

# Reunir as componentes divididas da Alma

Constelações baseadas na Perspectiva Sistémica Multigeracional Psicotraumática

Franz Ruppert

## O trauma, a vinculação e constelações familiares

Aproximadamente há 10 anos eu vi o trabalho de Bert Hellinger, e desde esse tempo que tenho experimentado a metodologia de constelações. As próprias constelações foram excepcionalmente úteis para meu desenvolvimento pessoal, e nos meus grupos de supervisão académica uso sempre o método de constelações como um meio de progressão. Com o tempo vi também como as constelações são uma enorme ajuda a muitos dos meus pacientes e formandos.

Estou também convencido que o uso das constelações podem ajudar na compreensão das causas de sérios distúrbios psicológicos e podem influenciar estes de um modo muito específico. Distúrbios de vinculação e os efeitos de traumas psicológicos podem ser curados. (Ruppert 2002; Ruppert 2005).

Sintomas de ataques de pânico de ansiedade, depressão grave, distúrbios de personalidade, e até esquizofrenia e psicoses, podem ser melhor compreendidos no contexto formativo utilizando a metodologia das constelações. Os pacientes que estão abertos a trabalhar desta maneira têm uma possibilidade de mudança realista no caminho para a cura. É verdade que o foco de uma recuperação psicológica não é atingindo numa só constelação e necessita do apoio de um processo de psicoterapia a longo termo. Contudo a constelação revela-se, frequentemente, ser a chave o correcto diagnóstico e alvo na terapia orientada para a causa.

Uma constelação é basicamente só um método. O âmago é que representantes numa situação de grupo mostram as estruturas psicológicas de um paciente, isto é, tornam-nas visíveis e expressas.

As pessoas implementam sempre um método com o seu corpo de pensamento e o seu inconsciente. Portanto as presunções, hipóteses e teorias com que o facilitador de constelações trabalha são importantes, assim como as intenções que um indivíduo traz à sua própria constelação.

A estrutura teórica que eu trabalho em psicoterapia formou-se gradualmente nos últimos dez anos

através de muitas sessões terapêuticas individuais e em grupo. Baseia-se agora em três conceitos subjacentes:

1. O reconhecimento da importância da criação do vínculo como fundamental para a alma humana.
2. O entendimento do processo traumático e seus efeitos no indivíduo, e no complexo sistema de vinculação dos indivíduos e sistemas relacionais.
3. O “insight” do processo traumático como efeito transgeracional ocorre por meio de uma transmissão de vínculo interpessoal.

A teoria “sistêmica multigeracional de psicotraumatologia “ (SMP) que desenvolvi é fundamentalmente sobre o efeito do trauma nos sistemas de vínculo do ser humano e na ‘alma’ das pessoas. Diferencio os termos “psique” e “alma”. Por “psique” defino todas as funções básicas de experiência humana e comportamento tal como percepção, registro sensorial, sentimento, imaginar, pensar ou lembrar de. Por “alma” defino a representação interna de outras pessoas dentro do indivíduo. A alma da pessoa individual é, de acordo com isto, a base da estrutura de toda a personalidade e extensiva ao grau que contem outras pessoas e os espelha.

## **Trauma**

O conceito “trauma” foi usado na medicina e na psicologia por mais de cem anos de modo a compreender as causas de doenças psicológicas (van der Kolk, McFarlane e Weisaeth 1996). Contudo parece haver resistências individuais e sociais na promoção deste conhecimento com o reconhecimento que merece em relação à etiologia de doenças psicológicas. Porque esses que são traumatizados não podem entender os processos psicológicos dentro de si, e a culpa e o medo em comunidades sociais leva à supressão de experiências dolorosas em vez de as enfrentar, há ainda espalhada entre os profissionais uma “cegueira do trauma” assim como entre leigos (Herman 1997). Contudo o número de catástrofes que ocorreu por todo o mundo recentemente, e acontece quase todos os dias nas sociedades, aumentou consciência dos fenômenos do trauma.

