contrato, assim que o cliente chega para a sessão. Deixo claro qual é minha função e olho diretamente para o adulto potente do cliente.

O objetivo é justamente abrir um campo morfogenético que vai favorecer o trabalho com o adulto do cliente.

Assim, estabelecemos que eu não vou resolver os problemas dele, mas vou ajudá-lo a encontrar a raiz do problema e mostrar o caminho mais saudável de viver.

> A função do constelador é ajudar o cliente identificar o problema inconsciente, que está oculto pelo problema

consciente.

Cada um precisa fazer a sua parte e o resultado positivo da constelação virá da soma dos dois trabalhos. O constelador trabalha a ordem sistêmica do campo. É responsabilidade do constelador trabalhar o campo morfogenético do cliente. Incluir os excluídos, colocar ordem nas funções, resgatar os traumas e colocar as falas sistêmicas de solução.

O cliente precisa fazer a parte dele. Fazer mudanças no padrão de funcionamento e dinâmicas doentias. No final da intervenção ou da constelação, deixo uma tarefa para ele: observar atentamente as necessidades da criança dele e acolher. Porém, quem vai para a ação é o adulto do cliente.

Para conseguir uma mudança efetiva do padrão doentio na vida, o cliente precisa se esforçar durante pelo menos 21 dias. Na neurolinguística já existem vários trabalhos mostrando que são precisos 21 dias para mudar um padrão de comportamento.

Com a constelação, além de o cliente mudar o padrão de funcionamento na vida, deve dar um novo referencial para a criança dele. Aprender a ouvir o que a criança está falando. Só assim, a criança dele deixará de ser fiel aos traumas infantis e sentir segurança no adulto dele.

“Eu devo fazer o que você precisa
ou o que você quer?”

Durante o processo, o cliente vai entrar em contato com muitas questões que estavam ocultas, e sabemos que esse não é um processo fácil.

Deixo claro para o cliente que aparecerão situações que vão deixá-lo desconfortável e farão com que ele entre em contato com certas dores. Dessa forma, estou respeitando o espaço do cliente sem invadir o limite dele.

Se o cliente não estiver disposto a passar por isso, nem dou continuidade ao processo.

Eu divido com ele a responsabilidade do processo terapêutico dar certo, assumindo o que cabe a mim e contando com ele para continuar trabalhando nos próximos vinte e um dias.

Quando eu faço o contrato, já estou dizendo o que vai acontecer e já estou incluindo o cliente nesse trabalho.

Na fase de solução, costumo colocar o cliente falando com sua criança dessa forma:

Querida criança, sinto muito. Deixei você no comando da minha vida. Hoje como adulto eu assumo o controle. Eu vou dar para você o que você precisa para ir para vida e ser feliz, mas nem sempre eu vou te dar o que você quer.

Então, esse contrato é do constelador com o cliente, mas também do adulto com a criança dele.

A coleta de dados e o processo de investigação

Na fase de investigação é preciso ficar atento para não cair na armadilha de só ouvir a história. Por isso, o constelador precisa se treinar para buscar dados concretos e importantes da vida do cliente.

Cuidado para você não deixar o cliente controlar e conduzir a constelação. Quando isso acontece, o constelador sente uma sensação de impotência e não consegue cortar o cliente. Muitas vezes, se a coisa evoluir assim, ele não vai conseguir realizar um bom atendimento, o cliente vai direcionar a escolha dos elementos e o caminho da constelação. Provavelmente, no final, o constelador será desqualificado pelo cliente. Mas lembre-se de que tudo isso é um jogo do cliente para não olhar para sua dor ou para a raiz de seus problemas.

Atenção! O constelador deve ser objetivo para não perder tempo nem o controle da constelação.

Ficar rebuscando a pergunta e fazendo rodeios, atrapalha totalmente o campo e o foco do problema. Quando fazemos os treinamentos supervisionados de constelação, isso é muito comum ser observado. Os alunos não querem repetir as perguntas do professor e tentam dar uma nova roupagem para ela.

Pare tudo, não faça isso. Vá direto ao ponto que será muito mais eficiente para o campo.

Seja direto:

– É seu primeiro casamento?

– Você teve algum aborto?

– Tem alguma tragédia na sua família?

Essa coleta de dados deve iniciar antes da colocação dos elementos. Não precisa ter pressa. Quando o cliente sente que o constelador está tranquilo, respeitando o *timing* dele, a constelação flui muito melhor. Só depois dessa pesquisa inicial, começa a colocação dos elementos. Durante

o processo da constelação, as perguntas vão continuar para ampliar a consciência do cliente e ver o que aparece na constelação.

Fórmula da Realidade

> F x I = R
>
> (fato x interpretação = realidade)

O que é realidade para você? O que é realidade para mim? O que é realidade para o cliente? E o que é realidade para as outras pessoas?

Você acredita que todo mundo vê a mesma realidade? Lógico que não. Sabe por quê?

Cada ser humano tem a sua própria interpretação do que acontece.

Por isso, o constelador deve prestar muita atenção na forma como o cliente conta um fato. A forma como ele interpreta um fato, vai criar para ele uma realidade.

Fique atento para perceber se ele está se colocando na posição de vítima enquanto conta. Pode ser que ele esteja acusando alguém por aquele fato. Ele também pode se fazer de salvador da pátria, o bonzinho que compreende tudo. Cuidado, pois ele pode te induzir a concluir algo.

Para me aprofundar mais e não cair em armadilhas, sempre pergunto ao cliente: Onde é que você aprendeu isso?

> “Quem te ensinou isso?”

Preste atenção a esse exemplo:

Diante do fato de um cliente contar que os pais se separaram, observe a diferença de como essa informação pode chegar no campo.

Primeira informação – Dado concreto, claro e objetivo.

- “Meus pais se separaram quando eu tinha cinco anos de idade.”

Segunda informação – Informação carregada de interpretação.

- “Meu pai abandonou a família quando eu ainda era uma criança.”

Eu te pergunto: De onde vem essa informação? Lógico que é da mãe. Está claro que a mãe influenciou a percepção dele em relação à separação do casal. Ela induziu o filho a ser fiel à dor dela. Ela se sentiu abandonada pelo marido, mas será que esse pai abandonou a família? Pode até ser, mas o constelador não pode comprar essa ideia. Então não se sinta satisfeito com qualquer resposta. Pergunte mais sobre esse assunto.

- O que você sabe sobre a separação dos seus pais?
- Qual foi o motivo dele ter ido embora?
- No caso de traição, pergunte quem traiu primeiro. A mãe que não queria mais nada com ele e vivia dizendo "Não, hoje não!", ou o pai que desistiu de insistir e procurou outra mulher fora de casa?
- Seu pai traiu você ou ele traiu a mulher dele?

Tudo isso vai trazendo o cliente para perto da realidade, aquela que não carrega a influência da opinião dos outros.

Então, quero que você aprenda que nem sempre aquilo que o cliente fala é de fato a realidade. Não caia na tentação de se aliar ao cliente e ficar contra o pai. Se você cair nessa armadilha, significa que deve estar emaranhado ou ter se identificado com os problemas do cliente.

Nessa hora, pare, respire e tome uma água. Sem pressa, imagine seus problemas do seu lado, separado dos problemas do cliente, e mentalmente diga: "Esses são os meus problemas, depois eu olho para eles."

Assim, volte a olhar para o cliente e os problemas dele, e prossiga a constelação.

A reação corporal do cliente

Quando eu faço uma pergunta importante, percebo como foi a reação do cliente. Observo atentamente como aquela questão o afeta. A linguagem não verbal pode dizer muito mais do que a resposta verbal.

> A comunicação do ser humano
> é 7% verbal e 93% não verbal.

Você vai ficar preso nos 7% da informação ou vai focar nos 93% para ver além do que é dito? Ouvindo historinhas, explicações e justificativas?

Tipos de respostas

Só quem fica atento às respostas, vai perceber que tipo de resposta o cliente vai dar.

A resposta pode ser espontânea, pensada ou maquiada.

- A resposta espontânea sai naturalmente, flui sem muito pensamento. O cliente geralmente olha para dentro quando responde, olha para o coração.
- A resposta pensada é elaborada na cabeça. Fruto da mente do cliente. Ele pensa antes de responder.
- A resposta maquiada geralmente é uma mentira. O cliente começa a enrolar para responder e repete a sua pergunta.

> Repetir a pergunta do outro
> tem o objetivo de ganhar tempo,
> para criar uma resposta.

Durante a coleta de dados para chegar a um diagnóstico, o constelador preparado utiliza as *Leis Sistêmicas* para filtrar o que o cliente está falando e assim chegar mais perto de enxergar os desdobramentos das respostas. Dessa forma, ele consegue identificar se o cliente é o primeiro filho, se é seu primeiro casamento, se há exclusão dentro do sistema e assim por diante.

Quero te avisar que tudo isso vai acontecer espontaneamente. No início, tudo parece complexo, mas quando você desenvolve a capacidade de sentir o campo, as informações relevantes e verdadeiras surgirão rapidamente.

Por isso tem que treinar muito para se preparar e conseguir constelar.

A escolha dos elementos

Um atendimento terapêutico de qualquer natureza requer um setting adequado para o atendimento. No caso da constelação, isso é de grande importância, pois trabalha a ordem no sistema.

Sendo assim, imagine um atendimento no meio de uma mesa toda bagunçada, adaptando elementos para representar pessoas e situações. Trabalhar com campo é compreender a busca da harmonia e o equilíbrio do sistema que será trabalhado.

Então prepare o local de forma a respeitar esse equilíbrio. Tenha um campo adequado, de preferência circular e que gire. O objetivo é mostrar ao cliente uma mesma situação de diferentes ângulos. Dependendo do tipo de material utilizado no campo, sugiro colocar uma cobertura em tecido que pode ser lavado para tirar as energias ruins que impregnam o campo. Eu já disse que o campo pode ser redondo ou quadrado, mas deve ter sempre um limite. A importância desse limite é exatamente possibilitar uma leitura adequada da constelação.

Nos atendimentos presenciais, tenha sempre uma jarra de água e dois copos no caso de o cliente precisar. Providencie também lenço de papel para não precisar sair correndo para buscar, quando ele se emocionar ou chorar.

Papel e caneta ao alcance do constelador, no caso de decidir colocar um elemento subjetivo oculto. Você poderá escrever num papel o que o elemento oculto vai representar. Dobre e dê para o cliente segurar.

Outro elemento fundamental no setting terapêutico são pelo menos duas almofadas. Elas poderão representar segurança para o cliente abraçar. Já tive várias experiências onde utilizei a almofada como representante de um filho excluído, de um aborto ou mesmo o representante da própria criança do cliente.

Para finalizar as dicas do setting terapêutico, tenha poltronas confortáveis, pois o cliente deve focar toda sua atenção na dinâmica da constelação e não ter que dividir essa atenção tentando encontrar uma posição que não dê dor nas costas, né?

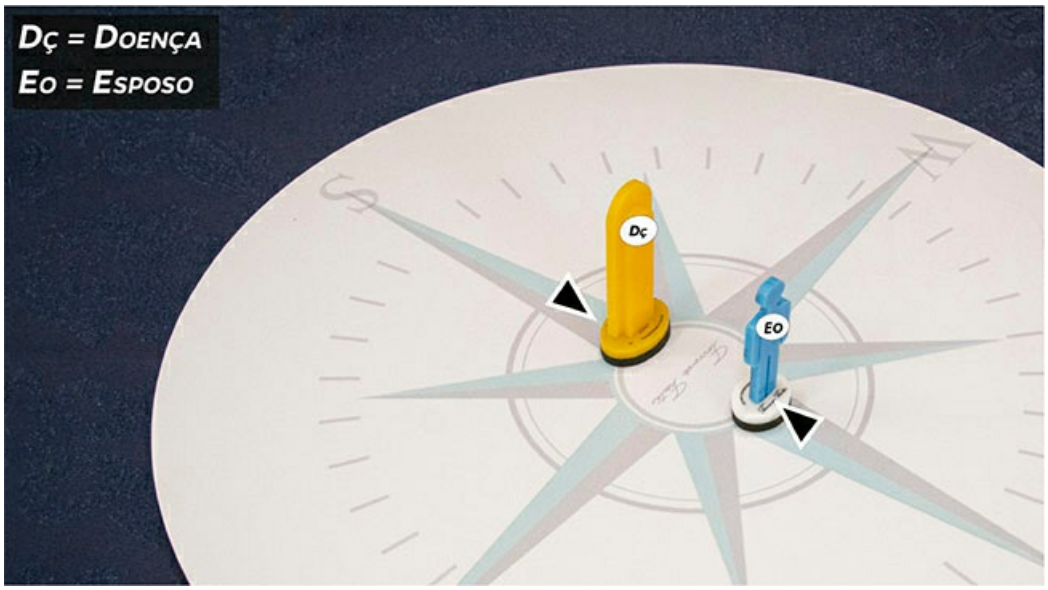
Então vamos agora ao principal, a escolha dos elementos.

Para iniciar uma constelação e não poluir o campo com muitos elementos ou esquecer algo importante, comece com o mais simples. Muitas vezes, menos é mais em constelação.

> Seja simples, coloque o essencial
> e faça perguntas fáceis de serem entendidas.

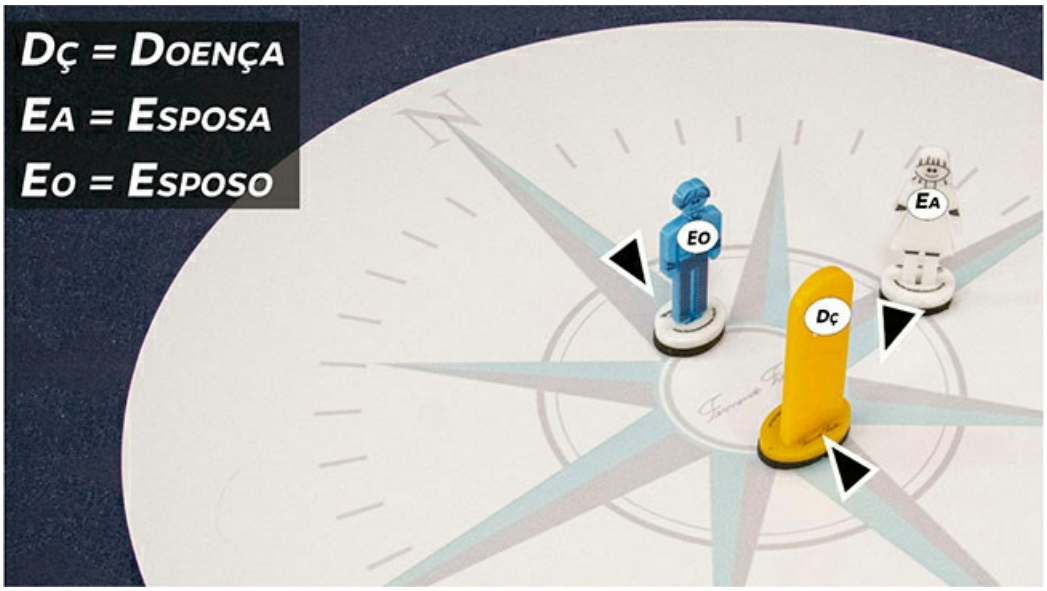
Agora, para te ajudar a compreender o que é colocar o essencial, vou te dar um exemplo:

Um cliente chega com a queixa de câncer de próstata. O mais simples é iniciar colocando-o em relação à doença.



Depois de avaliar essa relação, escolho um outro elemento: a esposa dele.

Porque eu sei que câncer de próstata está relacionado com a sexualidade. Pesquiso o que está acontecendo com o masculino dele, para que ele precise destruir o “masculino”.



Assim, temos outra informação. Posso observar a relação dele com a doença, dele com a esposa e a relação da esposa com ele e a doença, segundo a ótica do cliente.

Após observar as dinâmicas desse subsistema, posso acrescentar o pai e a mãe desse cliente.



Passo a passo eu já sou capaz de ter um monte de informações. Para isso, é preciso estar atento e treinado a fazer a leitura do campo. Como eu já disse antes, é como ler uma língua estrangeira. Quanto mais se pratica, mais fácil flui a leitura.

Posso observar a relação dele com a doença, dele com a esposa e dele com a mãe. Onde está o masculino desse sistema? O pai está quase fora do campo e o que a mãe está fazendo colada nele?

Durante esse processo eu pergunto para o cliente o que ele está observando, o que ele sente vontade de fazer e qual o significado desses elementos. Eu faço a minha leitura, mas também levo em consideração a leitura que o cliente faz da constelação. Isso me dá um leque maior de atuação.

> Importante não perder o foco,
> que no caso é a doença.

Foque sempre na distância em que ele coloca um elemento em direção ao outro, no posicionamento que ele escolher, ao lado, na frente ou atrás, e no direcionamento dos elementos. Para onde estão olhando. Tudo isso sem perder aquelas informações importantes de como demonstra o sentimento dele em relação ao elemento.

Quanto mais você compreender de distância, posicionamento e direcionamento, tendo internalizado as leis naturais da vida, mais será capaz de analisar o sistema. Tudo o que já vimos até aqui é de fundamental importância para entender qual é a necessidade do seu cliente e atuar como um constelador mais efetivo e resolutivo.

Análise dos relacionamentos

Continuando no caso anterior, de um cliente com câncer de próstata, vou fazer uma análise do relacionamento entre os elementos.



Podemos analisar cada subsistema que foi posicionado. A análise de cada subsistema pode ser extremamente focada e individual, como pode envolver diferentes possibilidades. Então, primeiramente vou focar na relação do cliente com a doença. Depois vou envolver a esposa, considerando outro subsistema, o casal se relacionando com a doença e como eles se relacionam diante desse fato. Outra leitura será dos pais dele em relação à doença. Eles infantilizam o filho ou não? Observo onde está a vida e morte, já que estamos falando de uma doença que ameaça a vida. Como se trata de um câncer em uma região genital, vou pesquisar como está a sexualidade e o mundo do masculino dele. Por fim, pesquisar como está a própria criança interna do cliente.

Eu poderia parar essa análise por aqui, mas quando me deparo com uma história como essa, costumo pesquisar se tem algum excluído no sistema. Se uma pessoa está com uma doença que ameaça a vida dele, pode ser que esteja sendo fiel a alguém da família que não pôde ficar.

Por exemplo, de repente você descobre que ele tem um irmão que morreu e ele está identificado com essa criança. Quais são as consequências?

Nessas análises eu já estou procurando o que é o problema principal que não foi visto.

Quanto maior a sua visão sistêmica, quanto mais você ampliar a sua consciência e quanto mais recursos você tiver, mais você vai levar o cliente a um nível de profundidade maior.

Dessa forma, além de encontrar a raiz do problema, podemos ajudar o cliente a incluir e internalizar o excluído. Permite que o irmão siga seu destino e ele seguirá o destino dele. Só assim o "sacrifício" do irmão fará sentido. Muitas vezes isso é o suficiente para que o cliente comece a ressignificar a doença na sua vida.

