

2002 A 2018 - Nossa jornada com as Constelações Sistêmicas
Relatos de experiências reais extraídas de workshops, cursos e
programas vivenciais

EBOOK

Gratuito

**CONSTELAÇÃO
SISTÊMICA
FAMILIAR**

Estudos de caso confrontando
experiências reais de desajustes
pessoais com as Leis Sistêmicas
segundo Bert Hellinger.

Adriana Tosta
&
Marcelo Máximo

● INTRODUÇÃO

Final de 2017. Não sei bem quantas pessoas consteladas até então. Provavelmente acima de 1800, em cálculo aproximado. A primeira vez que conheci as Constelações Sistêmicas foi em um workshop, em meados de 1998 na UNIPAZ-Brasília, com a convidada alemã Mimansa Erika Farney, contemporânea e “partner” de Bert Hellinger nos primórdios dos trabalhos de Constelação (até então apenas conhecida como Constelação Familiar). Após essa experiência, tive a certeza de que precisava aprofundar meus conhecimentos sobre essa “inusitada” ferramenta terapêutica que instigava a minha curiosidade de aprendiz. Seria um teatro sem ensaio? Um psicodrama? Uma comprovação da teoria quântica de que “Todos somos UM”? Ou uma evidente sessão espírita?

Esses questionamentos flutuavam na minha mente acadêmica e fugiam à lógica racional da minha preparação profissional. Mas, no caminho do coração, não restava dúvida: eu precisava aprofundar meus conhecimentos sobre essa nova técnica que veio ao mundo terapêutico com a proposta clara de investigar os porões de nossas histórias familiares. Pronto! Lá estava eu desafiando mais uma vez a minha razão e as minhas crenças. O caminho do coração foi vitorioso.

Ao concluir a formação, comecei em 2002 a aplicar a técnica com grupos e também de forma agregada aos atendimentos individuais no consultório. Aliás, hoje sei o quanto essa ferramenta é adaptável e complementar a outras técnicas, acelerando de forma surpreendente, os processos terapêuticos dos clientes. Ao longo de todos esses anos fui observando a minha mente, inicialmente com passos tímidos, chegar cada vez mais perto do coração. Isso me impressiona a cada dia que conduz uma constelação. Naquela época, ainda não tínhamos o aprofundamento das pesquisas como feitas hoje pelo biólogo Rupert Sheldrake, por exemplo. Mais recentemente, com sua teoria sobre a atuação dos campos mórficos, minha mente ficou mais aberta e receptiva para as “falas” do coração. Sim. Porque para ser um constelador de verdade há que se ouvir atentamente a voz silenciosa do coração e permanecer no seu “centro vazio”. Sem intenção e sem indução; respeitando a prontidão do cliente e acompanhando o desvendar do campo mórfico da alma familiar até aonde lhe for permitido. E, como constelador, saber aonde é o seu lugar e ali permanecer.

Hoje ainda me encanto ao perceber, durante uma constelação o aparecimento das sincronicidades e dos efeitos ressonantes. Aprendi a reconhecer quando esses processos estão acontecendo. Não julgo, uso algumas perguntas-chaves e, em algumas situações, troco algum representante, a depender do comprometimento do trabalho, em razão da ressonância mórfica. Nesse momento, aprendi a identificar o que pode estar passando, provavelmente, na cabeça de quem está representando, em termos de sentimentos e emoções. É interessante ver como é possível nessa hora fazer um

trabalho “dois em um”, ou seja, identificar o que é do cliente, o que é do representante e ajudar a ambos em um contexto único.