Há muitas tentativas de definição “Trauma”, ex. Fischer e Riedesser escrevem: “Um trauma é uma experiência vital de discrepância entre factores ameaçadores situacionais e as capacidades de coping do indivíduo, isso é associado com sentimentos de desamparo e a falta de qualquer protecção,

criando assim uma permanente instabilidade do auto-conceito e a concepção do mundo.” (Fischer e Riedesser 1999, S. 79). Prefiro um ponto de vista de acordo com que uma situação traumática traz alguém a um ponto de desespero, onde a questão dela <sup>1</sup> é a sobrevivência social, espiritual corpórea. Nesta situação ela só pode sobreviver abandonando as partes da sua capacidade psicológica de funcionamento. Isto significa, acima de tudo, que sentimentos estão suprimidos e ‘desligados’, memórias estão postas de lado e embaciadas, partes da própria identidade da pessoa estão divididas, e a estrutura de personalidade está dividida em dois ou em mais identidades de separadas.

Em consequência de minha experiência prática em psicoterapia eu diferenciei quatro tipos de traumas:

1. Trauma existencial: aqui está uma pergunta de sobrevivência física, por exemplo, no caso de uma tentativa de assassinato, num acidente de trânsito ou numa catástrofe natural. A consequência de tal experiência é um estado continuado e excessivo de angústia ou medo da morte, que junto com a parte da personalidade que experimentou o trauma existencial, deve ser separado do resto da estrutura de personalidade para não poder morrer de sobreexcitação, por exemplo, por um ataque cardíaco. Se em situações mais tarde na vida uma ligação emotiva é estabelecida entre a parte sobrevivente e a parte traumatizada, a pessoa em questão acaba num estado re-traumatizado e entra em pânico.

2. O trauma de perda: as causas do trauma de perda são a morte inesperada e súbita das pessoas com quem a pessoa tem um forte laço de alma, por exemplo se uma mãe perde um filho ou uma criança fica órfão (exemplo, através da adopção ou morte). Em consequência deste trauma parte da personalidade fica dividida. Por causa da morte repentina ou perda, esta parte permanece num estado de choque para o resto da vida da pessoa. O trauma de perda encontra a sua expressão sintomática na depressão.

3. O trauma de vinculação: o vínculo com a mãe é uma das necessidades elementares da criança. Se uma mãe recusa esta possibilidade – digamos, uma mãe que vê a necessidade de vínculo da criança como uma ameaça a ela própria, então essa criança encontra-se numa situação sem esperança. A pessoa em quem a criança é mais dependente para sua sobrevivência e desenvolvimento da alma encara-a com hostilidade. Como a mãe rejeitadora na sua parte está dividida na sua alma por vínculo às suas experiências traumáticas, ela projecta as suas necessidades

---

<sup>1</sup> As definições de género alternarão ao longo do artigo.

infantis sobre a sua criança e tenta desta maneira unir a criança a si simbolicamente. O resultado são sentimentos caóticos de medo, raiva, desesperança, culpa e vergonha que se tornam a base da estrutura de personalidade da criança, transferido da mãe para a criança no processo de vínculo. Em tais casos frequentemente acontece que a mãe não protege a criança suficientemente da interferência dos outros, de modo que para a criança a experiência de abuso sexual frequentemente pode ser adicionada ao trauma de vinculação. A criança, se rejeitada pela sua própria mãe, está inclinada a agarrar o pai emocionalmente. Isto pode causar separações futuras e múltiplas na estrutura de personalidade da criança. Os distúrbios de personalidade tal como personalidade 'borderline', distúrbios alimentares e sérias formas de toxicod dependência são os resultados da sintomatologia do trauma de vinculação.

4. Trauma do sistema de vinculação: há coisas que acontecem nas famílias que não podem ser justificado por qualquer coisa. Estes incluem abuso sexual de filhas pelos seus pais, incesto seguido de gravidez ou casos de crianças assassinadas por não serem desejadas. Tais feitos são suprimidos, assim como levam ao ostracismo social. A sua negação leva a uma confusão emotiva extrema. Os sentimentos de amor, medo, ódio, culpa e vergonha são emaranhados em contradições insuportáveis, inextricáveis nas almas dos membros de família em questão.