Pesquisa dos problemas primários

Quando o cliente chega, ele traz uma queixa específica ou um conjunto de queixas. Ele vai falar dos vários problemas que enfrenta. Vai falar daquilo que ele tem acesso, que ele enxerga. A função do constelador é descobrir o que está por trás daquilo que ele consegue acessar. Com essa ferramenta, além de aprofundar essa pesquisa, é possível conduzir o cliente para acessar coisas que ele jamais acessaria sozinho.

Para ter um resultado efetivo é preciso mexer na raiz do problema.

Como chegar na raiz?

O caminho para chegar à raiz do problema tem um roteiro que deve ser respeitado. Tentar ir direto ao ponto pode até apontar a raiz do problema, mas não fará o cliente construir um caminho, uma conexão com os traumas. Só compreendendo os traumas o cliente pode dar um novo referencial àquilo que aconteceu para sua criança interior. A dor e o trauma, que geralmente correspondem à raiz do problema, têm a ver com algo que aconteceu na fase de molde, na infância do cliente.

Nessa pesquisa, eu posso fazer alguns testes como colocar algum elemento oculto que faz sentido para a constelação. No caso analisado anteriormente, tinha algo ligado à sexualidade, então eu poderia colocar um "abuso sexual" como elemento oculto. Se fizer sentido eu sigo, se não fizer sentido, posso tirar ou deixar e ver o que vai se conectar com esse elemento. Não tenha pressa, deixe o campo agir antes de dizer que não fez sentido.

Então, para percorrer esse roteiro é importantíssimo observar as leis do sistema – pertencimento, equilíbrio, hierarquia, tempo e espaço. Mas não é só isso, você deve usar todas as ferramentas que já estudamos até agora.

- Pertencimento: todos os elementos têm o direito de pertencer ao sistema. Se há alguma dinâmica de exclusão, você deverá trabalhar na inclusão desse excluído.
- Equilíbrio: Os pais dão, os filhos recebem, sentem gratidão pelos pais e passam essa energia e esse fluxo de amor saudável para seus filhos.
- Hierarquia: Os mais velhos são os mais potentes, a força vem dele e os mais novos são a prioridade do sistema. Assim, é preciso respeitar as funções em ordem: mãe é mãe, pai é pai,

filho é filho e assim por diante.

- Tempo e Espaço: Orientação em relação ao futuro/vida e ao passado/morte. O cliente está conectado com as pessoas do passado ou do futuro? Espaço é o aqui e agora: que idade você tem? O ciclo de vida que você está é compatível com sua idade?

Caminhando para a solução – constelar

Depois de identificar o problema, após ter conduzido o cliente a uma jornada de resgate de vários traumas, agora é hora de trabalhar a solução do problema.

Eu posso pedir para o cliente posicionar o que ele acha que seria o saudável. Essa é uma estratégia interessante, para ficar ainda mais claro o que é necessário trabalhar na solução.

Um outro caminho para a solução é o constelador começar colocando ordem em cada um dos subsistemas. Existe uma ordem lógica que eu vou descrever a seguir.

Para isso, podem ser usadas frases de realidade e de solução. Para quem ainda não está familiarizado com essas frases poderosas, sugiro conhecer minhas *Cartas Sistêmicas* e as *Cartas Sistêmicas Avançadas*. Preparei esse material para ajudar você a treinar e se tornar um constelador top.

Divido a fase de solução em cinco etapas.

1. O adulto fala com sua própria criança. Reconhece no campo da constelação que deixou a criança no comando ou se desconectou dela.

> Querida criança, sinto muito. Eu te deixei só. Deixei você responsável por tomar decisões importantes. Hoje eu olho para você e vou ficar atento às suas necessidades. Hoje como adulto, eu assumo o controle da nossa vida.
> Eu serei seu pai e sua mãe. Darei para você o que precisa para ir para vida, mas nem sempre o que você quer. Vou te levar para ter uma infância mais feliz. Eu olho para você e te valorizo. Não vou permitir que abusem de você. Eu, adulto, vou tomar todas as decisões. Hoje, como adulto, eu cuido da minha criança.

Dessa forma, a criança não vai buscar pai e mãe no passado, nem em substitutos de pai e mãe como cônjuges, filhos, amigos, etc.

2. O adulto fala com a família de origem e ancestralidade. Com um olhar adulto vou ver minha família como ela é. Ela não é como eu queria que fosse, não é a pior coisa do mundo nem é perfeita. Olhar para a realidade.

Amo vocês e aceito a minha família como ela é. Faço parte dela. Amo vocês e sempre amarei.
Eu sou filho(a) de vocês.

Amo vocês, mas odeio o que fizeram comigo. Eu era apenas uma criança e precisava ser visto(a) e acolhido(a) por vocês. Às vezes eu sentia vontade que vocês não existissem. Eu detestei carregar os problemas que vocês tiveram. Muitas vezes eu senti raiva. Eu precisei ser o projeto de vocês.

Por amor a vocês e à família eu vou levar o que foi bom e deixar com vocês o que não serve – Abaya Mudra. No meu coração meus pais são adultos, se amam e me amam. Eu sou fruto do amor deles. Eles me autorizam e abençoam a seguir para vida.

Queridos ancestrais, por amor a todos vocês, hoje eu levo para a vida apenas o fluxo saudável do amor da nossa família, deixo com vocês a saga do alcoolismo/assassinatos/abusos/falências/suicídios, etc.

Dessa forma, todas as dinâmicas doentias que herdamos epigeneticamente dos nossos antepassados ficam com eles. Consciente de que o gene está comigo, mas vou dar um ambiente melhor e mais saudável, para impedir que ele se manifeste em mim e em meus descendentes.

3.

O adulto fala com a família atual e ex-cônjuges. Nessa fase, é importante incluir aquelas pessoas que passaram pela vida do cliente e mudaram o seu destino. É comum as pessoas se referirem ao ex como “falecido/a”. Aqui é hora de reconhecer como adulto que a responsabilidade por não ter dado certo é dos dois.

Nessa fase, o cliente se coloca como um ser humano comum que está tomando consciência.

Sinto muito, eu não era uma pessoa tão saudável, eu estava infantil. Casei-me com você buscando uma “mãe”. Minha família é muito doente. Acabei trazendo muitos problemas para nossa relação.

O outro lado deve fazer a mesma fala: Eu também sinto muito, reconheço também a minha responsabilidade por não ter dado certo.

Como pai e mãe nós demos certo, mas como homem e mulher não. Desejo que você encontre o seu caminho e seja uma pessoa melhor.

Querida ex dele, graças a não ter dado certo a relação de vocês, hoje eu pude conhecer e estar com ele.

No caso de um(a) filho(a) do segundo casamento – Graças à sua relação não ter dado certo com meu pai, ele pôde se casar com minha mãe e eu pude existir.

Para os filhos do primeiro casamento: Eu reverencio o sacrifício de vocês ao ficar longe do pai, graças a isso ele conheceu minha mãe e eu pude existir.

A partir de hoje eu farei tudo para me tornar um homem/mulher/pai/mãe/ser humano melhor.

Dessa forma, é possível colocar ordem na dinâmica familiar. Todos aqueles que mudaram de alguma forma o destino da família precisam ser incluídos com amor.

4. O adulto fala com os filhos. Essa é a fase de incluir abortos excluídos, provocados ou não, filhos que faleceram. Expressão para o filho de que fiz o meu melhor.

Sinto muito se no passado eu não fiz diferente. Eu fiz o meu melhor e hoje posso fazer algo ainda melhor. Querido(a) filho(a) sinto muito, naquela época eu não permiti que você viesse. Hoje como adulto, coloco você no meu coração. Você faz parte da nossa família. Onde você estiver, me olhe como um anjo da guarda. Querido(a) filho(a), vocês são e sempre serão fruto do nosso amor. Nossos problemas como casal são problemas nosso. Querido(a) filho(a), eu te dei o suficiente. Você está pronto(a) para seguir para sua vida. Tenho certeza de que você fará ainda melhor do que nós. Eu te autorizo e abençoo a seguir sua vida e fazer diferente de nós, faça algo melhor.

Com essas falas, o pai reconhece suas limitações, autoriza e abençoa que a vida continue fluindo através dos filhos. Alguns casos, os pais querem ser perfeitos e ainda cobram que o filho devolva tudo que receberam dos pais, cuidando deles no futuro. Isso tira a força do fluxo do amor da família.

5.

O adulto fala com projetos pessoais e em comum na vida. Adulto tem projetos de vida, tem a força de seguir em frente e construir algo melhor com o que recebeu dos pais. Os projetos de vida individuais e do casal dão força para sair da família de origem e seguir para a vida, assim como a sexualidade. Quando os projetos são infantis, olho para o passado; quando os projetos são adultos, olho para o futuro.

Projetos de vida precisam ser palpáveis, mensuráveis, atingíveis, realizáveis e devemos saber em quanto tempo pretendemos atingi-los. Não pode ser: eu quero ter dinheiro, ser feliz, viajar, etc… Tudo isso serão as consequências do projeto alcançado. Em geral, as pessoas não sabem fazer projetos. Eu costumo dizer que o universo não está nem aí para você. Se você não for assertivo quando pede algo para o universo, ele simplesmente te manda para o “final da fila”.

Projeto é “Para onde você deseja ir”, entende?

Meu projeto de vida é ser um(a) profissional reconhecido(a) e em cinco anos ter uma empresa tal, com um faturamento tal, etc…

Queridos clientes, meu objetivo é dar a vocês um trabalho de qualidade. Eu vou fazer o meu melhor para que fiquem satisfeitos com o meu trabalho.

Querido dinheiro, você será apenas a moeda de troca por um trabalho bem feito, não o objetivo dele.

Querido(a) parceiro(a), conto com você para atingir meus projetos e quero poder ajudar você a atingir os seus. Juntos, com a energia dos nossos projetos em comum, poderemos ter projetos em comum.

Querido(a) filho(a), você não é nosso projeto de vida, mas você faz parte dele.

Todas essas falas de solução sistêmica têm o objetivo de colocar uma ordem, um foco, uma direção no que acontecerá daqui para frente. Ao falar isso, o cliente assume um compromisso com ele mesmo e com o universo.

Quando finalizo o posicionamento dos elementos, antes de ir para a fase da solução, geralmente pergunto para o cliente se a vida dele está confortável da forma como finalizou a colocação dos elementos no campo. Na maioria das vezes está bem confuso e emaranhado. É comum o cliente dizer: “Nossa, mas está tudo muito sufocante, não tenho para onde ir, me sinto preso”.

Nessa hora é que eu dou início à colocação de ordem no sistema, com as frases sistêmicas de realidade e de solução, que acabei de descrever.

A intenção das frases é colocar ordem em cada subsistema, já posicionando os elementos para o que é saudável, olhando para a vida. Assim, quando termino de posicionar, observo um grande alívio no rosto do cliente e pergunto como ele está se sentindo com a sua vida dessa forma. É gratificante ver a transformação que acontece durante o processo.

Quando termino, digo que fiz a minha parte, que o sistema está em ordem e o campo está aberto para as mudanças necessárias que ele precisa realizar.

Na neurolinguística, os trabalhos mostram que são precisos 21 dias de esforço para mudar um padrão de comportamento. Depois disso são precisos mais 90 dias para se acostumar com esse novo padrão e não regredir ao que era antes.

No caso de estar atento à nossa criança interior, eu digo que será para sempre.

Então, deixo para o cliente uma tarefa: durante 21 dias, ele deve conversar o dia todo com a sua criança. Nesse período, ele deve resgatar a confiança dela como se estivesse revivendo o período de molde, que vai da hora que os pais engravidaram dele até os cinco anos. Agora, ele adulto vai

poder dar um novo referencial de vida para a criança dele e fazer diferente do que os pais fizeram.

Falas sistêmicas dos 21 dias: cuidando da criança interior.

> Querida criança, bom dia! Quem vai levantar dessa cama hoje sou eu adulto. Vou te levar para vida em segurança. Ficarei atento a todos os seus desconfortos. Eu assumo o controle da nossa vida. Tudo o que eu preciso de você são boas ideias e motivo para dar muitas risadas. Eu adulto tomo as decisões. Querida criança, se você me ajudar eu te recompenso. Se você me sabotar eu te coloco de castigo, te coloco limites.

Para finalizar essa parte, aviso que a evolução é em ciclos e que depois de passar bem por esse ciclo, provavelmente outros ciclos surgirão, e ele pode constelar novamente, se houver necessidade. Como disse Bert Hellinger:

> "Só o imperfeito pode evoluir.
> O perfeito já se estagnou, cristalizou-se.
> Portanto, só o imperfeito tem futuro."
>
> (Bert Hellinger)

Eu constelador

A constelação é um bisturi, ser constelador é ser um cirurgião.

Existe uma diferença enorme entre fazer constelação e ser constelador.

Fazer constelação é aplicar a técnica. Ser constelador é uma arte.

Você precisa ser constelador se quiser ser um profissional que traz resultados. Profissionais gabaritados farão a diferença na vida dos clientes.

O excelente constelador toca na alma do cliente.

A constelação é uma ferramenta com um enorme potencial terapêutico.

É preciso cuidado, pois muitas vezes eu vejo profissionais passando os seus próprios referenciais de vida para os clientes. Como se os seus referenciais fossem saudáveis e os do cliente doentios.

Não tem certo e errado, tem o que segue as leis da natureza e o que segue as normas da sua família. Então muita atenção, pois isso pode gerar confusão e prejudicar aqueles que estão em busca de solução para seus traumas e problemas.

O tripé do constelador

- Fazer cursos adequados com profissionais gabaritados para aprender técnicas e práticas.
- Fazer um trabalho pessoal. O primeiro cliente a ser tratado é o profissional. Reconhecer os seus referenciais doentios.
- Fazer supervisão de casos, contato com profissionais que têm uma visão sistêmica maior para assessorar os casos mais complicados.

A grande maioria dos terapeutas vive numa bolha de ilusão e tem tendência a ser “salvador”. O que os clientes precisam não é de um salvador, mas de um orientador que confia na capacidade dele de seguir para a vida.

Ampliando a consciência, você poderá enxergar os fatos e a realidade fora dessa bolha de ilusão. Isso deve ser feito sem julgamento, com o objetivo principal de organizar o sentir, pensar e agir do cliente.



(Fato x Interpretação = Realidade)

Sem julgamento você descobre o amor verdadeiro, aquele que deixa o indivíduo mais saudável. Sem julgamento não há culpa, e sim responsabilidade.

Quando você tem liberdade e segue a vida segundo as leis da natureza e com amor verdadeiro, você é capaz de mudar o seu destino.

> “Você é capaz de ter um destino muito mais saudável.”

O constelador “salvador” é infantil, é codependente, é onipotente. A essência do constelador é ser um adulto potente, que acredita na capacidade do seu cliente de olhar para sua dinâmica com um nível de consciência ampliado e seguir de forma mais saudável para a vida.

Assim como o cliente tem ciclos para trabalhar, o bom constelador também precisa dessa consciência, ele mesmo vai passar por vários ciclos de evolução. Por isso, ele estará sempre fazendo algo para melhorar.



Capítulo 12

PRÁTICA EM ATENDIMENTOS

Passo a passo de uma constelação

É importante dizer que esse atendimento será uma simulação, pois um cliente jamais deve ser exposto. Ele deve ter o seu direito à privacidade respeitado em primeiro lugar.

A primeira coisa é o cliente e o terapeuta estarem alinhados com o mesmo objetivo. Os contratos devem estar bem estabelecidos.

Dito isso, é hora de colocar em prática as quatro etapas da *Constelação Estratégica Sistêmica*.

1 – Investigação diagnóstica

- Investigar qual é a principal queixa do cliente.
- Fazer perguntas poderosas, compreender de onde vêm as respostas.
- Trabalhar o lado adulto do cliente.

Quando essa fase é bem feita, já é possível perceber qual é a dinâmica do cliente. Assim, você pode elaborar quais são os próximos passos e como será a abordagem. Aqui eu começo a definir como farei o cliente enxergar aquilo que eu já vi.

Para isso é preciso olhar para o adulto do cliente. Só com lado adulto eu posso fazer um contrato. Só ele é capaz de ver a realidade e resolver o trauma infantil.

2 – Pesquisa da dinâmica sistêmica

- Começar a montar a constelação, colocando os elementos com base na hipótese diagnóstica do passo anterior. O objetivo é, durante o processo de montagem da constelação, conseguir comprovar a hipótese diagnóstica.
- Ajudar o cliente e enxergar o que está acontecendo. Nessa fase, as perguntas que te ensinei até aqui vão te auxiliar (e muito) a conduzir a constelação.

3 – Identificação do problema sistêmico

- Identificar a origem do problema. Ouço todos os problemas que ele relata, mas sei que todos estão lá para ocultar o verdadeiro problema, a raiz de todos os problemas.



- Aqui, o cliente entra em contato com a dor. Os vários problemas que ele relata o fazem sofrer, mas olhar para a raiz dos problemas causa uma dor profunda.

4 – Solução sistêmica

- Para solucionar o problema, é preciso ter feito um diagnóstico, caso contrário a efetividade do trabalho pode ficar comprometida e a constelação pode até surtir algum efeito, mas frequentemente não vai resolver aquilo que o cliente foi buscar.
- Colocar ordem no sistema, seguindo todas as cinco etapas. Adulto com a criança interna, adulto com a família de origem e ancestralidade, adulto com família atual e ex cônjuges, adulto com filhos e, finalmente, adulto com seus projetos de vida.
- Precisa ter entrado em contato com a dor. Só quando o adulto do cliente entra em contato com a dor, a solução toca na alma e começa a mudar o campo morfogenético.

Para se conseguir chegar a uma solução, é extremamente necessário que o diagnóstico tenha sido feito com sucesso!

Detalhes importantes na investigação diagnóstica

Na constelação em grupo, contamos com o movimento e com as sensações dos participantes. Na constelação individual, quem sente o sistema é o constelador.

Para que o constelador comece a sentir o sistema, ele precisa esvaziar a mente e tirar do seu consciente toda a expectativa sobre o que vai acontecer. Por isso, essa primeira etapa com o cliente é tão importante. É quando começa a acontecer uma conexão entre o constelador e o cliente.

Quanto mais informações você conseguir nessa etapa, mais ferramentas você terá para interpretar o sistema do cliente. Assim, você já tem praticamente o diagnóstico do cliente e saberá elaborar muito bem os próximos passos do seu atendimento.

Foco e força da queixa

A queixa do cliente precisa ter foco e força. Se não tem, pode ter certeza de que a motivação do cliente não é essa. Às vezes ele traz uma queixa secundária para não tocar no foco principal. Fique atento, pois quando isso acontece, frequentemente ele está escondendo alguma coisa.

Cuidado também com clientes que dizem que vieram para se conhecer melhor, para você resolver seus problemas, para resolver todos os problemas da família de uma vez por todas, etc.

Se o constelador começar a se perder nas queixas secundárias, por não querer aprofundar no problema principal, pode começar um jogo e o cliente vai acabar desqualificando o trabalho da constelação.

> “Olha, não era nada disso que esperava da constelação e eu não concordo com nada disso.”

Muitas vezes, esse tipo de atitude pode ser uma armadilha, um jogo de poder do cliente para desqualificar o profissional. Ele não vai te contar nada para ver se você é capaz de descobrir a queixa dele. Esse é um jogo de cliente oral.