Portanto, não tenho receio de dizer que assistir constelações e, principalmente, atuar como representante na constelação de outra pessoa, é “mágico”. Ninguém é escolhido ao acaso para trabalhar em uma constelação. Atuando como representante, a pessoa terá a oportunidade de, ao mesmo tempo e em algum nível, reorganizar também o seu próprio sistema familiar. Mas o que se pode ganhar com uma constelação? Saúde, bem estar, alegria de viver de forma abundante, paz, discernimento e foco no que é fundamental, ou seja, se libertar de enredos gravados na memória familiar e viver sua própria vida. Mas, viver sua própria vida de forma absoluta, sem “emaranhamentos” ou vínculos com situações ruins que aconteceram na sua própria história de vida (traumas infantis), sem carregar pesos de histórias que se repetem de geração em geração (dramas transgeracionais), sem “lealdades invisíveis” que nos levam a honrar, por um amor inconsciente, aqueles que foram excluídos ou que foram prejudicados pelo sistema ao qual pertencemos.

Esse é o objetivo principal de se fazer uma Constelação Sistêmica: buscar reorganizar o sistema familiar e resgatar o respeito às LEIS SISTÊMICAS. Com isso, a pessoa que faz sua constelação tem a oportunidade de ampliar consciência e resgatar os princípios básicos que deveriam direcioná-la na vida diária e honrar o ser HUMANO que mora dentro de si.

● VOCÊ CONHECE AS LEIS SISTÊMICAS OU “ORDENS DO AMOR”?

Bert Hellinger nos fala que há, além do inconsciente individual e do inconsciente coletivo, também um “inconsciente familiar” que atua em cada membro da família. Para ele, existem três princípios básicos universais que atuam ao mesmo tempo: **O PERTENCIMENTO, A PRECEDÊNCIA E O EQUILÍBRIO NAS RELAÇÕES DE TROCA.**

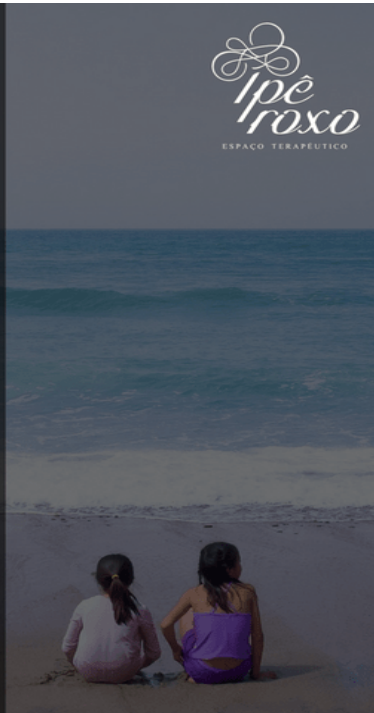
LEI DO PERTENCIMENTO

*"Pertencer à nossa família é
nossa necessidade básica.*

*Esse vínculo é o nosso desejo mais
profundo. A necessidade de pertencer
a ela vai além até mesmo da nossa
necessidade de sobreviver. Isso
significa que estamos dispostos a
sacrificar e entregar nossa vida pela
necessidade de pertencer a ela. "*

Bert Hellinger - A Cura - pg 17.

*Ipe
roxo*
ESPAÇO TERAPÊUTICO



LEI DA ORDEM

*"O ser é estruturado pelo tempo.
O ser é definido pelo tempo e através
dele, recebe seu posicionamento.
Quem entrou primeiro em um sistema
tem precedência sobre quem entrou
depois. Sempre que acontece um
desenvolvimento trágico em uma
família, uma pessoa violou a
hierarquia do tempo."*

Hellinger, Ordens do Amor, pg 37.

*Ipe
roxo*
ESPAÇO TERAPÊUTICO



A LEI DO EQUILÍBRIO

*"O que dá e o que recebe
conhecem a paz se o dar e o receber
forem equivalentes.*

*Nós nos sentimos credores quando
damos algo a alguém e devedores
quando recebemos. O equilíbrio entre
crédito e débito é fundamental nos
relacionamentos."*

Hellinger, A Simetria Oculta do Amor

*ipe
roxo*
ESPACIO TERAPÉUTICO



Segundo Hellinger, quando levamos a vida respeitando e seguindo essas leis, às quais ele denominou "Ordens do Amor", tudo flui e nossos objetivos se desenvolvem. Quando as transgredimos, as consequências são dolorosas e há fracassos em várias áreas da vida: saúde, social, financeira, profissional, relacionamentos e tudo o mais que buscamos para alcançar o sucesso. Durante uma constelação é possível identificar quais leis podemos estar, inconscientemente, infringindo e nos recolocar, de forma consciente e madura, no nosso devido lugar no sistema familiar.