Os perpetradores de tais feitos tentam definir o distúrbio de associação da sexualidade e amor, vida e morte como 'normal'. Num sistema familiar como este o efeito da confusão de pensamentos e sentimentos no vínculo mãe-criança é tal, que as mães não podem estabelecer uma vinculação clara com as suas crianças, e as crianças no sistema de vinculação familiar são imergidos num caos emotivo que acumula sobre as gerações. Fazendo com que alguns deles fiquem seriamente doentes ou até loucos. Estas crianças mostram através dos sintomas das suas 'psicoses e 'esquizofrenia', os segredos de família que relacionam a vida e a morte.

## **Vinculação**

O facto do trauma ser experienciado por um indivíduo pode ter um impacto sobre a existência de várias gerações causado pelo fenómeno de vinculação. Vincular é uma das forças psicológicas poderosas que define uma estrutura de personalidade. Toda gente é existencialmente dependente do vínculo em primeiro lugar da sua mãe. Sem esta ligação materna estável e segura, o desenvolvimento da alma da criança é muito difícil e só pode progredir se a criança se separar da experiência traumática de não ter conexão emotiva com a sua mãe. Tal separação fornece uma

oportunidade para adaptação, mas determina antecipadamente a vida relacional futura do indivíduo. Os relacionamentos envolvendo ligações fechadas activam sempre a separação da parte separada da alma, resultando num distúrbio excepcionalmente perturbador e em relacionamentos frustrantes – seja com sócios, pais com os filhos, nas amizades ou com colegas no trabalho (Ruppert 2001).

Tornou-se muito importante no meu trabalho distinguir claramente entre os termos ‘vínculo’ e ‘relacionamento’. Há relacionamentos que não envolvem vínculo (ex. se um casal não sente nada entre si) e pode haver uma ligação forte sem um relacionamento existente (ex. se alguém é o vínculo da alma de alguém que já morreu). Os vínculos são baseados numa dependência emocional sendo pré-linguísticos e inconscientemente criados.

A meu ver, o valor específico do método de constelações assenta na capacidade de trazer a vinculação a um nível visível. A minha experiência mostra que só quando alguém resolve seu problema ao nível da vinculação poderá então formar os seus relacionamentos com liberdade e clareza.

### **O método de constelação**

Constelação é um método que parece simples praticar: um indivíduo toma outras pessoas (‘representantes’), representar as pessoas do seu sistema de familiar. Como é que completos estranhos podem espelhar com credibilidade membros de família, e eles são capazes de o fazer, é até agora um mistério não resolvido. Actualmente, embora as constelações sejam um método terapêutico altamente eficiente, até agora ninguém sabe exactamente como método ocorre.

No entanto, há tentativas explicação do fenómeno de constelações usando o termo “campo do saber”. Albrecht Mahr emprestou a expressão do trabalho teórico de biólogo inglês, Rupert Sheldrake. Sheldrake fala de “campos morfogenéticos” (Sheldrake 1988; Mahr 2005).

No meu primeiro livro publicado sobre o método de constelações, eu supus que as constelações resultam porque nós como seres humanos temos o sentido próprio de vincular e relacionar. Os representantes em constelações não pensam nos seus papéis analiticamente; eles imediatamente e directamente percebem as condições psicológicas da pessoa que eles representam (Ruppert 2001, página 40-44). Desde então penso que isto é confirmado por uma descoberta revolucionária na pesquisa do cérebro. Envolve a descoberta de neurónios intitulados de espelho pelo psicólogo

italiano Giacomo Rizzolatti (Rizzolatti, Fadiga, Fogassi e Gallese 2002). Rizzolatti descobriu, inicialmente em experiências animais e depois em experiências com seres humanos, a existência de células nervosas específicas, que são sempre accionadas quando uma acção específica é executada pelo ser executante, mas é também accionada se esta acção for observada a ser executada por outro.