Direcionamento da pesquisa

Quando a investigação da queixa é feita de maneira adequada, você é capaz de direcionar a pesquisa aos lugares certos. Dependendo da queixa, você tem noção do que deve pesquisar.

Informações dos clientes – dados

O cliente vai te dar uma série de informações. Muitas vezes, ele quer encontrar a resposta certa, então começa a enrolar para responder.

Eu busco dados objetivos, concretos e reais. Preste atenção, pois existem muitas dinâmicas subjetivas que só vão atrapalhar a linha de raciocínio da constelação. Fique atento a muitas

interpretações que podem modificar o foco da pergunta ou da informação obtida.

É comum, por exemplo, o constelador perguntar uma coisa e o cliente responder outra.

- De onde vem essa informação que o cliente está te passando?
- Ela é verdadeira?
- Ele está inventando?
- A resposta vem da cabeça ou do coração?

Se você não souber interpretar o que é um dado concreto e o que é a interpretação, você entrará no emaranhado do cliente e não vai ver a realidade do processo.

Por isso eu já te disse que precisa tomar cuidado para não se identificar com o problema do cliente e misturar os seus problemas com os dele. Deixe o seu de lado, mas num ângulo de visão onde possa mentalmente vê-los. Assim, pode ficar mais fácil trabalhar só com os problemas do cliente.

Perguntas

Fazer perguntas é uma arte, assim como constelar. Durante anos, as pessoas me perguntavam como decorar essas perguntas poderosas. Eu dava risada,pois essa pergunta não deve ser decorada. A pergunta vem da própria história do cliente. Para mim, quando o cliente diz algo relevante, a pergunta vem automaticamente. Mas isso sou eu. Depois de muita insistência, eu acabei fazendo as *Cartas Sistêmicas* para ajudar você a estudar essas frases.

Mas relaxe, assim como eu, você logo vai estar treinado para fazer as perguntas que brotarem no seu coração.

Cada pergunta poderosa é uma luz que se acende na constelação, tanto para trazer informações para o constelador, quanto para ampliar a consciência do cliente.

Respostas verbais e não verbais

Quero que você entenda que, às vezes, mais importante do que as perguntas poderosas, é exatamente como vem a resposta. Não a resposta em si, mas o que está oculto por trás da resposta. Essas respostas podem ser verbais e não verbais. As mais verdadeiras, para mim, são as não verbais. Sabia que a maioria das respostas verbais são mentiras? Às vezes nem o cliente sabe que está mentindo. Ele pode ter sido induzido ou treinado para responder isso.

As respostas verbais geralmente são pensadas, elaboradas. As respostas não verbais são as mais importantes. São as que trazem mais informações para o campo.

Informações por trás das respostas verbais:

- expressões do corpo – gestos, postura, para onde os pés estão direcionados, como mexer as mãos e os braços, olhar para cima buscando a resposta na cabeça ou olhar para o coração, etc.

- expressões faciais – tensão nos lábios, cara de nojo ou de desdém, piscar sem parar, sinal do zíper na boca, etc.
- tom de voz – se aumenta, se diminui, se faz voz de choro, se faz voz infantil ou de vítima, etc.
- olhar – se olha para cima procurando resposta, se olha para baixo…
- tempo de resposta – espontânea, pensada ou maquiada.
  Espontânea: sai naturalmente logo depois da pergunta. Ela vem quase que automaticamente, sem censura.

  Pensada: vem claramente da cabeça do cliente. Busca uma resposta racional, desconectada com o sentimento e coração. Às vezes nem sabe sentir.

  Maquiada: sai disfarçada, é comum a pessoa utilizar um artifício, o da ecolalia. Ela repete sua pergunta para dar tempo de maquiar a resposta.

Outras observações importantes para prestar atenção na resposta dos clientes:

- Sentir, pensar e agir – O que você sente quando fala disso, o que você pensa sobre isso e o que faz diante dessa situação?
- Máscara e sombra – Todo cliente quando chega, chega na máscara. Ele se mostra como se mostra para o mundo. Só que o problema está na sombra e é lá que eu vou mexer.
- Dinâmicas de resistência e transferência – Toda vez que eu estiver entrando na sombra, chegando perto do trauma, ele certamente vai apresentar resistência, vai tentar desviar, vai fazer dinâmicas transferenciais, etc. Cada reação do cliente revela que tipo de trauma ele tem e isso me ajuda a fazer um diagnóstico.

Ao seguir esses passos, eu estou ampliando a consciência do cliente. Vou ajudá-lo a ver a realidade e compreender a dinâmica intrapessoal, interpessoal e sistêmica que atua o sistema. Assim, posso ver em qual ciclo de vida ele está travado, na evolução de vida.

Vejo em que subsistema ocorreu o trauma, intrauterino, fase oral, ou quando começou a ter identidade? Aqui eu tenho noção do que aconteceu.

Situações simuladas de constelação

Contrato inicial

FF – Se eu encontrar alguma coisa na constelação que provavelmente o cliente não queira ver, mas precisa ver, eu falo ou não falo?

R – Fala!

- Trazendo o adulto dele e avisando que é possível que a gente entre em algum lugar de dor que não será confortável, mas necessário.
- Se chegarmos num ponto em que ele vai tentar escapar dessa situação, eu lembro do contrato feito no início da sessão, trazendo mais uma vez o adulto de volta.

Só o adulto é capaz de lidar
com a realidade.

Queixa

FF – Qual é a sua queixa?

R – Eu sou uma pessoa muito insegura. Essa insegurança faz com que eu tenha um medo exagerado de lidar com as pessoas. Eu acho que estou sendo avaliada e julgada o tempo todo. Isso me prejudica em muitas situações sociais e profissionais. Tenho dificuldade de me expor em público e geralmente acabo dando uma desculpa e não vou aos compromissos.

- Essa é uma queixa com força.
- A insegurança é um elemento construído pela relação mãe e bebê. Quando sai do útero, o bebê vem para o colo da mãe e se sente visto, acolhido e validado, ele se sente seguro. Se eu sei que insegurança vem da mãe, então começo a pesquisar a relação do cliente com a mãe.
- Comunicação é a primeira relação com a mãe. Falar em público é expressar, colocar para fora algo que vem de dentro de mim. Que medo é esse de colocar essas informações para fora? Quando você se expressou nas primeiras vezes, o que acontecia dentro de você? Com quem fez a função materna?
- Observo os sentimentos infantis da criança em relação à mãe. Pergunto algo de hoje para ver o que ela sentiu lá trás. Estou buscando a origem do problema.

Portanto, eu já sei que a dinâmica é na relação com a função materna. Aqui já posso começar a pesquisar a dinâmica e a origem.

FF – Qual é o seu maior medo quando fala com as pessoas?

R – De descrédito. Que a pessoa não acredite ou que tire sarro de mim.

- Onde foi que isso aconteceu? Começo a pesquisar a dinâmica e a origem.
- Fique atento também se o cliente não está deslocando o problema para um outro lugar. Por exemplo: medo de cachorro pode ser medo da mãe, deslocado para o cachorro.

FF – Qual é a lembrança mais antiga que você tem disso?

R – Eu tenho um irmão gêmeo. Então minha lembrança é sempre alguém dando atenção para ele e levando ele a sério e brigando comigo e tirando sarro de mim.

- Existem dois elementos aqui, gerando uma dinâmica de comparação.
- Tem o meu irmão que é visto e tem o cliente que não era visto.

FF – O que você sentia quando sua mãe priorizava o seu irmão e excluía você?

R – Mágoa. Eu me sentia triste e excluída.

FF – E o que você pensava quando sentia isso? O que vinha na sua cabeça?

R – Que ela não gostava de mim.

FF – E o que você fazia?

R – Me afastava.

- Aqui podemos ver a dinâmica do sentir, pensar e agir, observando um padrão de funcionamento.

FF – E hoje em dia você também se afasta dessas situações?

R – Isso fez com que durante a minha vida inteira eu ficasse afastada. Hoje essa relação mudou um pouco. Eu converso mais, mas não é uma relação tão conturbada. Mas não é uma relação amorosa, não tenho tanto contato.

- Essa dinâmica é uma adaptação de comunicação.

FF – O que você fez para poder suportar essa relação?

R – Eu perdoei. Quer dizer, eu acho que perdoei. (Resposta dada com um tom de voz sem muita certeza e firmeza.)

- Obviamente, essa resposta é uma mentira criada pela máscara. Para sobreviver, é necessário esconder e sumir com a dor.
- Importante observar o tom de voz que o cliente usa para responder. A raiva que tem dentro dela está escondida na máscara. Para sobreviver eu tenho que esconder essa dor.

FF – Hoje, onde você joga essa dor?

R – Não sei.

- A questão é que essa dor existe.
- Eu posso não ver na minha mãe, mas eu posso ver no meu marido, nos meus filhos, no meu chefe ou nos meus amigos. Em algum lugar eu coloco isso.
- Por exemplo, nas relações amorosas dessa cliente, depois de um tempo ela sente que o companheiro não a enxerga, não a escuta, não a vê. Ela transfere para outras pessoas os sentimentos que tinha com a mãe.

R – O meu marido não me deixa falar. Ele retruca e invalida o que eu falo. Como se o que eu falo não tivesse valor.

FF – O que você sente quando isso acontece?

R – Me sinto excluída e desacreditada.

FF – O que você pensa quando isso acontece?

R – Me revolto!

FF – E o que você faz?

R – Hoje eu falo!

- Aqui tem uma dinâmica interessante, observe que a pessoa para quem você consegue se expressar é a pessoa com quem você tem segurança no amor.
- Quando criança ela não podia falar para a mãe, mas hoje ela fala para a pessoa em quem mais confia. Isso porque ela sente que ele não vai embora. Ela confia que o marido a ama.
- Para a pessoa que é a real causa do problema e da raiva, eu não posso falar, pois a minha criança tem medo de ser abandonada pela "mãe".

Outras situações simuladas

Relação com a mãe

FF – Como é a relação com a sua mãe?

R – Minha mãe é maravilhosa, minha melhor amiga. Eu confio muito nela. É a pessoa com quem eu posso contar.

FF – E quando você era criança?

R – Também era assim. Ela me dava muita atenção, ficava comigo o tempo todo.

- Se eu sei a origem do problema, que a insegurança está relacionada com a função materna, isso é verdade ou mentira?
- Quando a pessoa responde gaguejando, eu já desconfio que essa fala não é verdadeira. Ela não se sente segura para falar o que realmente sentia em relação à mãe.
- Essa forma de falar meio engasgada, que não sai naturalmente, fica um "tititi", "kekeke", é chamada *tartamudear*. Fique atento e você vai perceber com frequência essa dinâmica. Tartamudeou, saiba que ali tem uma mentira. Inconsciente, mas tem.

R – Eu não perdoo meu marido. Não admito que ele não me deixe me expressar. Ele não dá crédito para o que eu falo. Eu não consigo entender como eu continuo nessa relação, se ele não acredita no que eu falo.

- Aqui eu vou explorando e posso ver onde ela está identificada. Que dinâmica ela está colocando em um elemento da vida dela, que de fato é de outra pessoa. Estou pesquisando a origem do trauma.
- Posso ver em que ciclo estão os traumas que teve e a relação intrapessoal com a mãe.
- Observo como é ela com ela mesma e como é o funcionamento dela com os outros.
- Como ela se protege e o quanto ela ataca as pessoas que ama. Vejo quais são os efeitos que isso tem no campo sistêmico.

Relação com o pai

FF – Como é a sua relação com o seu pai?

R – É uma relação boa, amorosa e carinhosa. Que me passa muito senso de responsabilidade na vida. Então eu tinha muita segurança com ele.

- Observe que ela buscou no pai o que a mãe não deu.
- O pai fez a função de mãe, nesse sentido.

FF – Qual tipo de homem você buscava para se casar? O que era um homem ideal para você?

R – Um homem responsável, trabalhador, íntegro…

FF – Mas e para você?

R – Um homem que me desse atenção, que me ouvisse.

- Ou seja, “me desse tudo aquilo que a minha mãe não dava”.
- Depois de buscar no pai o que não teve da mãe, ela passou a buscar no marido. A tendência é buscar fora a atenção e a segurança que não teve da mãe.
- Aqui eu estou observando dinâmicas. Como ela passou pela mãe e pelo pai, como foram os ciclos de vida, etc.
- Aqui na constelação, eu posso observar individualmente a dinâmica que ela teve com a mãe. Como ser mulher, como ser esposa, como ser mãe, etc.
- Posso pesquisar a relação dela com o pai. Ela teve algo mais afetivo e amoroso com ele? Esse contato com o masculino do pai atrapalhou a relação dela com o feminino?

O que é ser mulher?

FF – O que é ser mulher para você?

R – Ser mulher, para mim, é ser resistente, forte. É conseguir suportar muitas situações.

FF – Dá prazer ser mulher?

R – (Demora para responder) Difícil… hein?

- Aqui podemos perceber a visão dela do que é ser mulher.
- Ela acredita que ser mulher é ser uma guerreira e que é algo muito difícil. É difícil até de responder a pergunta. Ela precisa ser fiel à mãe.
- Com quem você aprendeu a ser mulher?
- Isso demonstra quais foram os referenciais do que é ser mulher para ela. Acha que ser mulher é algo muito difícil e não prazeroso.
- Esse é um mecanismo de sobrevivência que a cliente desenvolveu e, muito provavelmente, outras mulheres de sua família também.

Relação de casal dos pais

FF – Como era a relação do seu pai com a sua mãe? Como era o casamento deles, como homem e mulher?

R – Caótica. Era uma relação muito agressiva. Eu e meus irmãos presenciamos muitas brigas. Em um determinado momento eles se separaram. Hoje eles conversam e se dão bem, até porque eu tenho um irmão com problemas psicológicos.

- Aqui, toda a família tem um problema de comunicação. Não é uma questão de ser mulher e resistente. Nessa família todo mundo tem que ficar em uma defesa. Essa é a dinâmica sistêmica da família.
- Esse é o modelo de relacionamento de casal que ela tem. Assim, a relação com o marido também tem que ser caótica.
- Quanto esse modelo de casal conflituoso vai influenciar no casamento dela?
- Que recursos essa cliente tem diante desse tipo de trauma?
- Ela viu conflito entre os pais e fica em conflito com o marido?

Relação com a vida

FF – O que te dá prazer na vida?

R – Ficar junto com meu marido e meus filhos, ter momentos de diversão, escutar música, etc.

FF – Onde você se sente segura? Em que momento você se sente segura?

R – Estando com os meus filhos eu me sinto segura.

- O que ela busca para sentir segurança?
- Ela busca na família atual a família que ela não teve no passado?
- A cliente acaba revivendo os problemas do passado, da família de origem, na família atual?

Relação com a família de origem

FF – Para que você existiu nessa família? Qual foi a grande motivação para você existir?

R – Eu não sei. Quando minha mãe foi ter o bebê, ela não sabia que eram gêmeos. Meu irmão nasceu e só aí eles descobriram que eram gêmeos. Durante muito tempo eu achei que ela me rejeitasse por esse motivo.

- Essa é a interpretação da cliente. Foi a historinha que inventou na cabeça quando era criança e ela acreditou que, se tivesse sido a primeira, a mãe gostaria mais dela.
- Aqui eu posso perguntar: mas e se sua mãe quisesse um menino e não uma menina?
- Esse é um jeito de desmontar essa historinha que foi criada na cabeça dela.

Bom, com todas essas perguntas e respostas, com todas essas informações, eu consigo ter noção de como essa história vai se desenrolar na constelação. Já estamos prontos para a segunda fase.

Cartas sistêmicas

Como já disse antes, depois de muito me pedirem, desenvolvi as cartas sistêmicas. Não foram apenas com as frases, mas também um roteiro de quatro fases para facilitar o processo do

aprendizado da técnica das constelações.

As pessoas que me assistiam constelando me perguntavam:

> – Mas, Fernando, de onde você tira essas frases?
> – De onde vêm essas “sacadas”?
> – Como você conseguiu ver que tinha um excluído?
> – Como você foi parar na 1ª Guerra Mundial?

Eu só dava risada, pois para mim as perguntas vinham naturalmente. Era como surfar uma onda alta, que muita gente acha perigoso e, para mim, quanto mais alta a onda, mais eu curto o processo.

O que posso te dizer nessa fase do seu aprendizado é que você também vai chegar lá, mas isso não cai do céu, requer treinamento e principalmente entrega do constelador ao campo morfogenético.

Cartas sistêmicas Fernando Freitas

São dois jogos de cartas, as *Cartas Sistêmicas Essenciais* e as *Cartas Sistêmicas Avançadas*. Cada jogo tem 72 cartas. As cartas são divididas em quatro fases, como se fossem os quatro naipes de um baralho. São elas:

- Fase 1 – Investigação Diagnóstica
- Fase 2 – Pesquisa da Dinâmica Sistêmica
- Fase 3 – Identificação do Problema Sistêmico
- Fase 4 – Solução Sistêmica

Elas podem ser utilizadas de diferentes formas, algumas eu explico na “bula” que acompanha as cartas e, outras, você mesmo pode inventar. Elas servem para uso pessoal, como forma de reflexão ou estudo. Também são uma excelente ferramenta para ser usada durante o processo terapêutico, ou mesmo no meio da constelação. Podem ser tiradas de forma aleatória pelo constelador ou podem ser escolhidas pelo cliente, de forma focada e concentrada. Como trabalhamos com campo morfogenético, a retirada das cartas deve ser feita respeitando a energia do campo.

Cartas sistêmicas essenciais

Com o auxílio dessas cartas eu posso, por exemplo, fazer perguntas importantes e incômodas que tiram o cliente da zona de conforto. Ao fazer isso, mais coisas vão aparecendo. Observe a forma com que ela recebe a pergunta.



Também é uma forma de fazer uma investigação sobre as leis sistêmicas e ver qual família é a prioridade, a de origem ou a atual.

- Você está pronto para ver a realidade?
- Qual a maior mentira que você conta para os outros e para você mesma?
- O que é amar a família para você?
- A sabedoria de vida vem do passado ou do presente? Qual é a prioridade?
- Para que você teve filhos? Ou para que você não teve filhos?

Aqui eu posso pedir para a cliente tirar uma carta e responder a pergunta.

Simulação do FF tirando cartas para R

CARTA - Para que você se casou?

FF – Boa pergunta. Para que você se casou?

R – Eu casei porque eu amei.

- A pergunta é “para quê”, a resposta foi “porquê”.
- “Porque” é racional. Podemos observar de onde veio a resposta. Se veio da cabeça, do coração, se foi uma coisa superficial, se foi uma resposta pronta, etc.

FF – Qual foi a reação dos seus pais quando você se casou?

R – O meu pai quis investigar como seria a minha vida depois, se interessou. Minha mãe foi indiferente.

FF – Qual reação deles você sentiu que foi mais importante?

R – Do meu pai.

FF – Sua mãe queria que você se casasse?

R – A relação já era tão ruim, que ela não ligou. Nem lembro de ter conversado com ela sobre o assunto.

- Estamos vendo uma série de dinâmicas aqui. Ser mulher, ser esposa, ser mãe. Várias funções do feminino.