Anualmente, o nosso instituto oferece três workshops focados nas leis sistêmicas, com trabalhos intensivos e de semi-imersão de finais de semana:

1º workshop – "Meu lugar no Mundo – Minha criança quer pertencer" – Lei do Pertencimento;

2º workshop – "Meu lugar na Família – Desatando os nós" – Lei da Ordem ou Precedência; e

3º workshop – "Meu lugar nos Relacionamentos- Buscando o equilíbrio" – Lei do Equilíbrio nas relações de troca.

Ao longo desses 17 anos ininterruptos como consteladora, eu poderia facilmente dizer que já vi muita coisa acontecer em constelações. Uma infinidade de temas das mais variadas ordens foram constelados. Porém, nunca é demais dizer que cada constelação é única e não existe "receita de bolo". Aqueles que já leram os livros de Hellinger e tantos outros sobre constelações de renomados autores sabem tratar-se, na sua esmagadora maioria, de relatos de casos atendidos em seminários de constelação em várias partes do mundo. Isso porque a técnica não se prende a teorias rígidas ou formatadas com

rigor científico. É baseada na fenomenologia à priori, ou seja, traz um olhar sem interpretações ou vícios mentais, percebe a situação como ela se apresenta. Cabe, então, ao constelador, ficar atento ao que o "campo mórfico" revela. Isso pode ser mostrado através de um gesto, de um sintoma, de uma frase, de uma palavra, de um olhar ou de um sentimento que brota de forma inesperada em um representante durante uma constelação.

E foi seguindo essa postura fenomenológica, sem ousar desvendar, traduzir ou estabelecer um glossário de termos e seus significados dentro de uma constelação é que nos atrevemos a compartilhar com o leitor, de forma sintética, alguns casos reais que passaram por mim e por meu marido, que é também constelador e meu companheiro nessa jornada sem volta no universo da Constelações Sistêmicas. Isso porque hoje unimos forças e corações nesse propósito conjunto de levar nossos clientes a uma necessária auto-descoberta. É com ele que deixo vocês um pouco, com sua fala habitualmente discreta e olhar atento e observador.

● COMO CHEGUEI PARA FICAR

Em agosto de 2005, eu, Marcelo, fui convidado pela minha psicóloga para conhecer os trabalhos de Constelação Sistêmica em um workshop de final de semana. De doze constelações realizadas, fui escolhido para participar em todas. Saí dali impressionado e curioso com o que experienciei. Porém, após alguns dias, a curiosidade foi dando lugar às lembranças das emoções e sentimentos que vivi em cada constelação. Era como se uma parte da minha própria história tivesse sido exposta e vivenciada. Após curto espaço de tempo, tive a certeza de que aquelas emoções, comportamentos e pensamentos também eram meus. Essas experiências me levaram a um mundo novo.

Além do processo ressonante que sofri, fiquei encantado com a integração da psicossomática e leitura corporal nas constelações. A partir dali, decidi me aprofundar e me tornei um constelador. Hoje, ao conduzir uma constelação, gosto de perceber o cliente, a sua fala e o seu tom de voz (principalmente o não dito), sua postura corporal e fazer dos sintomas por ele relatados uma analogia com sua forma de pensar e agir na vida. Também gosto de vasculhar bastante a árvore genealógica dos sistemas familiares. Hoje percebo que essa forma de “pesquisar” o outro sempre fez parte de mim. Na minha família e entre amigos, a minha postura conciliatória era a minha maior característica. Como dizia minha mãe: *“Você adora uma confusão só para colocar panos quentes!”* Conduzir constelações sozinho ou em dupla com minha esposa é muito prazeroso e sempre aprendemos juntos. Constelar faz parte de nossas vidas.