Desta maneira, estas células nervosas espelham o ambiente no cérebro de um ser humano. Uma vez descobertas estas células particulares, pesquisadores de cérebro descobriram o princípio de espelhar noutras áreas do cérebro, e ligaram com outras funções psicológicas significativas: “há redes do sistema pré-motor, que servem a acção de planeamento, e as redes de sensação corpórea, utilizadas pelos nossos sentidos de modo a saber como a acção se sente ou sentir-se-ia para a pessoa observada.

O último trabalho em relação ao centro emotivo do cérebro: há também células nervosas de espelho que, como um tipo de simulador, activa em nós o que inicialmente era unicamente as emoções e sentimentos do outro.

A ressonância despoletada pelas células nervosas de espelho significa que se podemos sentir em nós as acções pretendidas, sensações e sentimentos de outro, podemos ganhar uma compreensão intuitiva espontânea entendendo o que motiva o outro. O padrão de ressonância, de trazer ao de cima o que é fisicamente e psicologicamente fechado em nós, torna-se uma assumpção fixa em pouco tempo. Há então uma configuração interior dinâmica do outro, composta pelas suas qualidades vivas: suas concepções, sensações, sentimentos físicos, desejos e emoções. Ter disponível a representação tão interior de uma pessoa que fica perto de nós, é algo como ter a outra pessoa dentro de nós.” ( Bauer 2005, S. 87 f..)

A compaixão, empatia, intuição, transferência, transferência contrária e representações interiores são conceitos básicos na psicologia. Parece que agora eles encontraram a sua correlação física nas células nervosas de espelho. Para o método de constelações isto oferece, a meu ver, nada menos que a prova científica que o fenómeno de representação da condição psicológica de uma pessoa por outro não é de maneira nenhuma um jogo-jogado esotérico, mas deve ser um facto encarado seriamente. Cada ser humano tem a capacidade intuitiva de entender a acção do outro, sentir e perceber, onde é simulado em si pelos neurónios espelho. Este entendimento da realidade da alma de outra pessoa não acontece principalmente por transmissão verbal de informação mas por percepção e observação da outra expressão facial, gesto e postura de corpo.

Suspeito que cada indivíduo é tanto um transmissor como receptor de informação relacional relevante num sentido muito mais lato do que podemos conceber hoje. A praxis do método de constelações indica claramente que nós não representamos só uma outra pessoa em nós quando espelhamos uma pessoa. Nós também espelhamos todos os outros indivíduos que essa pessoa representa em si. Então torna-se possível para uma criança, através do relacionamento com a sua mãe, também representar a sua bisavó e bisavô em si. Em sistemas de família todos os membros de família importantes são mutuamente espelhados transgeracionalmente no outro respectivo.

Por esta razão é possível que a pessoa – se isto é necessário para um processo de cura – descubra que trauma ocorreu na família. Ela só tem que ser preparada abrir-se a esta informação e deixar vir à luz. Isto é possível através de uma constelação.

Um puzzle a respeito do método de constelação torna-se compreensível por outras novas descobertas de pesquisa do cérebro: como podem os representantes ser simultaneamente totais no papel que representam, e serem capazes de se observar fazendo-o, e também serem capazes de desistir destes papéis emotivamente carregados relativamente rápido no fim?

Outra declaração de Joachim Bauer do livro em que eu tomei conhecimento do fenómeno dos neurónios de espelho, que eu acho particularmente notável. Diz: ‘De um ponto de vista neurológico há todas as razões para supor que não há nenhum aparelho nem método bioquímico que jamais possa registrar e influenciar o estado emotivo de um ser humano assim como outro ser humano é capaz de o fazer’ (Bauer 2005, S. 51)

Assim as constelações são um dos melhores métodos para diagnosticar a condição de alma da pessoa e influencia-la terapêuticamente. A meu ver um psicoterapeuta não pode fazer melhor na compreensão das dinâmicas conflituais de doença psicológica do que participar em constelações com pacientes que têm distúrbios de ansiedade, depressão, distúrbio de personalidade ou psicoses. Na minha experiência assumindo papéis representativos e a dirigir realmente constelações foi de forma eficiente o caminho mais curto de introspecção nos processos de alma dos meus pacientes.