Pegue mais uma carta.

CARTA - O que é amar a família para você? A prioridade é cuidar do passado ou do futuro?

FF – Você está mais ligada ao seus pais ou ao seu marido e filhos?

R – Depende muito. Se meus pais estão bem e não precisam de mim, posso me dedicar à minha família atual. Mas se eles precisarem de mim, provavelmente deixarei tudo para ajudá-los.

- E agora, qual é a prioridade aqui? É ficar olhando para o passado ou cuidar do relacionamento, dos filhos e do futuro?
- Eu posso explorar esse tema para ver o que acontece. Vejo quais são os referenciais de família e posso perguntar o quanto as dinâmicas do passado afetam a família atual.
- Essas perguntas ajudam a ampliar a consciência e auxiliam o cliente a ter compreensão das próprias dinâmicas.

Montando uma constelação passo a passo

Agora nós vamos montar a constelação, lembrando os seguintes passos:

Estratégia:

- Elementos: com quais elementos eu vou começar?
  Existem várias possibilidades. Posso colocar dois ou três elementos que tenham a ver com a queixa principal e ir analisando passo a passo. Posso também colocar todos os elementos, baseado na minha hipótese diagnóstica e analisar no final. São várias possibilidades.

  Posso começar pela própria queixa do cliente – Coloque você e seu problema. Posso pedir que coloque ela, pai e mãe. Pode ser ela e o esposo. Vai depender de como você dá o start para a constelação.
- Subsistemas: qual subsistema eu vou analisar primeiro?
  Posso iniciar analisando a queixa principal, ela e o problema que trouxe. Assim vejo se o problema está no lugar da função mãe ou pai. Posso montar direto o subsistema dela como os pais e só depois colocar o problema. São muitas possibilidades, o importante é o constelador saber o que está fazendo. Precisa ter um plano estratégico.
- Aprofundamento: depois de iniciar a constelação, você começa a aprofundar a dinâmica que ocorre naquelas relações. O ideal é fazer por etapas. Eu gosto de começar colocando os elementos que têm mais força. Assim tenho uma clareza maior do está por vir.

As quatro etapas:

- Posicionamento – Onde fica cada elemento no campo da constelação.
- Distância – Onde está um elemento em relação ao outro, está perto ou longe?
- Direcionamento – Está direcionado para o mesmo objetivo? Está direcionado para outro objetivo, diferente do que o cliente trouxe?
- Significado – Essa etapa é importantíssima. Por exemplo: onde está você, sua mãe e seu filho? Dependendo de como coloca, eu posso entender o que significa para a cliente ser filha e o que significa ser mãe.

Nessa situação, é possível analisar a cliente como filha da sua mãe e ela na função mãe de seu próprio filho.

O que é ser mãe, para você?

O que é ser esposa?

O que é um casal?

O que é ser filha?

O que é trabalhar, para você?

O que é dinheiro?

O que é objetivo de vida?

O significado de cada uma dessas perguntas vai ser diferente para cada cliente. É aí que eu analiso qual o significado de todas essas funções para a cliente.

Por exemplo:

Cliente a coloca perto da própria mãe e o filho longe dela.

FF – O que é ser mãe para você?

R – É ficar perto, cuidar e dar segurança.

FF – Então olha o que você posicionou. Você está perto da sua mãe, mas está perto do seu filho? Quem precisa mais de você? Sua mãe ou seu filho?

Observe que quando começamos a colocar os elementos, muitas coisas aparecem no campo, que a cliente jamais revelaria. São as informações conscientes e as inconscientes.

Se você ficar atento, poderá observar o sistema, os subsistemas e até os supra sistemas.

Qual sua relação com a vida?

Para que você vive?

Você está orientada para a vida?

Como está o seu sistema familiar, atual e passado?

Como era sua relação com a sua mãe?

E com o seu pai?

Eu trabalho muito com perguntas do tipo “O que você vê aqui?

Eu preciso saber o que o cliente vê, para saber o que ele não vê. Pois o que ele não vê é exatamente o que eu preciso trabalhar.

A arte é saber como fazer ele enxergar. Que recursos vou utilizar para que ele amplie a consciência das dinâmicas ocultas que aparecem no sistema, mas não consegue ver.

Interação constelador/cliente

O tempo todo eu preciso caminhar com o cliente. Ver onde ele pisa, onde ele trava, o que ele consegue ou não ver, etc. É tudo uma questão de estratégia. Se eu encontrar uma resistência da parte dele, eu não insisto. Essa é a hora de saber contornar e utilizar outros recursos para mostrar a mesma coisa.

Observo atentamente se o que o cliente me disse lá no início do atendimento é coerente ou incoerente com o que apareceu na constelação.

FF – Mas você me disse uma coisa e agora colocou outra completamente contrária ao que me disse. Você pode me explicar melhor isso?

- Perguntas e respostas (verbais, não verbais)
  As perguntas são ferramentas muito fortes para se trabalhar. As respostas devem ser analisadas muito além do seu conteúdo verbal. Repare nas suas atitudes, em como o corpo da cliente reage à sua pergunta.
- Reações (racionais, emocionais, corporais)
  Eu posso, por exemplo, pegar um boneco e dizer: “Essa aqui representa a sua mãe, onde você a coloca?” Ao entregar o boneco na mão da cliente, eu observo a reação dela. Ela coloca com

determinação, com incerteza, fica na dúvida e oscilando entre colocar aqui ou ali? Tudo isso são informações importantes que irão montar o diagnóstico.

"Esse representa o seu pai, onde você coloca?" Observe. Ficou mais fácil colocar seu pai? Ficou mais segura na hora de colocar o pai?

Leis do sistema

Verifico, nesta fase da constelação, se as leis do sistema estão aplicadas e respeitadas na constelação da cliente. Verifico principalmente o que está fora das *Leis Sistêmicas* e que provavelmente está dentro das normas da família dela. Assim vou compreendendo como ela funciona e vou quebrando paradigmas criados pela família.

"Relembrando"

Lei do Pertencimento

Lei do Equilíbrio

Lei da Hierarquia

Lei do Tempo e Espaço

O meu objetivo o tempo todo é encontrar "a origem do problema".

Dica fundamental:

A origem do problema está sempre no mundo da infância e nas gerações anteriores.

O problema que eu carrego hoje, vou buscar a origem onde foi montada minha programação de vida. Pode começar quando a cliente foi gerada, até aproximadamente seus cinco anos de idade. Mas fique atento, pois pode ser que ela carregue emaranhamentos vindos das gerações anteriores. A epigenética explica bem essa dinâmica.

Muitos consteladores ficam presos e viciados em trabalhar só nas queixas, nos problemas secundários do cliente, deixando passar despercebida a raiz do problema. Cuidado para não cometer esse equívoco.



A resolutividade do trabalho de constelação é muito maior quando trabalhamos na raiz do problema e não nos problemas secundários e terciários. Trabalhando com os problemas secundários e terciários, você consegue aliviar o sofrimento causado pelos sintomas. Na raiz do problema, você vai curar a dor, fazer um tratamento etiológico e não sintomático, para aliviar somente o desconforto do momento.

Por isso eu sempre pergunto:
Que tipo de constelador você que ser?

Novas simulações de constelações

Para a escolha dos elementos, o constelador pode perguntar para o cliente quais elementos ele julga ser importante colocar na constelação. Assim, é possível ver qual o grau de importância que um ou outro elemento tem para ele.

FF – Quais elementos você gostaria de colocar na sua constelação?

R – Meus pais, meus avós, meu marido e meus filhos.

Nessa fase, começando a constelação, eu preciso sentir e me conectar com a cliente. Vou deixando-a achar que pode interagir comigo, pode opinar e até discordar. Isso é importante para alguns tipos de clientes. Mas ao fazer isso, eu não estou dando poder para ela comandar a constelação, eu estou vendo o grau de importância que ela dá a cada elemento. Por onde ela quer caminhar. Aonde ela quer chegar. Fico observando tudo. Eu não farei o que ela quer, eu farei o que ela precisa, mas com uma estratégia assertiva.

Algumas linhas de formação em constelação dizem para começar sempre pela família de origem ou sempre pela família atual. Para mim, o sempre não existe. O que existe é o que é mais adequado para o cliente naquele momento, desde que você saiba o que está fazendo e explore os sistemas.

FF – Você colocou primeiro seus pais e depois os seus avós. Qual a importância dos seus avós para você?

R – A minha avó materna é muito importante, pois foi ela quem cuidou de mim como mãe.

- Aqui eu observo a maternagem dessa família. Observo se as funções estão em ordem. Qual foi o modelo de mãe que ela teve. E de onde a mãe dela pegou o modelo de maternagem?

FF – Coloque então sua avó, sua mãe, você e seu filho.

R – Acho que vou colocar minha avó olhando para mim e minha mãe olhando para meu filho.

Assim eu vou observar que ela está repetindo a dinâmica da família de origem. Ela está sendo fiel a essa maternagem. A mãe não olhou para ela e deixou para a avó cuidar e ela está fazendo o mesmo. E se eu perguntasse se ela estava deixando a mãe dela cuidar do filho, ela certamente diria que NÃO. Mas a constelação mostra a realidade.

Como a queixa dela era a insegurança, eu também poderia começar colocando-a juntamente com a insegurança. Sabe o que provavelmente apareceria? O elemento insegurança estaria posicionado exatamente onde ela colocou a mãe.

Mas isso são possibilidades. Não tem certo e errado. Existe uma construção. Tudo que for aparecendo será utilizado no processo de busca da raiz do problema.

Ela poderia ter pedido para colocar apenas ela, o marido e os filhos. Nesse caso eu já iria desconfiar que ela não quer ver que o problema da insegurança está ligado à mãe. Eu poderia pedir para ela posicionar um elemento oculto representando a insegurança. Dependendo de onde e como ela colocasse, eu já começaria a sacar que ela tem uma dificuldade com a mãe.

Nessa simulação eu vou começar com o básico. Vou colocar cliente, pai e mãe.

Eu posso escolher os elementos e dar para ela posicionar, ou posso pedir que ela escolha os elementos. No caso de ela escolher os elementos, eu observo várias coisas. Se ela escolhe primeiro ela ou os pais, se escolhe primeiro a mãe ou o pai, se ela escolhe um boneco criança ou adulto para ela. Muitas informações podem aparecer, só nessa escolha de elementos.

Uma dica é tomar cuidado quando a cliente escolhe, pois no final da constelação pode ficar confuso e você nem lembrar quem é quem.

Eu costumo escolher os elementos, pois tenho um critério para colocar os elementos e isso me facilita a leitura, uma vez que eu atendo muitos clientes.

FF – Escolha um elemento para você, seu pai e sua mãe.

R – Hum… Deixa-me ver! (ela escolheu os três e posicionou).

FF – Interessante! Você escolheu um menino para representar você. E você é adulta ou criança? E quem é esse menino?

R – Nossa! Eu nem reparei que era um menino!

FF – Você parece estar identificada com esse menino. Você imagina quem possa ser?

R – Pode ser meu irmão gêmeo? Ele nasceu antes de mim. Engraçado que minha mãe não sabia que éramos gêmeos e ela levou um susto quando soube que tinha eu também.

Outra coisa que eu gosto de fazer é utilizar bases diferentes para cada família.

Se for mulher, eu uso bases vermelhas para a família de origem dela, e se for homem eu uso as bases azuis. Da geração atual, ela e o marido, eu uso base branca e do encontro dessas duas famílias eu coloco bases amarelas para os filhos desse casal. Ou seja, eu uso cores para as gerações. Mas isso é o meu código. Conheço vários consteladores que têm outras formas de trabalhar as bases.



Podemos observar:

- Relação de casal (pai e mãe).
- Relação dela com a mãe.
- Relação dela com o pai.

- Relação dos pais com a filha.

FF – O que você vê aqui?

R – O meu pai olhando para mim e minha mãe olhando para um outro lado.

FF – O que mais te chama atenção aqui?

R – A relação dos dois. Minha mãe de costas, inclusive para ele.

FF – O que seria um cenário ideal para você?

R – Que ela olhasse para mim.

- Aqui eu mostro para ela que a relação dos pais tem uma distância, e eles não se olham como um casal.
- Observo também que a mãe olha para um vazio. Que vazio é esse?

FF – Sua mãe perdeu algum filho antes de você?

R – Sim, mas ela nem era casada com meu pai ainda. Era de um noivo dela que morreu.

- Isso explica por que a mãe olha para alguém do passado, ou para esse "amor" que morreu, ou para esse filho que ela abortou.

FF – Isso faz algum sentido para você?

R – (Emoção) Sim, eu sempre senti que minha mãe não gostava do meu pai. Ela era muito fria com ele.

- Com essas perguntas eu posso ir aprofundando na busca da raiz do problema. Até conseguir mostrar à cliente que a insegurança dela tem a ver com o fato de sua mãe não estar inteira na relação com o pai. E que ela não conseguiu fazer a função materna de forma adequada.

Mas tudo isso são simulações, então mostrei aqui várias possibilidades de se conduzir uma constelação.

Aprofundando a constelação

Após analisar os elementos e os subsistemas entre a cliente, a mãe e o pai, é hora de dar o próximo passo.

A cliente me contou que ela tem um irmão gêmeo, a quem sua mãe sempre deu mais atenção e foi mais presente na vida dele. Essa é uma informação importante para analisar. Peço para a cliente posicionar esse irmão.



- Quem está casado com quem?
- Qual é a função da cliente?
- Qual é a função do irmão?

FF – O que você observa aqui?

R – (Risada sem graça) Eu estou “casada” com meu pai, e meu irmão com minha mãe!

Ficou claro que, nessa dinâmica, os filhos estão nas funções de “esposa e marido” dos pais. Para deixar a situação ainda mais constrangedora, eu posso pedir para a cliente posicionar o marido dela. Mas eu também posso deixar para colocar ele mais tarde. Tudo depende da melhor estratégia a seguir.

FF – Agora coloque o seu marido.

R – Ela hesitou, mas colocou ao lado dela, um pouco mais adiante.

FF – Você tem filhos?

R – Sim, tenho dois filhos.

FF – Para você eles são adultos ou crianças?

R – Um adulto e um criança.

- Algumas vezes a mãe escolhe elementos crianças para filhos de 20 anos ou mais. Como se para ela eles fossem sempre crianças. Nesse caso eu já faço uma leitura. Mas não é o caso aqui.
- Em relação às bases, eu coloco uma base branca para o marido e amarela para os dois filhos. Mas atenção, não tem certo nem errado. Isso é como eu trabalho.

- Ela posicionou um filho de cada lado do pai.
- Eu observo vários subsistemas da constelação, por exemplo: Ela em relação aos pais, ela em relação ao marido, ela em relação aos filhos, etc.

FF – O que você vê aqui?

R – Vejo que nós somos uma família unida. Meu filho mais velho ao lado do pai e o outro também, mas eu fico olhando para ele, cuidando dele.

FF – Você acha que do jeito que você posicionou é saudável?

R – Sim, eu acho que somos saudáveis.

FF – Que modelo de casal vocês estão dando para eles? Vocês são só pai e mãe?

- Agora eu analiso se já é hora de mostrar para ela o lado doentio de ser só pai e mãe. Mostrar que ela está repetindo o modelo que teve dos pais, eles também ficavam distantes um do outro.
- É importante ter uma estratégia para não criar uma resistência do cliente. Se eu começar a falar que ela está parecendo com os pais, ela pode se sentir julgada. Então eu posso continuar coletando informações.
- Eu sinto a hora certa de falar algumas coisas importantes.

FF – Agora seu marido ficou com os dois filhos e você ficou sozinha. Como se sente?

R – Nossa, me sinto péssima! Eu quero mudar, quero meu marido do meu lado.

FF – Quem olha para você?

R – Ninguém olha para mim.



Agora existe no campo a integração de dois subsistemas (família de origem e família atual).

FF – Qual a idade dos seus filhos?

R – Tenho dois. Um de 13 anos e um de 11.

Aqui, pela idade deles, eu pergunto para a cliente se eu coloco os filhos com representante adulto ou criança. Ela me instruiu a colocar um representante adulto e uma criança.



Com esse tanto de informação no campo, nós podemos observar:

- Cliente na função filha.
- Cliente na função esposa.
- Cliente na função mãe.

FF – O que você vê aqui?

R – Eu vejo os meus filhos próximos ao pai. Eu mais próxima do meu filho mais velho. E nós todos mais próximos do meu pai. Uma família unida.

FF – E o que é uma família unida?

R – Uma família que se ama, que se cuida.

Quando eu faço essa pergunta, eu estou procurando significados e observo as reações.

FF – Essa família é saudável?

R – Sim.

Bom, já temos um número considerável de informações aqui. Dependendo do atendimento eu vou colocar mais elementos e coletar mais informações. Tudo depende da estratégia.

- Nesse ponto é interessante perguntar quais são as sensações que a cliente tem olhando para tudo isso. O que ela sente vontade de fazer.
- Observo nesse posicionamento que a cliente está, mais uma vez, sozinha. Ninguém olha para ela. O marido e os filhos posicionados na frente dela me passam a sensação de que ela tem três filhos.

FF – O que é ser mãe e o que é ser esposa?

R – Ser mãe é cuidar e ser esposa/marido é compartilhar.

- O lado consciente diz que esse posicionamento saudável é assim. Mas o inconsciente também trabalha aqui. Na constelação, ela cuida inclusive do marido.
- No fundo, essa cliente está sempre olhando para o pai. Ou o pai dela ou o pai dos filhos dela.

FF – Onde você coloca o seu lado criança?



Ela posiciona a criança interna dela bem longe dela e perto da mãe com o irmão gêmeo.

FF – O que a sua criança está fazendo aí? Qual é a sensação dessa criança?

R – De estar vazia, sozinha. Ainda estou buscando a segurança na minha mãe.

- No fundo, o lado criança é o sentimento que nós carregamos. Se nossa criança se sente vazia e sozinha, onde o adulto estiver ele vai se sentir da mesma forma.
- Mas ninguém olha para essa criança. A cliente está procurando até hoje o que essa criança não teve. O sentimento de insegurança dela continua existindo, como no passado.

Peço para a cliente posicionar a sexualidade dela.