Nossa proposta com esse material é levar um pouco mais de informações sobre o método e oferecer um momento de reflexão sobre situações do cotidiano das pessoas que, muitas vezes, as impedem de viver uma vida leve e feliz. Talvez os relatos a seguir possam servir como espelho para as questões pessoais conflituosas do leitor. Dúvidas? Vão surgir muitas. Afinal, o que seria de nós sem elas?

● VOCÊ SE VÊ EM ALGUNS DESSES CASOS?*

● Sobre a dupla lealdade masculina

Thelma chega no consultório e pergunta: “Por favor, o que posso fazer para ajudar meu filho?” Pedimos a ela um relato sobre a questão e ela nos disse que até no ano anterior, o filho de 16 anos era o 1º aluno de um colégio conceituado e que, de repente, ele abandonou a escola, começou a tatuar o seu corpo e a se drogar; saiu de casa e começou a alterar residência entre a casa do pai e a rua e, visivelmente, tornou-se agressivo com as mulheres. Ao explorar as famílias dos pais do rapaz, a mãe informou que a avó paterna do filho tinha tido uma casa de prostituição, o que ocasionou ao longo do tempo uma revolta no filho contra as mulheres em geral. O pai do garoto, sempre desempregado, tinha seis irmãos de pais diferentes e não conheceu o próprio pai, apesar de morarem na mesma rua. Cresceu obcecado por motos, tendo adquirido e acumulado mais de 60 delas por vários meios, alguns lícitos e outros não, em um curto espaço de tempo. Durante o relato, a mãe do garoto disse que soube, através de terceiros, que o pai desconhecido havia pedido para ser enterrado junto com uma moto. Foram colocados na constelação representantes para o avô desconhecido, para o pai, para o garoto de 16 anos e para a raiva em relação às mulheres. Quando o representante do pai do garoto olhou para o representante do seu próprio pai e foi acolhido pela primeira vez, a representante da raiva das mulheres foi embora e o garoto pôde aceitar de volta a sua mãe. Percebeu-se um vínculo intenso de amor do garoto pelo seu avô desconhecido, que amorosamente o tomou como neto na constelação. Tal situação demonstrou uma “lealdade invisível” dupla: o pai do garoto repetindo o prazer do avô por meio do gosto pelas motos, mesmo sem tê-lo conhecido e o próprio garoto que trouxe para si o sentimento que era do pai, ou seja, a raiva em relação às mulheres.

“Os sofrimentos familiares são como elos de uma corrente que se repetem de geração em geração, até que um descendente tome consciência e transforme a maldição em bênção.”
Bert Hellinger

● Sobre a escolha da profissão

Celina traz uma queixa sobre indecisão em seguir adiante ou não com a profissão escolhida. Recém graduada em Fonoaudiologia, demonstrava pouca disposição para atuar na área. Moça jovem de pouco mais de 20 anos, dizia sentir que internamente tinha um desejo “de alma” que era cuidar de muitas pessoas ao mesmo tempo, algo que na profissão escolhida não teria chance de realizar. Perguntada sobre outras possíveis áreas de atuação para que a constelação profissional acontecesse, ela disse que pretendia buscar outras formações para se tornar uma terapeuta. Tinha uma mãe bem