### **Atitudes terapêuticas**

Como com qualquer outro método terapêutico, o método de constelações tem a sua própria interação específica de pessoa, teoria e prática. Conceitos teóricos mudam o uso do método, e o

uso alterado do método traz novas introspecções à luz. Vulnerabilidade pessoal e cegueiras bloquearão o pensamento atrás de um método assim como a implementação do método. Desenvolvimento pessoal, capacita portanto a descoberta de novas e criativas técnicas.

Numa constelação a minha orientação perante a teoria de vinculação, por exemplo, leva a um foco pronunciado de atenção no vínculo entre mãe/criança. O meu conhecimento das consequências de trauma guia a minha atenção para as personalidades separadas, e como resultado eu normalmente tenho mais de um representante a aparecer para o paciente numa constelação. Da teoria de trauma eu também derivo a ideia de usar representantes para recursos e ajudas - para ajudar a superar blocos emotivos e separações de personalidade.

Geralmente como um terapeuta eu considero como importante vigiar se fico envolvido no trauma do paciente. Manter limites é portanto tão importante quanto o cuidado empático para com ele, particularmente se o paciente se encontra ainda incapaz ou indisponível para assumir a responsabilidade total do seu progresso pessoal. Por um lado, é importante encorajá-lo a arriscar um passo em frente nesse sentido, mas por outro lado é sempre importante frisar que apenas ele pode decidir até onde poderá ir, naquele momento, com as suas antigas experiências traumáticas. Passos terapêuticos construtivos não podem ser dados arbitrariamente. Trabalhar traumas apenas pode acontecer se houver recursos suficientes ao dispor. Numa situação de grupo, o próprio grupo pode tornar-se num suporte muito importante para o paciente quando este se aproxima da resolução dos seus desvios de personalidade condicionados pelo trauma.

### **Casos clínicos**

Em baixo será analisado um caso clínico. Um participante de um workshop numa conferência pediu-me recentemente que eu lhe elaborasse uma constelação.

Werner (nome fictício) sofria de uma crise de alma há alguns meses, que se verificava em conflitos com parceiros e em incapacidade de fazer decisões profissionais correctas. Quando lhe foi questionado o que pretendia da sua constelação, respondeu que queria se libertar da sua crise interior e encontrar soluções novas quanto à forma como deveria prosseguir a sua vida.

O que um paciente quer de uma constelação é de vital importância para a minha orientação como facilitador de constelação. Como pressinto o tipo de mudança para o qual o paciente está pronto ou



como está receptivo a mudanças pessoais pode determinar o resultado satisfatório da constelação nele. Desta forma, procuro proteger-me de querer que a constelação alcance demasiadas mudanças no doente. A constelação pode, nesta perspectiva, terminar quando se atinge o que foi inicialmente desejado pelo paciente.

Como pensei que Werner estaria seriamente interessado numa mudança interior, e desejava de forma consciente arriscar numa constelação, pedi-lhe inicialmente para seleccionar dois representantes, um para o representar e outro para representar a sua parte que estaria carente e em crise.

Werner constelou ambas as pessoas a aproximadamente um metro de distância, fazendo com que a ‘Parte Carente’ olhasse para ‘Werner’ ligeiramente de lado.

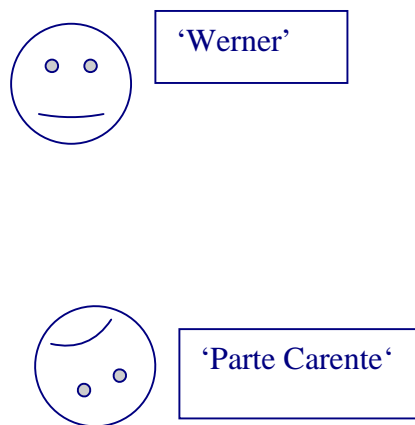


Fig. 1: Ambas as partes de Werner na constelação inicial

Gradualmente, a ‘Parte Carente’ virou-se mais e mais para a esquerda de ‘Werner’. Ficou progressivamente mais impaciente, olhando à procura de ajuda de ‘Werner’. ‘Werner’ permaneceu na sua posição com convicção. Não conseguia perceber a agitação e ansiedade da ‘Parte Carente’. Esta atitude desiluiu o representante da ‘Parte Carente’ que começou a vaguear sem rumo, num estado confuso.