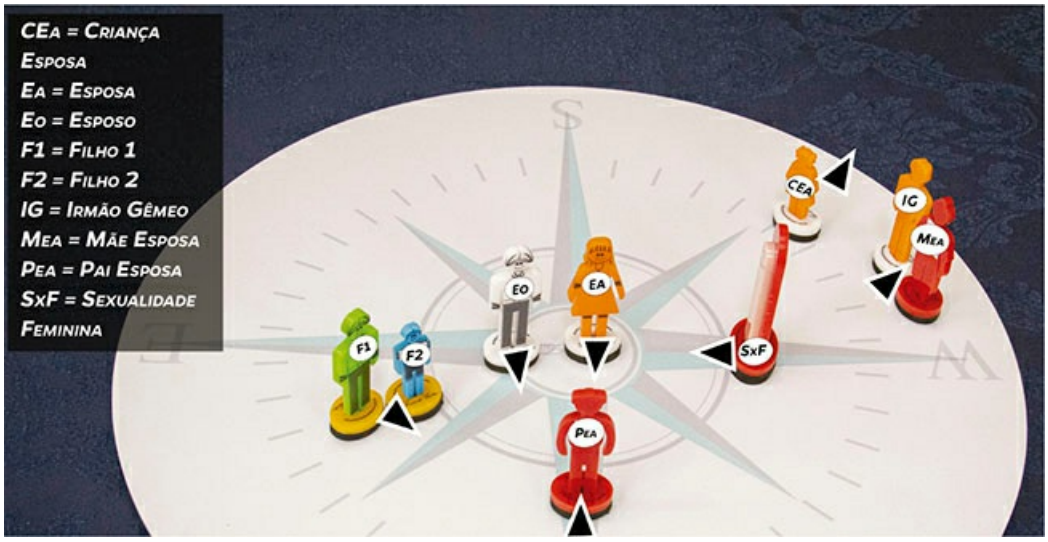
Vou descrever aqui duas possibilidades de técnicas Por exemplo, eu trabalho de uma forma e minha esposa trabalha de outra.

Nesse caso, eu permiti que a cliente movimentasse os representantes no campo para colocar a sexualidade. Observo atentamente como ela faz isso, suas reações, seus olhares, suas várias tentativas para encontrar um lugar adequado para a sexualidade.

Minha esposa já trabalha de forma diferente. Ela não permite que os representantes sejam reposicionados no campo, até a fase de solução. Só no final, ela coloca as falas sistêmicas e o que seria mais saudável. Ela acredita que o grande desconforto de ver que nem tem lugar para a sexualidade vai ajudar a cliente a sentir a necessidade de mudanças.

Repito que existem diferentes formas de trabalhar e você também encontrará a sua. Não tenha medo de fazer testes.

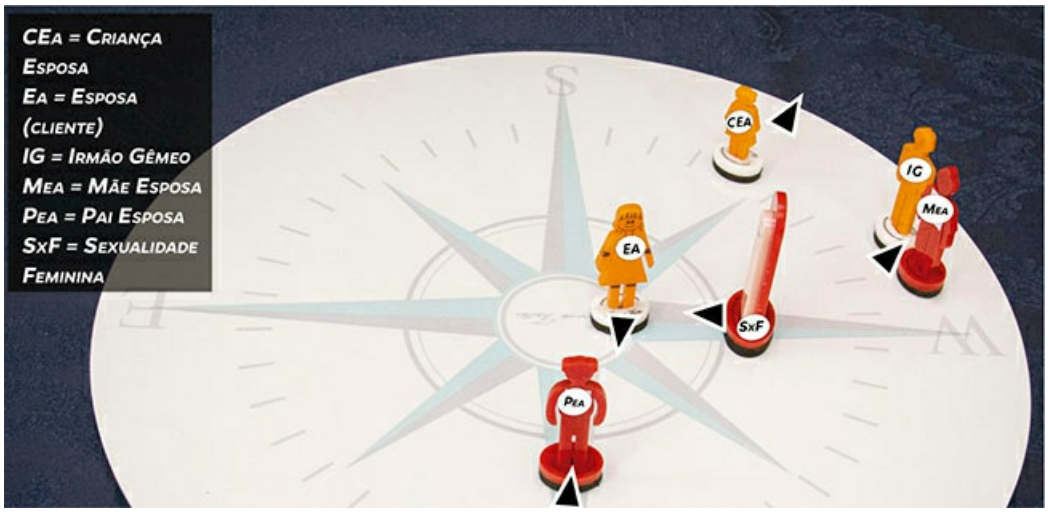




FF – O que é sexualidade para você?

R – É como eu me conheço e me reconheço como mulher.

- Fazendo uma análise de subsistemas, perceba que a sexualidade dela fez com que o sistema se movimentasse e ela foi parar entre os pais.
- Posso tirar a família atual para que ela enxergue melhor. Eu costumo fazer um teste. Dou uma limpada no campo para mostrar o que ela precisa ver, de forma mais focada.



FF – O que você e a sua sexualidade fazem aqui entre o seu pai e a sua mãe? A sua vida está orientada para quem?

R – Para o meu pai.

FF – Quem tem a vida orientada para os pais é adulto ou criança?

R – Criança.

FF – Você vai ser fiel ao seu pai ou ao seu marido?

- Essa é uma técnica de criar questionamentos. Eu posso fazer uma série de perguntas e deixar no ar para o cliente refletir.
- Posso colocar mais elementos para dar um colorido maior para esse campo e obter mais informações.

FF – Onde você coloca os seus objetivos de vida?

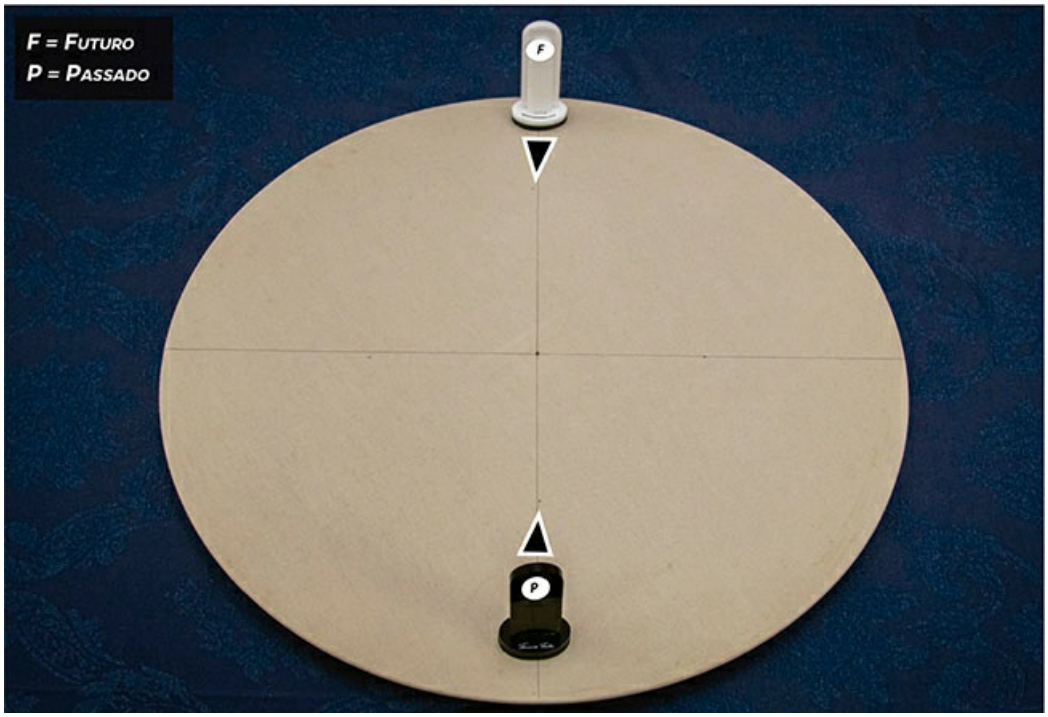
R – Meus objetivos de vida?

- Começou a fazer a ecolalia, repetiu o que eu perguntei, pois não sabe o que responder. Isso significa que ela não tem um objetivo claro de vida.

Ela colocou os objetivos de vida perto do pai.

- Quanto mais próxima ela fica dos objetivos de vida, mais próxima ela fica do pai. Mas quando eu pergunto, ela não consegue enxergar isso. Ela acha que, indo em direção aos objetivos, está indo para perto do marido.
- Se tirar o marido, quem ela encontra no caminho do projeto de vida? O pai.
- Gosto de explorar quais são os objetivos de vida da cliente, durante uma constelação, pois geralmente isso dá uma saída, uma direção a seguir.
- Então explore mais esse elemento, explique a necessidade de ter objetivos claros, palpáveis, mensuráveis, atingíveis e em quanto tempo pretende alcançar. Eu já te expliquei isso.

FF – Onde fica o futuro e o passado?



R – O passado eu vejo preso na relação com a minha mãe e o futuro é a relação aqui (perto do pai).

FF – Quem está mais perto do futuro?

R – Os meus pais.

FF – E quem deveria estar?

R – Os meus filhos.

FF – E quando você fica mais perto do futuro, você fica mais longe da sua criança. O que você vai precisar fazer para ser vista?

- A criança manda no corpo. Para que ela seja vista, primeiro ela causa um desconforto, e se não funcionar ela causa um sintoma, uma dor sem que haja uma doença; se não funcionar ela chora ou fica nervosa, com raiva; e por fim, se não funcionar, o corpo adoece.
- Doenças físicas, emocionais e assim por diante.
- No fundo, essa criança busca a atenção que ela não teve da mãe. Busca no marido, nos filhos, etc.

Caminhando na direção de encontrar o problema sistêmico

Com todas essas dinâmicas que encontramos nesse sistema, vemos que as leis do sistema estão desequilibradas. Só com essas informações já dá para fazer um trabalho sensacional.

Mas, eu vejo aqui uma dinâmica forte de exclusão.

A criança dela está excluída do sistema. Ela pode estar identificada com outro ser excluído. Pode ser um segredo familiar.

Nesse ponto eu poderia parar aqui e deixar uma informação no campo, por exemplo:

– Só a morte é capaz de resolver isso, vamos deixar isso no passado.

Até aqui eu garanto que você já estaria fazendo um trabalho excelente com a cliente, mas eu posso continuar buscando mais profundamente. Quanto mais longe eu for, mais resolutividade terei.

O bom constelador é curioso, sente prazer em ajudar o cliente a ir cada vez mais longe, no processo da ampliação da consciência.

Gosto de advertir que para trabalhar nessa profundeza o constelador precisa estar preparado, pois mexer no passado tão distante pode trazer dinâmicas complexas e mais difíceis de solucionar.

Outro cuidado que se deve tomar é não perder o foco da queixa principal do cliente. Às vezes, a constelação toma um rumo interessante, você descobre um monte de coisas do passado e termina sem fazer uma conexão com a queixa da cliente.

Buscando a raiz da exclusão

FF – Os seus avós perderam algum filho?

R – Que eu saiba não.

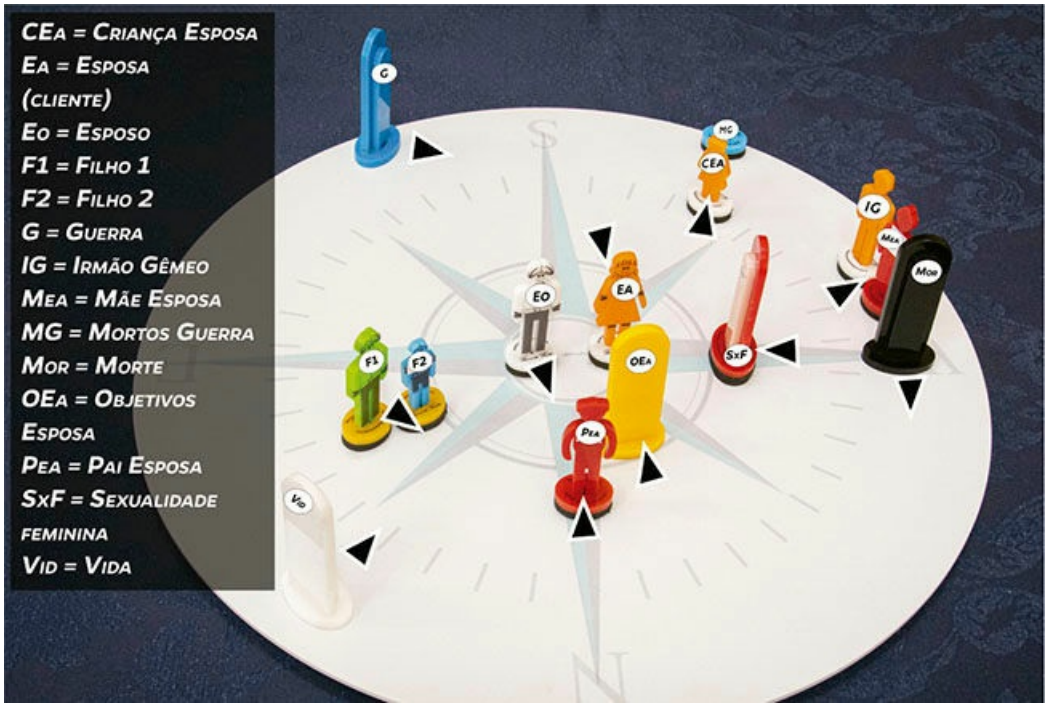
FF – Teve alguma morte trágica na família?

R – Meu avô era italiano e viveu sua infância na guerra, cuidando do irmão mais novo. A vida deles era muito precária.

FF – Onde você coloca a guerra nesse campo?



- A guerra está direcionada para a criança. Por fidelidade oculta, essa criança está presa à guerra. Quando tem mortes trágicas como acontece em guerras, o amor fica distante, mais frio. É melhor congelar o amor para não sentir a dor da perda. A criança fica identificada com esses mortos do sistema. É um padrão essas pessoas não conseguirem se vincular profundamente ao outro.
- Vou te dar uma dica importante. Toda vez que um elemento está direcionado para fora do campo, como é o caso da criança aqui, isso significa que ela está indo para a “morte”. Se a vida fica limitada ao campo, tudo que está fora do campo é a morte.
- Eu posso colocar na direção da criança os mortos pela guerra. Essa é uma cena bem pesada. Se essa cena tiver conexão com sua hipótese diagnóstica, pode colocar. Observe a reação da cliente.



- Talvez essa dinâmica tenha influenciado a dinâmica atual de exclusão e desconexão dela com a própria criança.
- Todas as crianças amorosas carregam os problemas que os adultos não enxergam.
- Quando a cliente fala do medo e da sua insegurança, a princípio identificamos um problema com a mãe. Eu poderia ter encerrado a constelação aqui, só isso já ajudaria essa cliente, mas olhando profundamente, veja onde pode estar a raiz do problema, na guerra.

Identificando o problema sistêmico

Bom, até agora estávamos pesquisando quais são as dinâmicas e a origem do problema.

O que acontece por trás de tudo isso? Qual é a dinâmica que rege essa situação?

Tudo que acontece na constelação são forças que impulsionam o sistema. Essas forças podem direcionar para o caminho saudável ou para o caminho doentio.

Algumas constelações ficam focadas na geração atual, ou em uma geração anterior, como pai e mãe. Mas fique atento, pois se existe um problema e ele não for solucionado, ele passa de geração em geração.

Dessa forma, ele vem de muitas gerações, dos antepassados e da ancestralidade, e vai passar para muitas gerações do futuro.

O que buscar?

- Traumas que ocorreram na infância – Situações de emaranhamentos com pessoas excluídas, ou com os problemas dos outros e identificações com dinâmicas doentias vindas da infância e de

gerações anteriores.

- Repetição de padrão – A que padrão doentio o cliente está fiel? Qual a origem do padrão doentio? Até que profundidade buscar a raiz do problema?
- Funções em desordem – Observar atentamente quais elementos do sistema estão exercendo suas funções em desordem. Pai e mãe estão exercendo suas funções adequadamente ou estão em funções trocadas com seus filhos ou um com o outro? Filhos ficam na função de marido ou esposa, mãe fica na função de filha, pai fica na função de filho da esposa, etc... Então reveja atentamente as leis do sistema.
- Quebra do fluxo natural do amor e da vida – Como aconteceu aqui ao falar das guerras, se não for feita uma reverência e uma elaboração dessas mortes, o fluxo de amor pode ficar interrompido. É como se os problemas continuassem causando sentimentos de medo, insegurança e abandono. Quando a cliente está se sentindo "amarrada", geralmente é porque o fluxo natural do amor da família se inverteu, e a energia de vida que deveria impulsionar o cliente para frente acaba refluxando e isso dá a sensação de estar amarrada.
- Identificação – As pessoas ficam identificadas com a dor dos antepassados. Elas deveriam ficar identificadas com a força deles.
- Sombra – Observe atentamente as informações que estão ocultas. O cliente pode falar uma coisa, mas no íntimo ele tem outros pensamentos, emoções e atitudes.
- Julgamentos – Trabalhar com constelação não pode ser trabalhar no julgamento ou na culpa. Nem o constelador deve julgar ou culpar, nem o cliente deve entrar na energia do julgamento, culpa e punição.
- Emaranhamentos – Se meu pai ou minha mãe não tiveram uma vida saudável, se passaram necessidades, se sofreram perdas e não tiveram direito de ser feliz, eu também não me autorizo a ser feliz. Fico emaranhado com as histórias de origem.
- A arte é trabalhar na dor primária do cliente.

Antes de avançar, eu vou colocar a sexualidade do pai e do marido.

FF – Onde você coloca a sexualidade do seu pai?

R – Perto dele, do lado dele.

- Observe que quando ela olha para a vida, ela vê o pai e a sexualidade do pai. Filhos não devem olhar diretamente para a sexualidade dos pais, sem a mulher dele por perto. Isso é perigoso.
- Se eu colocar a sexualidade da mãe, do irmão e do marido, isso vai mostrando que tem muita coisa fora de ordem nessa constelação.

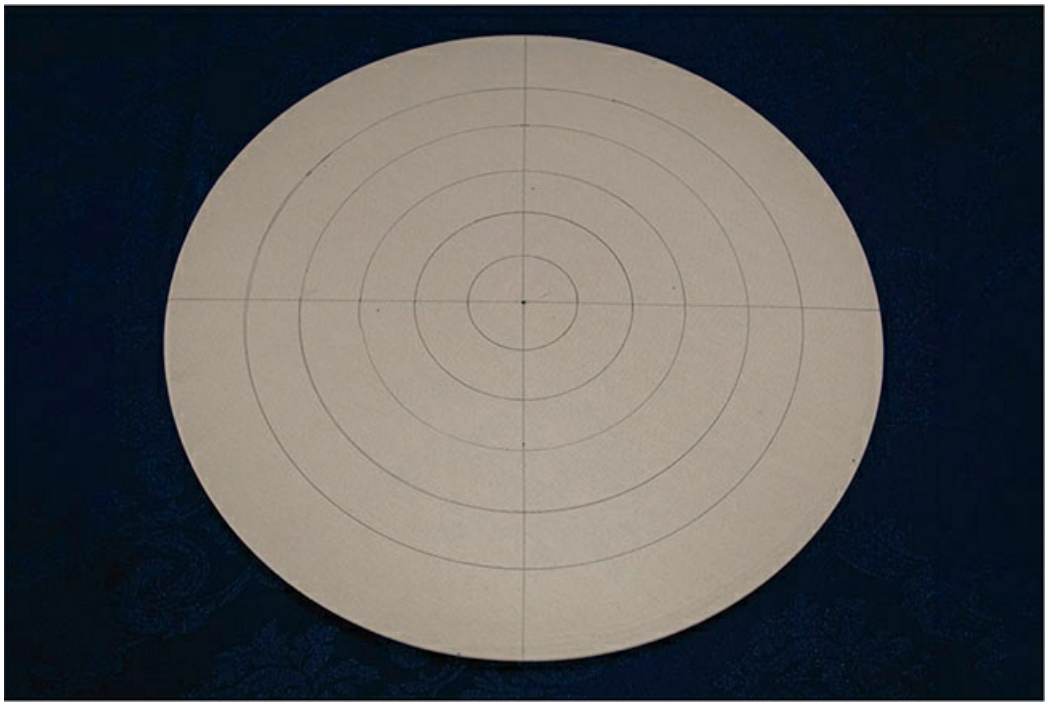
Quanto mais você observar essa constelação, mais informações você vai obter. Não tem limites nesse processo. Por isso, as pessoas costumam fazer mais de uma constelação para o mesmo problema.