sucedida na profissão e um pai que, embora preparado em área promissora, nunca conseguiu ter êxito na vida, razão pela qual foi sempre inferiorizado pela esposa que instigava também a filha a desmerecer o pai. Iniciada a constelação, foram selecionados representantes para a Fonoaudiologia e para ela própria, que se mantiveram indiferentes e distantes. A representante de Celina mantinha um olhar vazio como se procurasse por algo ou por alguém. Perguntada sobre quem estava faltando, a constelada disse emocionada que seria a “humanidade”. Foi colocada uma representante para a “humanidade” na constelação, que, de imediato, começou a expressar, por meio de posturas corporais e de sentimentos intensos todas as dores que a humanidade carrega. Houve comoção geral no grupo nesse instante, demonstrando claramente os efeitos da ressonância nas pessoas presentes, visto que todas fazem parte dessa sofrida humanidade. A representante tentava segurar e manter a “humanidade” de pé, sentindo-se visivelmente incapaz. Celina assistia a cena do lado de fora perplexa e indignada ao perceber a sua impotência diante de dores tão profundas e coletivas. Questionada sobre quem poderia segurar a dor da humanidade, ela respondeu com voz resignada: “Só Deus”! Foi colocada na constelação uma representante para essa força poderosa e onipotente na qual ela acreditava, que começou a expressar espontaneamente palavras sábias sobre os motivos dos sofrimentos da humanidade. Nós, consteladores, não nos atrevemos a interferir. Silêncio total. Reflexão geral no grupo. Celina, ao ouvir as palavras ditas, foi mudando o olhar, relaxando a expressão corporal e reconhecendo aos poucos, a sua pequenez. No momento seguinte, foi convidada pelo representante de “Deus” a olhar apenas para seus pais, aceitando-os sem julgar. Ficou evidente ali que ela vinha tentando compensar o “vazio” da difícil relação entre os pais, por meio do “servir” à humanidade. Faltava a ela aceitá-los exatamente como eram. Como terminou esse trabalho? Ela se colocando na frente dos pais, aceitando-os como são, assumindo de volta o seu papel de filha e olhando de forma suave e humilde para o futuro.

“Se a mãe permite o acesso ao pai, o filho terá sucesso. A mãe é a vida. O pai é o mundo. Quem aceita os pais como são aceita a vida como ela é.” Bert Hellinger

● Sobre segredos não revelados

A esposa entra em contato conosco manifestando sua preocupação com o marido imigrante libanês que, desde sua chegada ao Brasil, passava por sérias dificuldades financeiras, alternando entre grandes ganhos e perdas frequentes. Casados, com dois filhos adolescentes passivos e submissos. Pouco diálogo em casa. Durante a anamnese sistêmica no dia da constelação, o marido, que mal falava nosso idioma, disse que chegou sozinho no Brasil como fugitivo de guerra aos 16 anos de idade. Começou a trabalhar como comerciante e conseguiu rapidamente construir algum patrimônio. Porém, com a mesma rapidez, o fracasso financeiro vinha e ele se via em um eterno recomeçar do zero. Pedimos para que ele elegeisse representantes para ele próprio e para o fracasso financeiro, que, de imediato, o encarou de forma incisiva e raivosa, na posição de confronto. Perguntado sobre alguma provável ocorrência no país de origem,

o cliente se manteve frio e, com olhar passivo, disse que não se recordava. Essa postura deixou o representante do fracasso ainda mais forte e irritado. Enquanto consteladores, respeitamos a posição do cliente, embora percebêssemos que havia ali um provável segredo que não podia ser revelado. Mantivemos firme a nossa percepção sobre o que o campo estava apresentando e perguntamos ao representante do fracasso: *“Você se percebe como uma pessoa ou mais de uma pessoa?”* Ele disse que representava mais de uma pessoa. Foi colocado um representante para o Líbano que, ao entrar na constelação, causou uma mudança instantânea, trazendo à tona os sentimentos de vergonha e culpa no representante do cliente, que teve o impulso de dizer ao representante do fracasso: *“Eu não consigo olhar para você. Sinto vergonha e culpa.”* Pedimos que acrescentasse à sua fala: *“Independente do fato que tenha acontecido aqui, eu sinto muito. Nós somos iguais. Eu fico com a minha parte da responsabilidade.”* Foi feita uma reverência profunda pelo representante, momento no qual o cliente que assistia a tudo se comoveu e seu corpo começou a diminuir o excesso de transpiração. Com esse gesto, o representante do fracasso suavizou o olhar, se acalmou e finalizou dizendo: *“Agora nós somos iguais.”* Ambos se aproximaram e, juntos, abraçaram o país de origem, momento no qual o cliente pôde encarar de frente a culpa que também trazia por ter abandonado e “esquecido” suas raízes. Terminada a constelação, o cliente nos procurou de forma reservada e nos confidenciou muito emocionado que havia sim um segredo que ele não foi capaz de revelar durante o processo. Disse que aos 12 anos foi recrutado para lutar na guerra em seu país e que matou vários soldados; algo que buscava de todas as formas esquecer ao longo do tempo e que nunca havia revelado a ninguém. Depois de algum tempo após a constelação, a esposa novamente nos procurou para fazer uma constelação para o sobrinho e nos disse que a situação financeira do marido tinha melhorado consideravelmente e que até ela estava em processo de abertura de uma nova empresa.