Na minha perspectiva, a divisão da estrutura da personalidade de Werner estava claramente demonstrada. Havia uma parte que organizava a vida e outra que estava fixa na sua alma carente. A suposta parte adulta não tinha acesso à suposta parte de alma mais nova, que deve ter tido uma experiência na sua infância que o tornou impotente e desesperado. Werner parece ter ultrapassado

este problema ao dividir-se interiormente. Esta foi a única forma para sobreviver.

Pedi, então, a Werner para escolher um representante que pudesse ajudar a 'Parte Carente'. Werner hesitou em escolher um homem ou uma mulher; finalmente optou por um homem ('Ajuda 1'). Quando este representante entrou na constelação, a 'Parte Carente' não reparou nele. Contudo, 'Werner' olhou para ele com interesse e dirigiu a ele. Portanto, pareceu que Werner escolheu ajuda apenas para a parte adulta da sua personalidade. A 'Parte Carente' continuou a sentir-se desamparada e sozinha. Por esta razão, pedi a Werner que posicionasse outra pessoa que pudesse ajudar a 'Parte Carente'.

Desta vez ele escolheu uma mulher ('Ajuda 2'). Quase ao mesmo tempo que este representante entrou na constelação, o coração dela disparou e deu vários passos atrás. Com cada passo, ela desassociou-se mais: não sentiu nada – como se estivesse num nevoeiro – só o seu braço inferior direito esticou-se para a frente, com a palma aberta e dedos esticados. Ela sentiu a sua mão como se fosse um objecto estranho, como se não lhe pertencesse.

Estes são indicadores claros de dissociação, que apontam para um trauma. Pedi posteriormente a Werner para constelar um representante para o que aconteceu aqui no início. Escolheu novamente uma mulher ('O que aconteceu') e colocou-a próximo de 'Ajuda 2'. Esta permaneceu ali durante muito tempo sem se mexer mas extremamente atenta e concentrada.

Como pensei que era uma questão de uma situação traumática para a qual Werner estava emaranhado por causa da sua mãe, pedi-lhe para escolher um representante para ela. Posicionou-o perto de 'Ajuda 2'. O coração da mãe ficou acelerado; ela ficou sem ar e fraca nos joelhos. Assim, ela também mostrou sinais claros de trauma, particularmente com sintomas de ataques de pânico. Este cenário sintomático levou-me a concluir que a mãe de Werner tinha sofrido um trauma existencial.

Perguntei a Werner se ele sabia o que tinha acontecido à sua mãe. Primeiro referiu os dois parceiros dela, depois um aborto e, por fim, uma operação séria ao peito. Todos estes acontecimentos, quando especificados, foram registados com um grau fraco de entusiasmo pelos representantes, particularmente por 'Mãe' e 'Ajuda 2'. Assim, considereei que os factos mencionados por Werner não eram os mesmos acontecimentos que a constelação referiu. Portanto, continuei a observar como a constelação se desenvolvia. A 'Mãe' aproximou-se da 'Parte Carente', que entretanto se havia

posicionado perto de 'Werner' e 'Ajuda 1'. Agora a 'Parte Carente', tal como uma criança pequena que procura ajuda, agarrava-se à manga do casaco de Werner. A 'Mãe' chegou-se mais o que o fez sentir-se ainda mais desesperado. Por sua vez, a 'Mãe' procurava-o por estabilidade, mas por outro lado também o via como um rapazito vulnerável. De repente, ela viu 'Ajuda 1' atrás de 'Werner' e da 'Parte Carente' e aproximou-se da 'Ajuda 1', colocando a sua cabeça no peito dele. Disse que agora se sentia protegida e segura.