É comum o cliente me dizer: "Mas, Fernando, eu já constelei isso!"

Sim, mas cada vez que você constelar o mesmo problema vai aprofundar ainda mais na busca da raiz do problema. Se o problema foi constelado e persiste, é porque ainda não chegou na raiz principal do problema.

Nesse caso, a constelação alivia o sintoma, a pessoa fica bem por um tempo, mas depois volta a ter alguns desconfortos que pensava já ter superado.

Tudo isso é normal. Os processos de ampliação de consciência e de evolução de vida são constante.



Estrutura básica para a solução sistêmica

Agora, com todas essas informações expostas e a origem do problema identificada, você deve fazer a elaboração dos problemas e buscar a solução sistêmica.

Adulto e criança

Para a minha abordagem da *Consciência Sistêmica*, isso é fundamental na fase da solução. Como eu já disse antes, eu faço a minha parte do trabalho. Identificar os problemas, fazer o cliente enxergar e colocar a ordem no campo morfogenético, com as falas sistêmicas de solução. A parte do cliente é exatamente trabalhar o adulto, cuidando da criança interna dele.

Quem resolve o problema é sempre o adulto. Mas quando o adulto não tem contato com a criança, ele é infantil. Por isso é preciso criar uma relação saudável do adulto com a criança.

1.

O adulto é pai e mãe da própria criança – conexão

“A partir de agora eu cuido de você.”

“Eu assumo o controle da nossa vida.”

“Eu vou ser o seu pai e a sua mãe.”

“Eu vou te dar uma infância mais saudável.”

“Eu vou conduzir você para a vida.”

“Eu vou tirar você das dores do passado.”

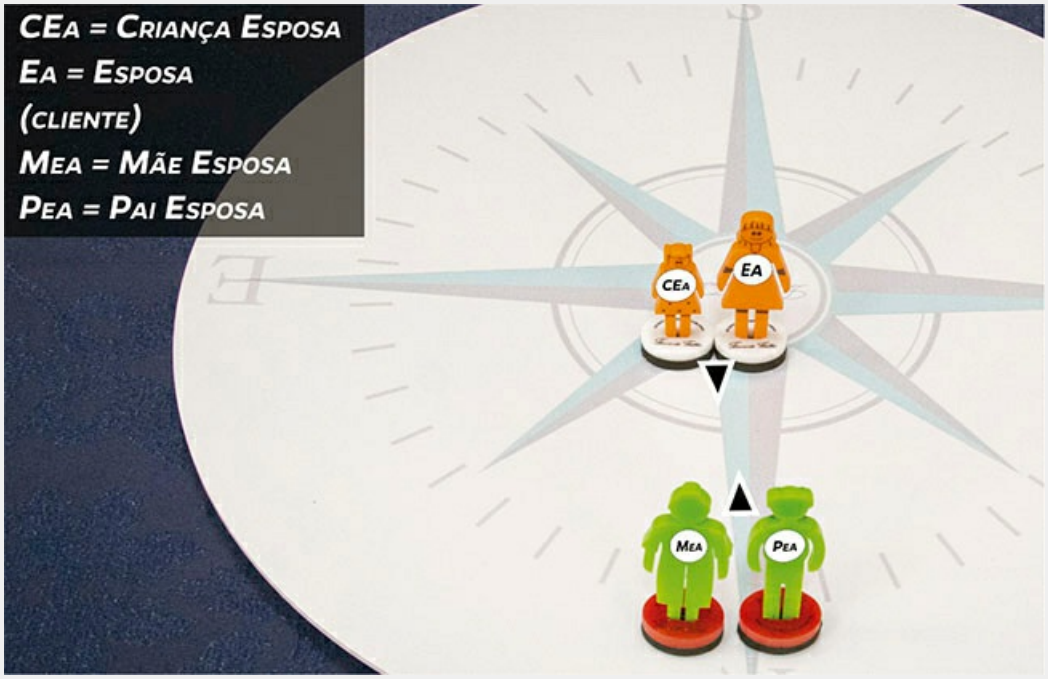
“Eu estarei sempre ao seu lado e sempre vou te ouvir.”

2.

Adulto do cliente olha para o adulto dos pais

Técnica do “sanduíche”: amor/realidade traumática/amor.

“Eu, como filha de vocês sempre amei muito”
(amor da criança).



"Aconteceram várias coisas na minha infância que não foram tão boas. E eu sofri demais com todos os problemas que aconteceram. Eu precisei de vocês e tive muita raiva" (realidade traumática).

"Hoje, como adulto, eu consigo olhar para vocês e compreender o que aconteceu com toda a nossa família. Vocês também vieram de situações terríveis, sei que vocês fizeram o melhor. Hoje eu consigo pegar as coisas boas que vocês me deram.
E, como adulto, eu deixo com vocês os problemas que não me pertencem" (internalização dos pais – amor adulto).

"Como adulto, no meu coração vocês se amam e me amam. Eu sou fruto do amor de vocês e sempre serei."

3.

Ordem na família atual

O adulto conversa com seus ex e com o atual parceiro/a e reconhece que vem de dinâmicas familiares doentias.

“Sinto muito, busquei em você o que não tive na minha mãe.”

“Sou responsável por 50% dos problemas da nossa relação.”

“Acabei traindo nosso contrato de casal e me tornei só mãe, sinto muito.”

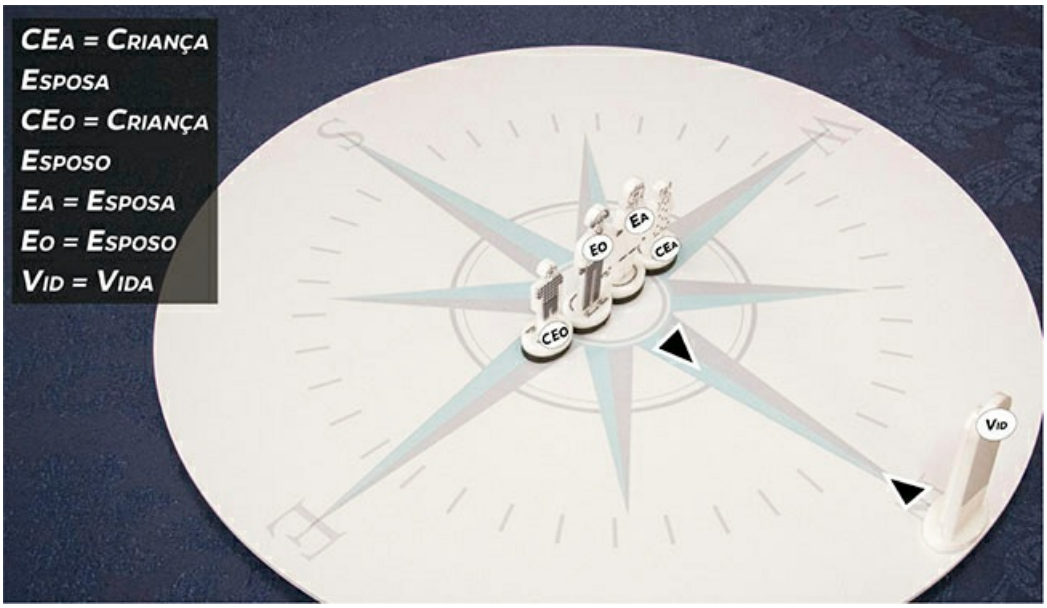
“Hoje como adulto, quero me relacionar com o seu adulto.”

4.
Direcionar para a Vida
Depois disso, os dois olham juntos para a vida.

“Querido parceiro, eu te ajudo a alcançar seus projetos e conto com você para alcançar os meus.”

“Da energia dos nossos projetos pessoais, podemos colocar energia nos nossos projetos em comum.”

“Nossos filhos fazem parte dos nossos projetos, mas não são ‘o nosso projeto’.”



Colocando ordem na constelação

Agora, a função do constelador é fazer uma reconstrução nesse sistema com a consciência ampliada e adulta.

Antes de mover os elementos, gosto de perguntar se o cliente está confortável com sua vida do jeito que montou na constelação. Muitas vezes eu até peço para o cliente fotografar no celular, aquele sistema montado. Isso é muito bom para no final ele comparar o que montou com o que é mais saudável.

Geralmente, eu começo determinando um referencial saudável. Aqui entra a *Lei do Tempo e Espaço*. Para isso eu coloco ordem nos elementos que representam o passado/morte e o futuro/vida. Eles servirão como um grande eixo para colocar em ordem saudável esse sistema.

Feito isso, quem deveria estar no passado? Quem deveria estar no presente? Quem deveria estar no futuro? Ao colocar essa ordem, observe que começo a montar uma linha de gerações na constelação.

No caso de filhos, eles devem estar na frente dos pais, olhando para eles. Assim, aprendem com os pais como olhar para a vida. Aprendem com os pais como se relacionar como homem e mulher. Quando os filhos vão ficando adolescentes, começam a olhar para a vida e para os pais. Estão tomando decisões importantes, o que vão levar dos pais e o que vão deixar com eles.

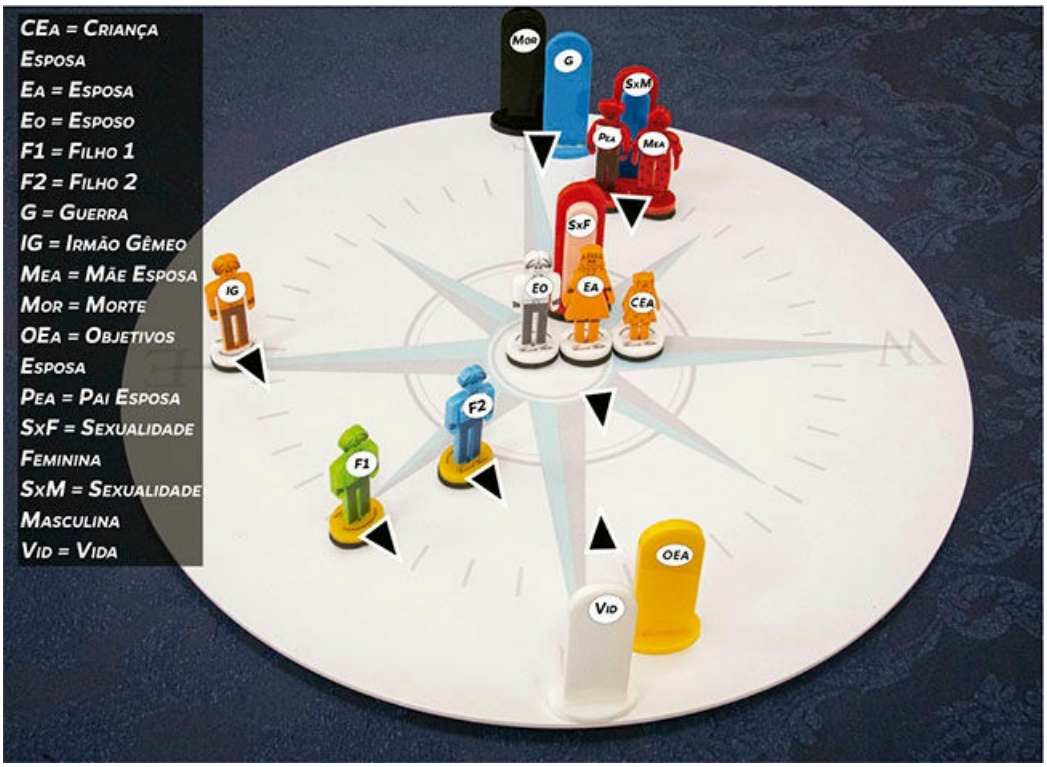
No caso de meninos, com aproximadamente 13 anos eles precisam ficar mais no campo do masculino, para aprender com o pai a virar homem. No caso da

menina, ela precisa ficar no campo do feminino, para aprender com a mãe a virar mulher. Assim que os filhos crescem, com 18 anos, eles devem sair da frente dos pais e seguirem suas vidas,

cada um cuidando da sua própria criança. O caminho para a vida do casal fica livre para seguirem. Eles vão buscar na vida novos projetos e desafios.

Para os filhos, é muito bom ver que os pais têm outros projetos na vida além deles. Isso dá ao filho a liberdade de seguir caminhos diferentes dos pais.

Tem alguns consteladores que não dão importância a essa linha das gerações. Assim, mesmo na fase da solução da constelação, eles deixam pais, filhos, cônjuges e netos, todos na mesma linha. Não estou fazendo uma crítica, mas como eu gosto muito das coisas bem didáticas, achei importante fazer essa divisão. O que eu posso te dizer é que assim funciona.



Dessa forma, vamos colocando o sistema em ordem. Posso ir perguntando para a cliente:

- Onde você acha que deve estar?
- Olhando para o futuro ou para o passado?
- Quem deve estar mais perto do passado? Você ou seus pais?
- Quem deve estar mais perto do futuro?
- Onde deve estar com o seu irmão?
- Onde deve estar com o seu marido?
- Para onde seus filhos devem estar olhando?
- Onde deve estar sua sexualidade?
- Onde ficam seus projetos pessoais de vida?

- Onde ficam os projetos do casal?
- Quem está entre você e seus projetos de vida?

Colocar as falas sistêmicas por etapas

Primeira etapa

> “Querida criança, a partir de agora, eu adulta sou o seu pai e a sua mãe. Eu vou dar para você tudo o que você precisa. Eu vou tirar você desse lugar traumático da infância e te levar para a vida. Eu vou dar para você uma infância mais saudável.”

Técnica do sanduíche – três etapas

> 1. “Queridos pais, obrigado por tudo que vocês me deram. Pela vida, pelo amor e pelos cuidados. Queridos pais, eu sou fruto do amor de vocês. Eu amo vocês. Como criança, eu sempre amei e vou continuar amando para sempre”.

> 2. “Queridos pais, faltou muito. Eu era apenas uma criança quando senti o desconforto de vocês ao descobrir que éramos gêmeos. Eu senti que vocês não me queriam. Quando eu era criança, sofri demais por todos os problemas que aconteciam na nossa família.”

> “Querida mamãe, quando eu era criança eu precisei muito do seu amor. Mas infelizmente, em vários momentos, você não estava presente. Você não pôde ser a mãe que eu precisava. Eu sofri demais por sentir que você amava mais meu irmão do que a mim. Querido pai, em muitos momentos eu também precisei de você e você não estava lá.”

> “Eu vi muitos conflitos entre vocês, e em muitos momentos me sentia culpada e não sabia o que fazer. Eu me sentia responsável. Eu passei por situações difíceis e vocês não conseguiam enxergar e nem cuidar de mim quando foi necessário.”

- Aqui o adulto fala sobre o trauma, expressa a realidade. Sem culpa, sem drama e sem vitimização. É apenas a realidade. O adulto é o porta-voz e olha a realidade como ela é.
- O adulto sabe que os pais fizeram o melhor que puderam e sabe que eles também vieram de uma dinâmica doentia.

3. “Queridos pais, hoje como adulta, eu posso ver que vocês dois são um homem e uma mulher comuns, com qualidades e defeitos. Como eu também sou. Eu sei que vocês fizeram o melhor que vocês podiam. Hoje eu compreendo que vocês não podiam me dar aquilo que também não receberam.”

“A nossa família vem de muitas tragédias e eu agradeço profundamente a força de vocês pela sobrevivência e pela capacidade de levar a nossa família para frente.”

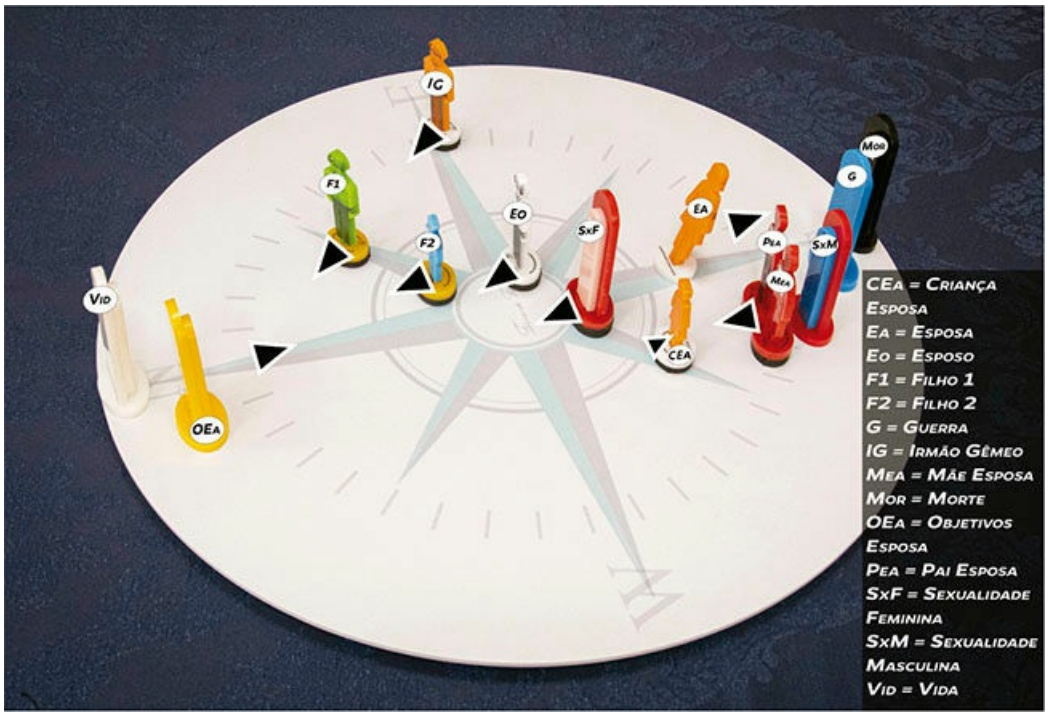
“Como adulta, eu agradeço por tudo de bom que vocês fizeram como meus pais. No meu coração vocês dois são adultos que se amam e eu sou fruto desse amor.”

“No meu coração vocês cuidam de mim, me orientam e me conduzem para a vida. No meu coração vocês estarão sempre juntos em harmonia e com felicidade, me orientando para levar a nossa família para um futuro melhor. Chega de dor!”

“Quando eu olho para vocês agora eu só vejo lado bom. Eu deixo no passado todos os problemas que vocês carregaram. Vocês são fonte de amor. Como adulta, eu sou capaz de abandonar no passado o que não serve mais.”

“E agora eu tenho os meus pais saudáveis no meu coração. Vocês me deram o suficiente. O que faltou, eu como adulta vou buscar na vida e cuidar da minha própria criança.”