“O sentimento de culpa é um substituto da ação. Quem se sente culpado não faz nada. Permanece passivo.”

Bert Hellinger

● **Despedindo para recomeçar – servidores públicos fecham o ciclo para aposentar**

Em 2012, a Coordenadora de Gestão de Pessoas de um órgão vinculado ao Poder Executivo nos convidou para coordenar um programa institucional voltado para a preparação de servidores públicos para aposentadoria. Muitos deles estavam com tempo contabilizado, mas não se viam prontos para aposentar. Por incrível que pareça, essa situação é mais comum do que se imagina: medo do ócio e do vazio após uma longa vida produtiva, incertezas, inseguranças financeiras, abandono da costumeira rotina, dificuldades de retorno ao lar e outros sentimentos que poderiam levar o sonho dourado da aposentadoria se tornar um pesadelo insuportável. Dentre as diversas atividades e ciclo de palestras que compuseram o escopo do programa, uma delas foi a palestra *“As Constelações Sistêmicas nas Organizações”*, cujo desfecho foi uma grande constelação institucional. Vale ressaltar que o Órgão teve um histórico complicado, com

destaque para um violento e intempestivo processo compulsório de mais de 200 servidores sendo redistribuídos, aleatoriamente, para outros órgãos da administração pública federal, causando um déficit no contingente de efetivos no seu quadro funcional. Tal processo causou grande comoção e instabilidade emocional em todos os servidores, inclusive naqueles que permaneceram na Casa, por se sentirem desrespeitados e solidários à injustiça com relação aos que se foram. Para eles, era difícil compreender e aceitar tal situação e, principalmente, ter que entregar em definitivo o crachá funcional, após tantos anos de serviços prestados e colaboração efetiva para cumprimento da missão do Órgão. Após a palestra e muitos desabaços comoventes, foi dado início à constelação. Dentre os 30 participantes do programa foram selecionados, em momentos distintos da constelação, representantes para a “Instituição”, para os “Servidores Ativos”, para os “Servidores Redistribuídos”, para os “Servidores Aposentandos” e para os “Dirigentes” da Casa. Ao serem colocados, observou-se que o representante da “instituição” estava visivelmente enfraquecido, os “servidores ativos” tinham olhar ausente, como se buscassem algo. Permaneceram assim por um longo tempo, sem nenhum envolvimento entre si, até que foi inserida na constelação uma representante para os “servidores redistribuídos”. Observou-se uma frieza por parte da representante da “instituição”, em contraponto com uma emoção profunda de pesar que acometia a representante dos “servidores redistribuídos”, que chorava com muita indignação e tristeza. O representante dos “servidores ativos” tentava acolher, compadecido da sua extrema dor, mas não se sentia forte o suficiente para agir. Foi colocado na constelação um representante para os “Dirigentes do Órgão”, que manteve uma postura impassível e distante. Colocados frente a frente, foi feito o reconhecimento de que, mesmo não sendo mais lotados na Casa, eles fizeram parte do quadro efetivo de servidores e que vieram antes, restabelecendo, ao mesmo tempo, as Leis do Pertencimento e da Precedência sistêmica (ordem temporal) que haviam sido brutalmente transgredidas pelas autoridades à época. Todos os representantes e participantes do programa ficaram muito comovidos nesse momento. Diante desse contexto, foi concluída essa constelação organizacional, com o acolhimento daqueles servidores excluídos.