A 'Parte Carente' disse que se sentia como uma criança, e que o facto de a sua mãe traumatizada ter-lhe pedido ajuda era demasiado para ele. 'Ajuda 1' era supostamente alguém que deu estabilidade e protecção à mãe de Werner depois do seu traumatismo. 'Werner' e 'Parte Carente' constataram que quando a 'Mãe' estava com 'Ajuda 1' ela estava relaxada e as duas personalidades de Werner sentiam que podiam também relaxar mais. Agora, tinham um bom contacto um com o outro (Fig.2).

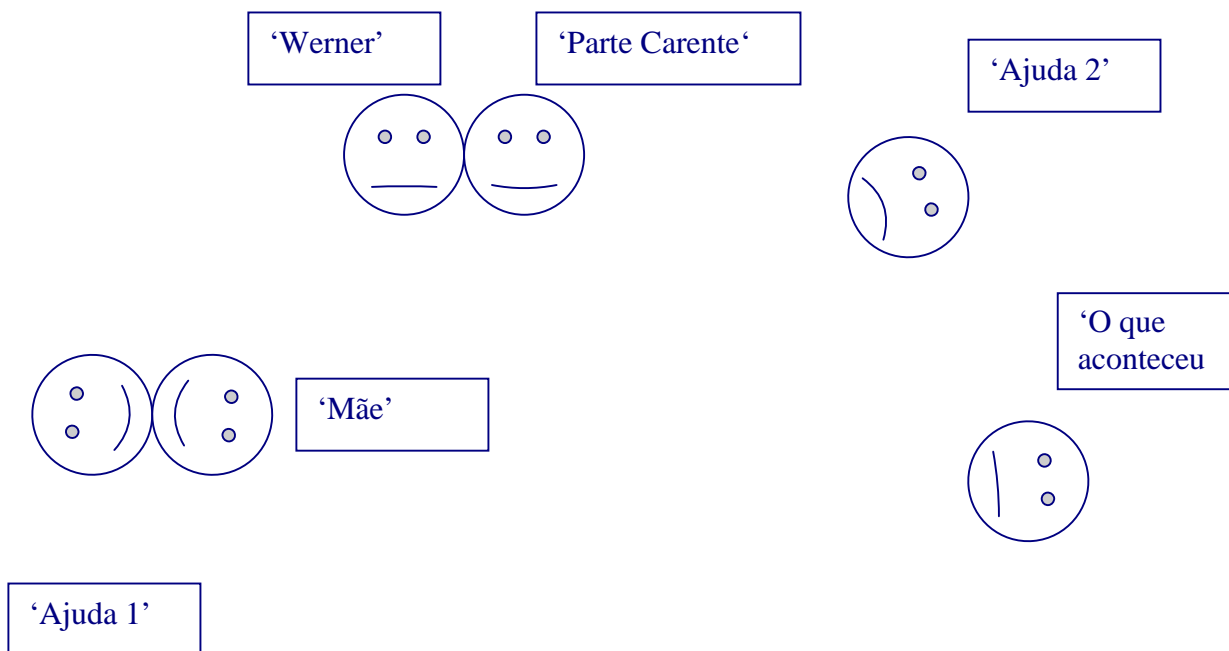


Fig. 2: A 'Mãe' encontra segurança; as partes de Werner estão mais próximas

Assim, a constelação já atingiu um bom resultado dado que as partes desviadas de Werner se tornaram mais próximas. Perguntei a Werner se deveríamos terminar a constelação neste momento. Werner considerava-se mais forte agora. Disse: 'Sinto-me como se tivesse um pé assente na terra e outro está já levantado, como que preparado para dar um passo em frente, mas esse pé ainda está no ar'. Disse a Werner que se queria andar para a frente, provavelmente deveria saber melhor o que aconteceu à sua mãe, o que poderia ser muito difícil para ele aguentar.