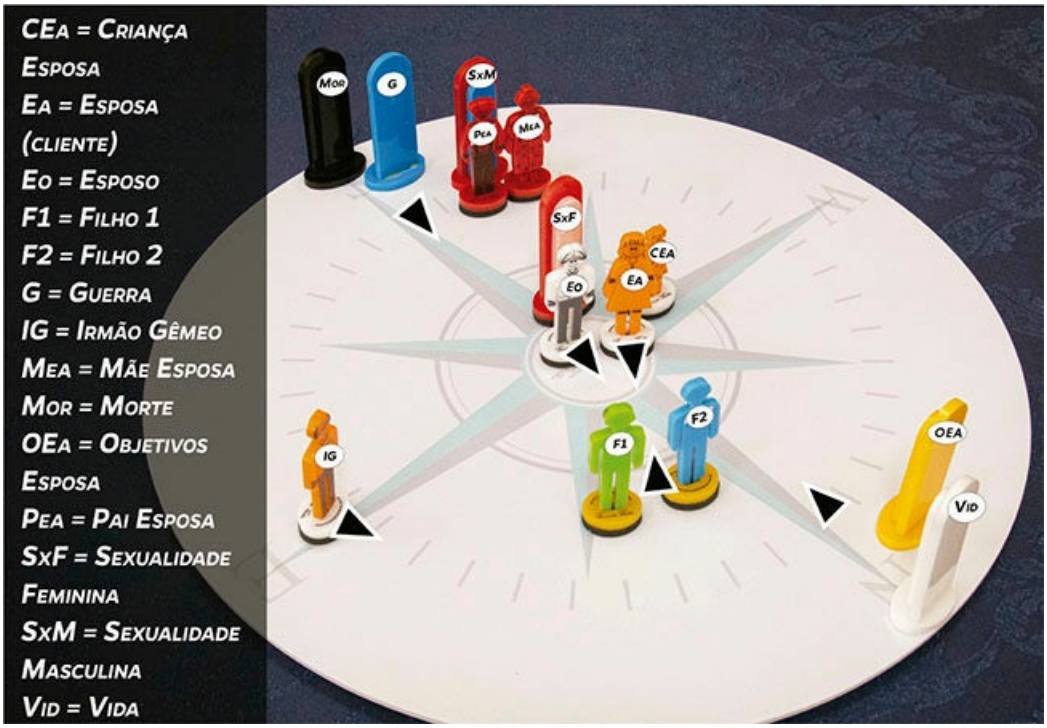
“Agora é a minha vez de levar a família para um futuro mais saudável. Vocês fizeram o melhor. E eu vou fazer o meu melhor também.”



“Queridos ancestrais, vocês fazem parte da minha família. A partir desse momento eu vou carregar para a vida o amor de vocês que a guerra destruiu. Mas eu vou resgatar esse amor. Eu vou deixar a dor e as tragédias no passado. O sofrimento de vocês não foi em vão. Eu estou viva e, graças ao amor de vocês, eu vou levar a nossa família para um lugar muito melhor. Com harmonia, paz e felicidade. Vocês terão uma família melhor. A força de vocês foi essencial. Eu pego essa força e o amor que vocês têm, para seguir para o futuro. A dor eu deixo no passado.”

“Eu venho de uma família muito forte, de amor profundo. Eu conto com esse amor, quando eu seguir para a vida.”

Segunda etapa



“Querido marido, sinto muito. Eu não fui uma boa mulher, uma boa mãe e uma boa esposa. Eu tive modelos complicados, com tragédias e traumas no passado. E isso atrapalhou demais a minha vida e o nosso casamento.”

“Hoje, como adulta, eu quero ter uma vida melhor e conto com você para seguir para esse objetivo.”

“Querida esposa, sinto muito. Eu também não sei o que é ser homem, nem marido e nem pai saudável. Eu também tive muitos traumas no passado. Somos iguais. Eu também quero uma vida mais saudável. Vamos dar aos nossos filhos, modelos mais saudáveis. Eu te ajudo e você me ajuda, assim podemos evoluir e levar a nossa família para um lugar muito mais saudável.”

FF – Onde você coloca a sua sexualidade?

R – Coloco do meu lado.

- A sexualidade é uma energia de vida que impulsiona a pessoa para a vida. Ela tem três funções importantes:

1. Seccionar da família de origem.
2. Fazer vínculo com alguém de fora da família.
3. Gerar descendentes ou projetos em comum.

Por isso a sexualidade deve estar atrás do cliente.

Terceira etapa

> “Queridos filhos, sinto muito. Eu sou uma mulher imperfeita e estou sempre evoluindo. Hoje estou melhor do que ontem. Amanhã estarei melhor do que hoje. Amo vocês, dei o meu melhor e sei que faltou muita coisa. A vida é assim. Tenho certeza de que dei algo melhor do que aquilo que eu recebi.”

> “Eu autorizo e abençoo vocês a pegarem somente o que for bom. O que não presta, deixem comigo! Eu sou adulta e eu resolvo.”

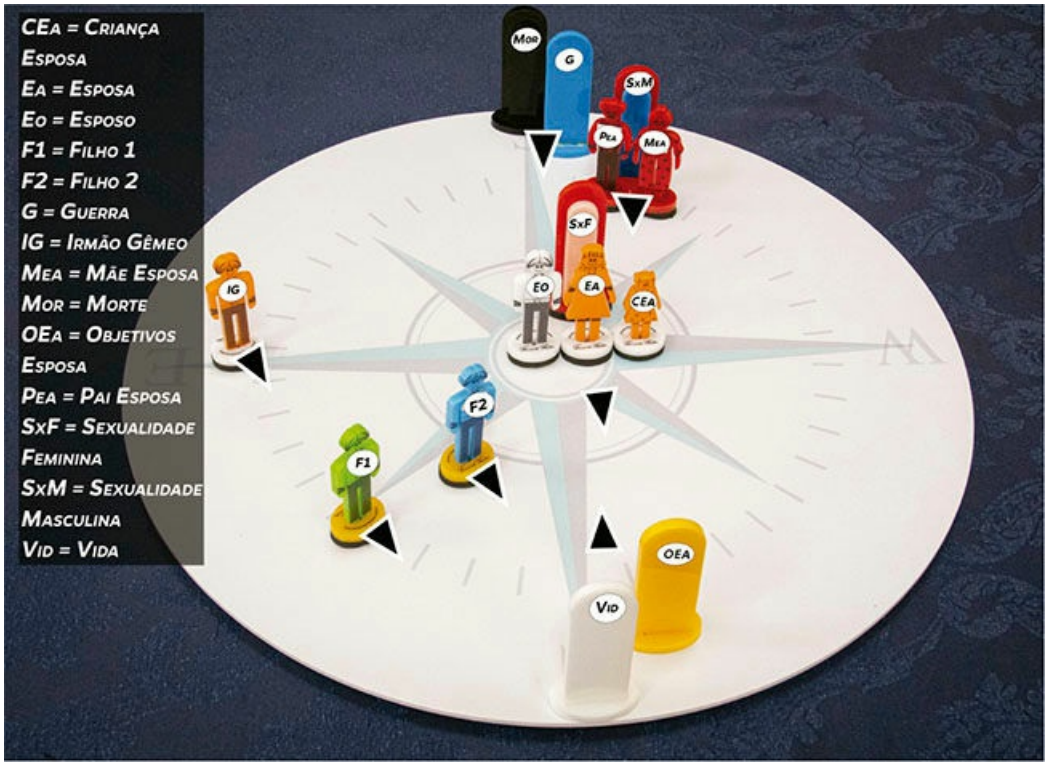
> “Eu autorizo e abençoo vocês dois a seguirem para a vida e levarem a nossa família para um destino bem melhor.”

> “Meus pais fizeram a parte deles. Eu e o pai de vocês fizemos a nossa parte. Agora cabe a vocês se tornarem adultos, pegar o melhor de nós, deixar os nossos problemas no passado e aprenderem coisas melhores no futuro.”

> “Assim , o fluxo saudável de amor da nossa família seguirá para as próximas gerações. Eu e o pai de vocês, teremos um orgulho enorme de vocês.”

“Querido pai, espero que você nos ensine a ser um homem como você, para que no futuro, possamos encontrar mulheres como a nossa mãe. E vamos repetir o amor que vocês tiveram.”

“Queridos filhos, vocês fazem parte da minha vida. Vocês não são a minha vida. Quando vocês forem para a vida de vocês, eu tenho muita coisa para fazer. Será um prazer ver vocês se tornarem adultos saudáveis, se casarem, terem filhos e eu curtir os netos e bisnetos! E que delícia ver a nossa família avançando com amor!”



“Eu faço parte da vida.
E vou fazer o meu melhor na vida.”

“Tudo o que eu tenho de bom, vou oferecer
para você. Você é a minha grande família
e eu vou na sua direção.”

“Nossos filhos fazem parte dos nossos projetos de vida. Eles vão levar nossa história e o amor da família para a vida. Além deles, eu e meu marido, vamos fazer grandes projetos na vida para ensinar a outras pessoas tudo aquilo que aprendemos dos nossos antepassados. Assim, a família viverá eternamente.”

Atendimento on-line

Há muitos anos eu venho trabalhando na técnica de atender de forma virtual. Exatamente por ter seguidores no mundo todo, comecei muito cedo a atender de forma on-line.

Muitas pessoas me criticavam e zombavam de mim, dizendo que não é possível sentir o campo morfogenético à distância. Eu, por outro lado, nunca tive dificuldade em acreditar que, ao ampliar a consciência do cliente, o campo dele, mesmo à distância, seria modificado.

Por anos eu recebi feedback dos clientes agradecendo e mencionando a importância do atendimento on-line na vida deles.

Com o passar dos anos e devido às intercorrências impostas pelas situações como a Covid-19, as pessoas passaram a se adaptar e descobriram que o bom trabalho de constelação independe de ser presencial ou on-line.

Para isso, eu desenvolvi esse método de atendimento e vou te ensinar aqui.

Saber fazer atendimento on-line é fundamental para aumentar as suas possibilidades de expandir seu público. Isso ajuda a atender em mais horários, de qualquer lugar, e para clientes de qualquer parte do mundo. Sem limites. Tendo internet e equipamento, você tem muito mais recursos. Então vamos lá.

Marcação da consulta

Para começar, a marcação da consulta requer um padrão que dê ao cliente segurança.

Muitas vezes, o cliente fará um atendimento sem nunca ter conhecido o constelador. Por isso, uma dica para quem atende on-line, faça vídeos dando dicas de relacionamento, de trabalho profissional e mesmo como é possível ampliar a consciência para ter uma vida mais saudável.

Dessa forma, o cliente poderá conhecer mais o seu lado profissional. Isso cria uma espécie de vínculo.

Contrato – Horários e honorários

É comum que se faça um contrato em relação a horário de atendimento e ao pagamento das sessões. Tanto para o cliente quanto para o profissional, aquele horário ficará disponibilizado. Costumo combinar que para garantir a reserva daquele horário, o cliente deposite metade do valor da consulta antes e a outra metade no dia do atendimento. No caso de cancelamento ou adiamento da intervenção, o cliente tem um prazo de 24 horas para desmarcar ou remarcar. Se for de última hora, o cliente paga uma multa de 30% a 50% do valor. Afinal, o profissional disponibilizou aquele horário e não haverá tempo hábil para colocar outra pessoa no lugar. Estou dizendo como eu trabalho, mas cada um tem seu próprio jeito de lidar com essa questão de horários e honorários.

Escolha da plataforma e equipamento

Outra coisa extremamente importante é garantir que tanto o cliente quanto o constelador tenham boa conexão de internet. Combinem isso antes. Já deixe combinado que plataforma irão utilizar para o atendimento.

1. Zoom
2. Skype
3. WhatsApp
4. Facetime

Envie o link com antecedência e peça para o cliente fazer um teste de vídeo e áudio. Isso pode ser feito por você ou por um funcionário.

Contrato de gravação e privacidade

Alguns clientes me pedem para gravar a sessão. Muito bem, eu como médico, que respondo a um Conselho Federal de Medicina, preciso me resguardar. Então prefiro não gravar, mas se o cliente deseja gravar no computador dele eu permito com uma ressalva.

Peço que antes de iniciar a intervenção, ele diga em voz alta: “Eu, fulano de tal, autorizo a gravação do meu atendimento no dia tal”. Então, a responsabilidade do conteúdo gravado fica para o cliente.

No caso da intervenção acontecer por WhatsApp, o cliente deve respeitar a privacidade do profissional e não ficar mandando mensagens depois do atendimento. Muitas vezes o cliente

esquece de falar sobre algum assunto e quer dar continuidade ao atendimento, utilizando o WhatsApp.

Lembre-se de que tudo que é contratado previamente não traz desconforto para as partes.

Setting do atendimento – Cliente

Peça que o cliente se certifique de estar com privacidade e num local confortável e com luz. Como é um trabalho com leitura corporal, as reações do cliente às perguntas são de extrema importância. Eu sempre oriento a deixar um copo de água e lenço de papel do lado. Peço também para deixar papel e caneta, caso queira anotar alguma coisa.

Como já disse antes, ele deve estar com uma boa conexão de internet e próximo ao roteador. Quando não tiver uma boa conexão, pode usar a conexão do celular.

Setting do atendimento – Constelador

Deixar uma mesa organizada e com luminosidade adequada. Utilizar equipamento de boa qualidade, como uma boa câmera e áudio. Lógico que o constelador também tem que ter uma boa conexão de internet. No meu caso, tenho duas redes de internet com um aparelho que liga as duas, assim se uma cair a outra assume imediatamente, sem que o atendimento seja interrompido.

Também deixo água, papel e caneta do meu lado.

Equipamento para constelação on-line

Um campo giratório, de preferência redondo, ajuda muito a visualização de determinadas posições. Ver de diferentes ângulos pode ajudar o cliente a entender o que está acontecendo. Lembre-se que muitas vezes o cliente está na cegueira emocional.

O campo deve estar limpo e, de preferência, ser de cor clara.

Você vai precisar de um kit de bonecos, que pode ser de vários tipos. Como já descrevi antes, eu desenvolvi meu próprio kit. O objetivo é facilitar ao máximo o trabalho do profissional. Por isso meu kit tem bonecos idosos, bonecos adultos, bonecos criança, diferentes sexos, elementos subjetivos e abortos.

Acredito que esses são os elementos básicos e fundamentais para esse trabalho.

O papel e a caneta eu utilizo no caso de colocar algum elemento oculto. Escrevo no papel e deixo de lado. Depois posso abrir o papel para mostrar para o cliente o que é aquele elemento oculto.

Acolhimento

Antes de ir direto ao atendimento, se apresente para o cliente, pergunte de onde ele é e como te encontrou. Isso vai fazer com que o cliente relaxe e se sinta mais à vontade de falar de seus problemas pessoais.

Assim que a conexão começar, sorria e seja gentil com o cliente. Se ele estiver mais relaxado e seguro, a constelação vai fluir melhor.

Acho que nem precisaria dizer isso, mas a sua apresentação como profissional deve estar impecável. Não é porque vai atender de casa que pode estar despenteado, de camiseta ou super à vontade.

Etapas do atendimento

O processo das etapas são os mesmos descritos no atendimento presencial. Você pode seguir o mesmo passo a passo. Como farão à distância, o constelador precisa tomar cuidado para não cair na armadilha e deixar o cliente contar toda a história da sua vida. Para isso, basta dizer que você não precisa saber todos os detalhes, mas sim a essência do que aconteceu. Se precisar, aprenda a fazer intervenções. Sinalize com a mão direita, dizendo: ”Pare”.



Não esqueça de fazer a leitura corporal durante o processo das perguntas.

Outra coisa que ajuda muito é explicar para o cliente como vai ser esse atendimento. Isso vai dar ao cliente uma segurança de que ele terá a chance de falar o que precisa.

Também é hora de fazer um contrato com o cliente, assim como descrevi no presencial. Diga: “Se eu visualizar algo importante para você, devo dizer ou você prefere que eu não diga?”

Agora você precisa ficar atento a essas quatro etapas:

- Posicionamento

- Distância
- Direcionamento
- Significado

Não esqueça de considerar as quatro *Leis Sistêmicas*:

Tudo pronto para começar

1. Investigação diagnóstica

Em que posso te ajudar? O que te trouxe aqui? O que deseja trabalhar hoje? Há quanto tempo tem esse problema? Qual foi o gatilho para ele aparecer?

2. Pesquisa da dinâmica sistêmica

Começo perguntando coisas do presente do cliente.

Você é casado/a? Tem filhos? O que faz profissionalmente? Já constelou antes? Com quem você mora? Com que idade saiu de casa?

3. Identificação do problema sistêmico

Agora começa a busca pela raiz do problema. Como disse anteriormente, você vai encontrar essas respostas na fase de molde. Isso é, da hora em que o cliente foi gerado, até aproximadamente cinco anos.

Perguntas chave dessa fase:

– Você é primeiro, segundo ou terceiro filho dos seus pais?

– Para que seus pais se casaram? Por amor? Estavam grávidos? Para fugir da família de origem?

– Como era sua relação com a sua mãe?

– Como era sua relação com o seu pai?

– Como era a relação do casal como homem e mulher?

– Você sofreu algum tipo de abuso na infância?

4. Solução sistêmica

Identificados os problemas e de onde eles vieram, é hora de ajudar o cliente a enxergar uma saída. Gosto de perguntar antes de colocar ordem no campo:

“Você está confortável com sua vida do jeito que você montou?”

Essa pergunta faz uma grande diferença. Ao admitir que não está, ela se compromete com o que precisa fazer para mudar esse destino.

Aqui eu já aviso para o/a cliente que eu farei a minha parte do trabalho, mas que ele/a precisa fazer a sua parte. No final do atendimento, deixo uma tarefa para o/a cliente. Sugiro que converse por vinte e um dias com sua criança interna e assuma o controle da sua vida. Mas aviso que

depois desses vinte e um dias, ele/a precisa ficar atento/a às necessidades da criança interna para não perder novamente o controle da sua vida.

Variações de atendimento

Eu já te disse e vou repetir mais uma vez. Não tem certo ou errado, não tem um jeito que funcione para todos os clientes, nem tem mágica. O constelador precisa estar aberto ao que o campo vai mostrar. Muitas vezes, começo um atendimento achando que a coisa vai para um lado e de repente percebo que outra porta se abrindo.

Basta respirar fundo e seguir o fluxo da constelação. Sentir, depois pensar e agir.

Então, vou revelar algumas ferramentas que uso com alguns clientes, principalmente aqueles que são mais “ectodérmicos” (superficiais e pensam muito).

Desenvolvi alguns gráficos bem didáticos que deixo impressos na minha mesa. Assim, quando sinto que o cliente está resistente e quer entender do que se trata, eu mostro os gráficos. Eles são tão poderosos, que a maioria dos clientes pede para fotografar, pois querem utilizar esses conceitos no dia a dia. Outros querem mostrar para o marido e mesmo para os filhos.

O primeiro gráfico fala da fase de molde, onde abordo desde a concepção do cliente, até quando ele se torna adulto, com dezoito anos.