Mas, você estaria se perguntando agora: *“Mas e o trabalho com os servidores aposentandos?”* Bem...no fundo do salão havia sido colocada, a nosso pedido, uma peça como representação viva e simbólica da instituição, uma imagem sensorial forte o suficiente para que pudesse ficar “impressa” na memória dos participantes aquele momento único e definitivo para todos. Pedimos que cada “servidor aposentando” se colocasse um a um fazendo uma profunda reverência ao monumento, expressando os seus agradecimentos à instituição de forma espontânea. Houve falas de gratidão das mais variadas formas: por todos os anos de acolhimento, por ter tido a possibilidade de ter uma vida profissional produtiva, por ter ganhado o sustento para sua família, por ter feito tantos amigos, enfim, por tudo que um trabalho digno pode trazer à vida do ser humano. Essa constelação foi muito bonita e comovente. Passados alguns meses, ao fechar o relatório e ler as fichas de avaliação dos participantes, verificamos que o resultado mais palpável apresentado pela Coordenação de Gestão de Pessoas foi o

alcance de um índice superior a 90% de pedidos formais de aposentadoria dos servidores que participaram do programa. Além disso, soubemos também depois de um tempo, que a nova direção do Órgão havia publicado um ato normativo abrindo a possibilidade de retorno dos servidores redistribuídos para o quadro da instituição. Em virtude do saldo positivo dos resultados obtidos, houve uma nova edição do Programa de Preparação para Aposentadoria no ano subsequente.

“O olhar sistêmico e as constelações tornam possível incluir as pessoas excluídas de volta ao sistema, encarar a culpa que surgiu e a possibilidade de fazer algo a respeito, mesmo que talvez só simbolicamente. Isso pode ajudar a restaurar a ordem e trazer calma. E, acima de tudo, pode ajudar a desenvolver percepções sobre as condições nas quais as pessoas e as organizações podem se desenvolver.”

Jan Jacob Stan

● Constelando traumas – 60 anos de movimento interrompido

Ao final de cada grupo de constelação sempre abrimos um espaço para partilha voluntária, sugerindo que, espontaneamente, os participantes expressem como ficaram sensibilizados com o trabalho. E foi em um desses momentos que Helena pediu a palavra. Psicóloga, 63 anos, sensação de inadequação constante, ajudadora incansável dos outros e pouco de si mesma, ela compartilhou um sonho recorrente que sempre a acompanhava desde a adolescência e que viera à tona durante a constelação que assistia. A cena era a visão de dois pés estendidos de uma pessoa deitada em uma cama, sem que o corpo pudesse ser visto. Esse relato indica que o observador da cena, por aquele ângulo, estava com a visão limitada à altura da cama e que, portanto, poderia se tratar de uma criança. Pedimos que ela respirasse, fechasse os olhos e trouxesse a cena do sonho à mente. Após essa indução, Helena disse que conseguia ver os pés novamente e sua voz começou a adquirir um tom infantilizado. Não tivemos dúvida: tratava-se de uma criança muito pequena. Prosseguimos com a indução regressiva e daí a pouco estávamos conversando com a própria criança que acabara de perder a mãe com 3 anos de idade e olhava seu corpo inerte ao pé da cama. A cliente chorava silenciosamente e, paralisada, não conseguia dar um passo e nem expressar nenhuma palavra. Estava congelada. Tratava-se ali de um movimento interrompido na infância (trauma) que precisaria ser concluído e ressignificado. Foi colocada uma representante para a mãe deitada no chão enquanto Helena ainda mantinha seus olhos fechados e, com a cautela necessária em situações dessa natureza, pedimos que abrisse os olhos lentamente e olhasse para a cena. Apenas uma palavra lhe foi sugerida: “Mãe!” Helena começou a sussurrar em som quase inaudível essa palavra e, em câmara lenta, ela foi conduzida até os pés da mãe. Tal movimento exige que o constelador saiba trabalhar com descongelamento de traumas, sob pena de retraumatizar a experiência da pessoa, caso não tenha os cuidados devidos durante a condução da constelação. Isso vale também para várias outras situações que podem aparecer nas constelações. Em casos como esse, o trabalho deve ser feito diretamente com o constelado, pois normalmente são agregadas técnicas corporais para ajudar na dissolução da experiência somática. Na medida em que se aproximava, a fala ia se tornando mais forte, quase um clamor e, de