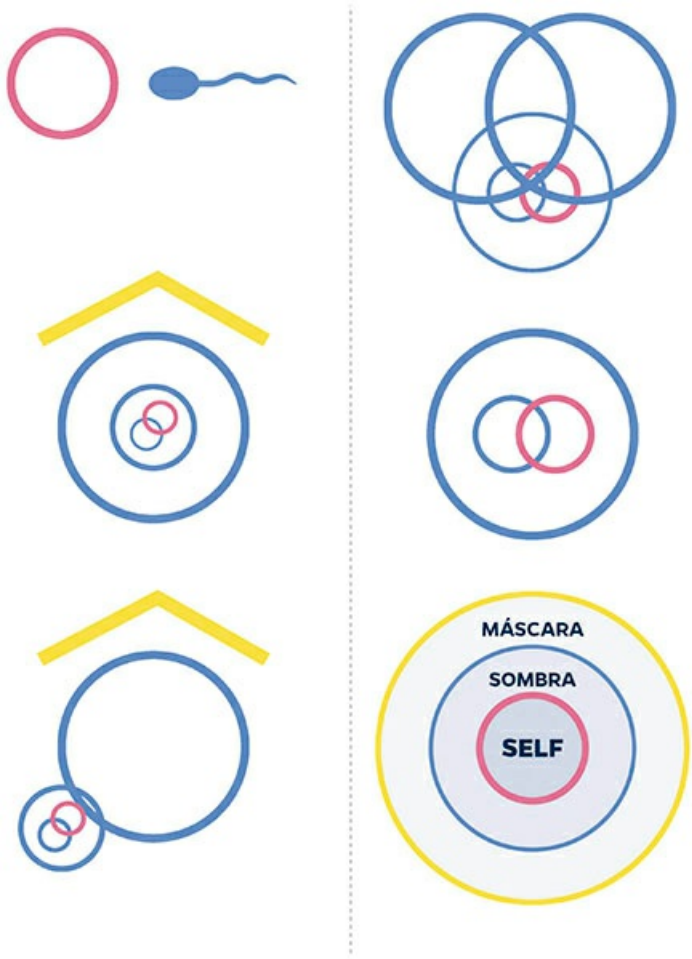


Gráfico 1

Etapas do gráfico:

1. Você é fruto do encontro do espermatozoide do seu pai com o óvulo da sua mãe. Isso aconteceu num grande ato de amor.

   Todos somos fruto do ato de amor dos pais. Independentemente do que aconteceu no relacionamento deles como homem e mulher.

2. Você é colocado dentro do útero da sua mãe e se desenvolve sob todas as emoções que ela está sentindo. A função do pai (representada pelo “chapéu” sobre a mãe) é proteger essa gestação. Garantir que ela se desenvolva sem problemas.

   Se esse útero sofreu abortos anteriores, esse ambiente já tem uma energia de morte. Se foi aborto provocado, fica o medo do feto de ser morto também. Se foi espontâneo, fica a sensação de identificação com o irmão que não pôde vir. Às vezes até sentimento de culpa. Graças a ele ter morrido, eu pude vir.

3. Você nasce e vem para o colo da mãe, amamentar-se no peito dela. Nessa fase, durante um ano, você começa a ser moldado pela mãe (função mãe). Pode ser a avó, o pai ou uma babá.

   Aqui, tudo que o bebê faz que agrada a mãe, ele registra como uma máscara. Se eu fizer isso as pessoas vão me amar. Tudo que eu fizer que desagrada a mãe, ele registra como uma sombra, um trauma. Se eu fizer isso as pessoas não vão me amar.

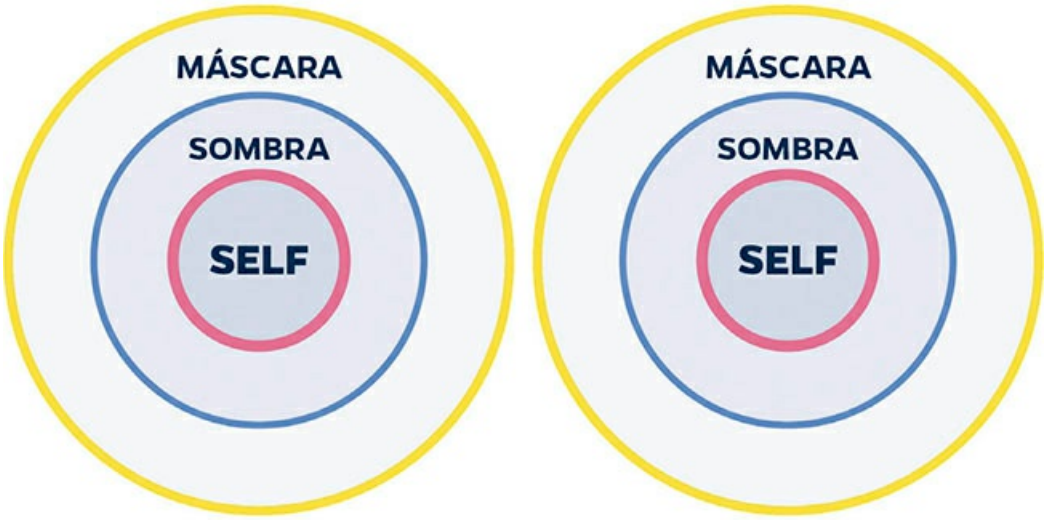
   A máscara e a sombra protegem o self da pessoa.

4. Depois de aproximadamente um ano, você vai para outra fase, onde conhece o amor do diferente da mãe – o pai. Nessa fase, você tem uma área de relacionamento com a mãe, uma área de relacionamento com o pai, e você aprende como o pai e a mãe se relacionam como homem e mulher. Essa fase vai até, aproximadamente, 5 a 8 anos.
5. Dos 5 aos 18 anos, os pais vão passando para os filhos as funções pai e mãe. Eles fazem isso aos poucos. Primeiro a mãe vai ensinando o filho a se cuidar, se amar e se valorizar. Deixa o filho escolher que roupa vestir, do que brincar, e vai incentivando e valorizando suas conquistas. Essa é a função materna. O pai vai autorizando o filho a se aventurar na vida, primeiro deixando-o dormir na casa de um amigo, depois passar um final de semana na casa dos avós. Mais tarde deixa ele passar as férias no acampamento da escola. Por fim, aos 18 anos, os pais deveriam passar para o filho a função pai e mãe. “Querido filho, hoje você é pai e mãe de você mesmo. Está pronto para se aventurar na vida em segurança. Eu tenho certeza de que você recebeu o suficiente para ir e ter sucesso.”
6. Com 18 anos, eu adulto, tenho minha máscara, sombra e self. Estou pronto para seguir para a vida, sendo pai e mãe da minha criança. Vou me aventurar em segurança.

Gráfico 2

Esse gráfico é dividido em três partes:

Parte 1 – Quando encontro uma pessoa especial para me relacionar, vamos interagir. Eu adulto com minha máscara/sombra/self e ele com a máscara/sombra/self dele.



Quando você conhece alguém, o que mostra primeiro é a sua máscara, e ele mostra a máscara dele. Quem moldou a sua máscara e quem moldou a máscara dele foi a mãe – função mãe. Então, todos nós nos casamos com a mãe. Buscamos no outro o que a mãe não deu. Geralmente segurança, cuidados, alguém que me valorize, etc.

Máscara com máscara é aquela fase do namoro em que tudo parece perfeito.

Depois de um tempo, um começa a entrar na sombra do outro. Aí a coisa muda. Começa a famosa fala: “Nossa! Nunca pensei que você seria capaz de uma coisa dessas!” ou “Nossa! Você está parecendo a sua mãe!” – máscara com sombra.

Mas tem também a fase do relacionamento em que sombra com sombra se encontram, e aí “quebra o maior pau”. Fase das brigas e de um pisando nos traumas do outro. Geralmente são duas crianças se relacionando.

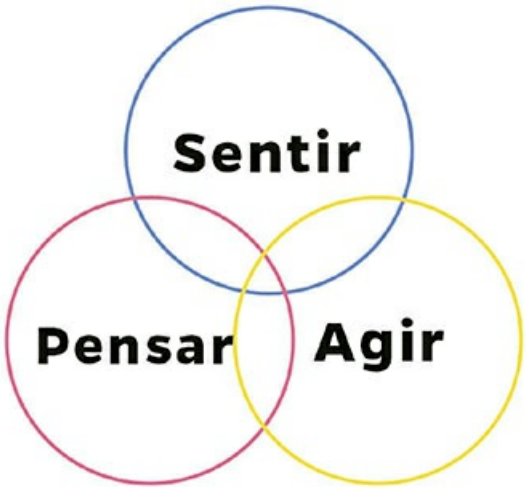
Lógico que com o tempo eles se entregam um ao outro e ocorre o encontro de selfs. Aquele momento mágico em que parece que o outro é perfeito, feito sob medida para você.

Acontece que o relacionamento pulsa. Ora estamos nos relacionando máscara com máscara, ora máscara com sombra, ora sombra com sombra e ora self com self. Isso é o pulsar da relação.

Parte 2 – São dois gráficos do pensar, sentir e agir. No primeiro, se o que você sente te direciona para um lado, o que você pensa te direciona para o outro e o como você age te direciona para outro lado, você não sai do lugar. Gasta uma grande energia, mas não progride, procrastina.

No segundo, se você direcionar o seu sentir na mesma direção do seu pensar, alinhando essas duas energias, aí você pode tomar uma atitude coerente com o que sente e pensa. Isso é pura física. Três energias direcionadas para o mesmo lugar, você caminha!

Parte 3 – Fórmula da Realidade



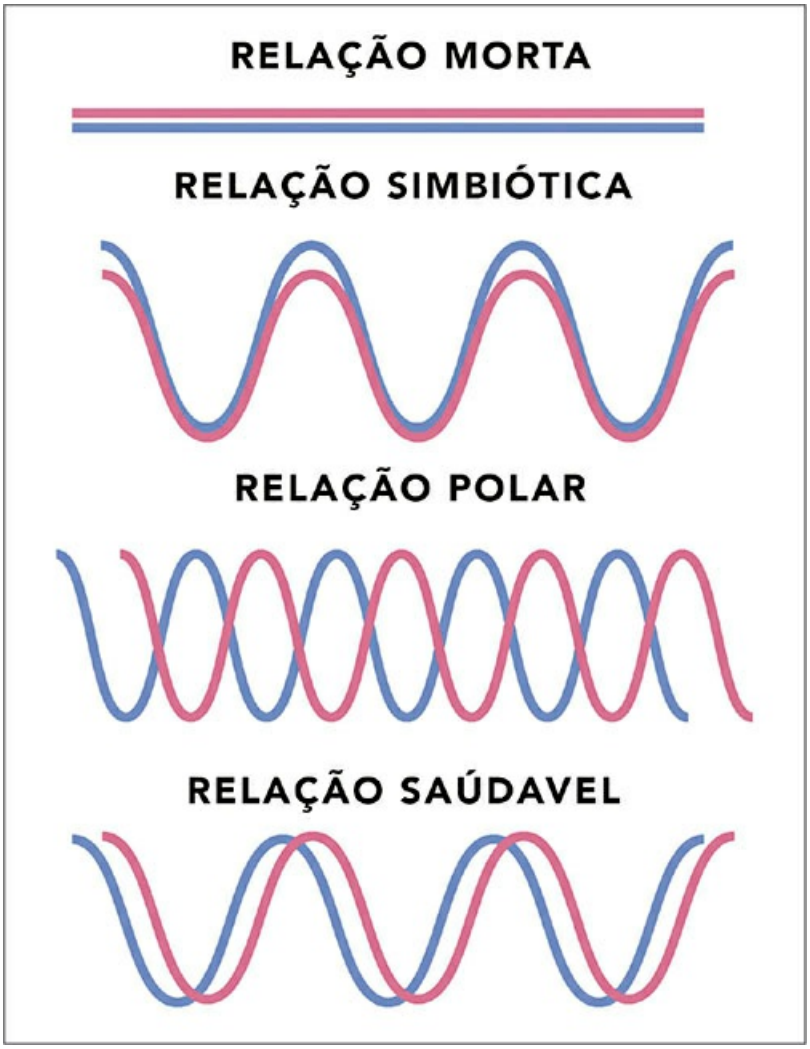
F x I = R

(Fato x Interpretação = Realidade)

Explico que, no relacionamento, nem sempre a realidade de um é igual à realidade do outro. Tudo depende do referencial de cada um. A interpretação do fato tem a ver com a experiência infantil de cada um. Ao invés de ficar tentando fazer com que “olhe com seus olhos”, aquele famoso “Veja bem!”, que tal dizer: “Eu até entendo que, para você, o fato que aconteceu causou desconforto, mas para mim isso não teve importância. Mas eu entendo a sua dor.”

Gráfico 3

Tipos de relacionamentos



Relacionamento morto – Quando não pulsa, fica tudo sempre igual, não tem brigas, mas também não tem grandes emoções.

Relacionamento simbiótico – Quando o relacionamento pulsa, mas os dois estão sempre pulsando na mesma vibração. Tão perfeito que não ocorrem colapsos de onda. Eles vão ficando tão parecidos que acabam parecendo um só.

Relacionamento polar – Quando os dois pulsam, mas toda vez que um está bem, o outro está mal; quando um melhora, o outro piora; e de vez em quando, eles fazem alguns colapsos de onda. Depois vai cada um para um lado.

Relacionamento saudável – Quando os dois pulsam com individualidade e identidade. Pulsam na mesma vibração. Se encontram em fases boas e se encontram em fases ruins. No dia a dia são parceiros e estão juntos, caminhando na mesma direção e para objetivos em comum.

Oração da Gestalt

“Eu sou eu, você é você. Eu faço as minhas coisas, você faz as suas. Não vim ao mundo para viver de acordo com as suas expectativas, nem você está nesse mundo para viver de acordo com as minhas. E se, por acaso, nos encontrarmos, será lindo. Se não, não há nada a fazer.“

Gráfico 4

Eu nunca deixo de abordar esse tema com os clientes, pois acredito que seja uma das ferramentas mais importantes e inteligentes para lidar com os problemas.

São o *Triângulo Dramático de Karpman* e o *Triângulo da Realização FF* (Fernando Freitas).

Coloco os dois triângulos na mesma página, exatamente para mostrar que o cliente está no meio. A decisão de ir para o *Triângulo Dramático* ou para o *Triângulo da Realização* é dele.

Os seres humanos têm livre arbítrio. Decidem o que vão fazer. Os animais, diante de um problema, podem ter duas reações: avançar com raiva ou fugir com medo.

No *Triângulo Dramático*, tudo gira em torno de um problema e ele é gravitacional. Naturalmente te puxa para baixo – Depressão e ansiedade.

Ele tem três personagens:

- A vítima, que é inocente. Pela lei da polaridade, quem está perto se sente culpado.
- O acusador, que está sempre certo. Quem está perto se sente errado.
- O salvador, que é bom. Quem está perto se sente ruim.

No *Triângulo da Realização*, tudo gira em torno da solução do problema e ele é antigravitacional. Requer que você se esforce para ir para cima – Felicidade e realização.

Ele também tem três personagens:

- O criativo (nossa criança interna), que tem muitas ideias, mas não sabe colocar essas ideias em prática.
- O potente (nosso adulto), que elege as melhores ideias do criativo e que são possíveis de fazer.
- O sábio (nossa experiência de vida), que decide qual das ideias é a melhor opção, baseado na experiência de vida que adquiriu com o tempo.

Tarefa ou receita final

Chegando ao final do atendimento, deixo claro para o cliente que, a partir daquele momento, a ordem no campo morfogenético da vida dele mudou.

Essa é a minha parte no trabalho. A parte do cliente é passar os vinte e um dias cuidando 24 horas da criança dele.

> “Bom dia, querida criança! Quem vai levantar da cama para trabalhar sou eu adulto.”

> “A partir de hoje, eu assumo o controle da nossa vida.”

> “Se você me der ideias eu vou te recompensar, levando você para brincar.”

> “Se você me sabotar eu te coloco de castigo.”

Depois disso, nos próximos noventa dias ele precisa ficar atento para as manifestações da criança interior. Lembrar que a criança interna se manifesta de quatro formas.

1. Sentindo um pequeno desconforto.
2. Sentindo uma dor (cabeça, maxilar, cervicalgia, dor de estômago, etc.).
3. Sentindo raiva, irritabilidade ou vontade de chorar.
4. Adoecendo

Finalmente, deixo a critério do cliente se ele deseja continuar num processo terapêutico semanal para trabalhar detalhadamente cada questão, ou se prefere esperar os vinte e um dias para iniciar o processo, ou ele pode também iniciar na semana seguinte.

Para fazer uma nova constelação com o mesmo tema, deve esperar um tempo. Eu não defino um tempo exato, pois cada cliente elabora e aproveita a constelação em seu próprio tempo.

Por isso, eu termino falando com o adulto do cliente e a decisão é sempre dele e não minha.

Reflexões finais

Tenho certeza de que você aprendeu muitas ferramentas, possibilidades, recursos e que é perfeitamente capaz de colocar tudo isso em prática.

O constelador está sempre aprendendo. Está em constante evolução. Ter consciência disso faz de você um profissional ainda melhor.

É importante que você dê continuidade ao seu desenvolvimento pessoal.

> Seja um eterno aprendiz.
>
> Amplie a sua consciência constantemente.

Quanto mais você ampliar a sua consciência, mais vai conseguir ampliar a consciência de seus clientes.

Além disso, é fundamental estudar muito. Só assim será capaz de desenvolver técnicas, ganhar mais recursos e, consequentemente, mais experiência.

Você só leva o cliente até onde você já foi. Quanto mais você amplia a sua consciência, mais longe você levará os seus clientes e mais resultados terá.

DÊ SALTOS DE EVOLUÇÃO

Amplie cada vez mais sua teoria e prática.

Faça o trabalho pessoal. Você precisa ampliar a sua consciência para não limitar a sua técnica. Saiba onde você está aprisionado.

SUPERVISÃO

Busque sempre profissionais que saibam mais do que você. Ele poderá te mostrar dinâmicas que você não enxerga. Irá te ajudar a ver onde estão os seus limites.

LIMITES

Tenha consciência de que você tem um limite, o cliente tem um limite e a técnica também tem!

Saiba potencializar o poder de todos esses elementos, mas tenha consciência de que não é uma técnica milagrosa.

Quanto mais o profissional trabalhar, mais potente a técnica se torna. Mas, saiba identificar até onde você pode ir com o seu cliente.

INTEGRAÇÃO COM OUTRAS ABORDAGENS

Eu criei a *Consciência Sistêmica* integrando conhecimentos da medicina, genética, psicossomática, psicoterapia corporal, biossíntese, biodinâmica, bioenergética e coach. Todas

essas ferramentas me ajudaram a construir essa abordagem.

Quando você tem, dentro de você, estruturas básicas que formam o seu ser profissional e te dão força, os seus atendimentos são muito mais eficazes.

CORAGEM

Não tenha medo de ir além. O medo é o contato com a sua própria sombra.

Já a coragem é agir com o coração. Por isso, sinta o seu cliente. Sinta o campo.

Coloque o seu coração na constelação e deixe sua alma te mostrar o caminho saudável da solução.

RESPONSABILIDADE

Aplique essa técnica com sabedoria e responsabilidade, para auxiliar os seus clientes a terem um caminho mais saudável para a vida!