forma bem sutil, seu olhar foi se estendendo dos pés para o restante do corpo até chegar ao rosto da mãe. Tudo isso muito devagar. Aos poucos, ela conseguiu expressar a dor da perda e foi carinhosamente acolhida pela mãe que dizia: *“Eu tive que ir, pois o destino foi mais forte. Eu te abençoo e tomo você nos meus braços, minha filhinha querida!”* O corpo, ainda rígido e trêmulo, começou a ceder e dar espaço ao colo que há mais de 60 anos esperava. Na medida em que os minutos passavam, Helena ia contando para a mãe tudo que ela carregou no corpo: *“Mãe, no dia em que você morreu eu fiquei bem quietinha. Não queria incomodar. Não sabia o que estava acontecendo. Todos choravam e eu fiquei encostada na beira da cama olhando para os seus pés. Agora posso te contar. Durante esses anos, mãe, eu carreguei nos meus quadris a dor de ficar tanto tempo encostada naquela cama te olhando. E também cresci com medo de incomodar ou pedir algo para as pessoas. Mas agora eu estou nos braços da minha mãe!”* Passados dois meses, Helena voltou para participar de um workshop conosco e relatou que não teve mais o sonho recorrente e que as dores crônicas nos quadris haviam desaparecido por completo.

“Além do nosso corpo, nossa alma e nossos sentimentos também desempenham um papel importante na cura. Muitas vezes sentimos a dor na alma de forma ainda mais intensa que as dores corporais. Quase sempre as dores da alma são causadas por uma separação no presente ou vêm de uma lembrança de separações ocorridas no passado, muitas vezes em nossa infância. Tais dores são experimentadas como traumas. Principalmente em casos onde somos expostos a elas de forma desprotegida, sem poder nos afastar delas. Essas dores advindas de separações são armazenadas em nosso corpo, podendo ser resgatadas a qualquer instante, por exemplo, através de imagens internas capazes de evocar sentimentos passados, sem que precisemos lutar contra isso. Onde começa a cura? Em primeiro lugar na alma, através da cura das dores da separação do passado.”

Bert Hellinger

*Os nomes utilizados nos relatos são fictícios, no intuito de preservar a identidade dos clientes.

Prezado leitor, teríamos aqui uma infinidade de casos a relatar, dentre os quais você poderia enxergar semelhança com alguma situação vivida em seu próprio sistema familiar. A nossa intenção é mostrar um pouco do alcance que essa revolucionária técnica, ferramenta, abordagem, não importa a nomenclatura que se queira dar, tem alcançado nos processos de reorganização dos sistemas e proporcionado níveis de consciência que podem levar ao início da cura física, mental, emocional e espiritual. Como? Por meio do resgate de princípios simples, óbvios, porém, esquecidos pela humanidade. Percorrer esse caminho de volta passa, necessariamente, pelo acolhimento, aceitação, respeito, reconhecimento e humildade.

Até a próxima!

Adriana Tosta e Marcelo Máximo
Instituto Aleph Integração e Consciência

Brasília /DF