Reconheceu que estava disposto a descobrir; assim, pedi-lhe que dissesse aos representantes do grupo que algo até então desconhecido e escondido no inconsciente podia ser agora revelado. Eu utilizo esta técnica porque a minha experiência é que os representantes estão dependentes do tipo e da quantidade de informação que o paciente lhes transmite. Eles apenas conseguem vivenciar o que é libertado nas imagens interiores do paciente e não é bloqueado por ele. Desta forma, o paciente pode sempre ter controle na constelação e pode evitar o retorno de traumas.

‘Ajuda 2’ começou então a desbloquear. Deu alguns passos em frente, esticou um braço e gesticulou como se estivesse a disparar uma arma. A ‘Mãe’ estava novamente em pânico; dobrou-se e procurou abrigo atrás de ‘Parte Carente’. Passado um pouco, disse que agora estava bem claro para ela. Ela tinha visto algo que não era culpa sua. Ergueu-se novamente e dirigiu-se a ‘Ajuda 1’. ‘Ajuda 2’ estava agora caída no chão e parecia uma pessoa morta ou atingida.

Em seguida, ‘Werner’ foi atraído para esta pessoa. Ajoelhou-lhe perto dela e algum tempo depois, esticou-se a todo o comprimento ao lado dela. ‘Ajuda 2’ parecia representar uma pessoa que a sua mãe tinha assistido a ser baleada, o que induziu medo pavoroso nela, para além de tristeza pela pessoa assassinada. Estes sentimentos parecem ser sentimentos de vínculo muito forte que ligavam Werner à sua mãe traumatizada.

Pedi ao próprio Werner para entrar na constelação e dizer à sua ‘Mãe’, “para me aproximar de ti eu procurei-te entre os mortos”. Werner achou muito difícil pronunciar estas palavras. Era visível o enorme conflito interior no momento em que abordou a sua mãe desta forma. Despenteou o seu cabelo e dobrou-se para a frente com dor interior. Começou a chorar e gemer. Encorajei-o a exprimir a sua dor; ele proferiu gritos que afectaram o interior de cada um. Depois, cheio de culpa, disse à sua mãe: “tu permitiste à mulher da porta ao lado que me maltratasse”. Desde que o trauma da mãe tinha sido exposto, agora era evidente que o seu próprio trauma podia ser revelado, que tinha desencadeado o trauma da sua mãe representado na sua própria alma. Sugeri que ele disse à sua mãe: “Foi mau para mim. Eu precisei da tua protecção”. Ele fez isto e gradualmente Werner e a sua ‘Mãe’ tornaram-se mais próximos um do outro. A ‘Mãe’ estava obviamente agora numa posição que lhe permitia ver a sua criança como sua criança e não como uma encarnação da sua própria ansiedade e sofrimento de sua própria infância.

Werner lembrou-se então que a sua mãe lhe tinha dito uma vez que ele nasceu tarde demais. Esta frase fez sentido em relação ao assassinato que a mãe tinha assistido em criança. Pedi à mãe para

dizer a Werner: “É tarde demais para isso” – apontando para o morto no chão, “mas não demasiado tarde para ti!”. Considerou muito difícil soltar essas palavras mas no fim consegui, e houve uma aproximação afectuosa entre Werner e a sua ‘Mãe’. Entretanto, ‘Werner’ levantou-se e da posição próxima de ‘Ajuda 2’ moveu-se para se colocar perto de ‘Parte Carente’. Ambos observaram com alegria e grande atenção o que estava a acontecer entre Werner e a sua ‘Mãe’. Agora, ‘O que aconteceu’ estava deitado no chão perto de ‘Ajuda 2’ e disse: “Eu não me teria deitado se tudo isto não tivesse acontecido”.

‘Werner’ e ‘Parte Carente’ aproximaram-se de Werner e a sua ‘Mãe’ e Werner também sentiu agora que tinha de descansar a sua cabeça em ‘Ajuda 1’. Quando fez isto, os outros representantes abraçaram-no. Pareceu que a divisão na sua personalidade estava agora em processo de união, portanto, terminei a constelação.

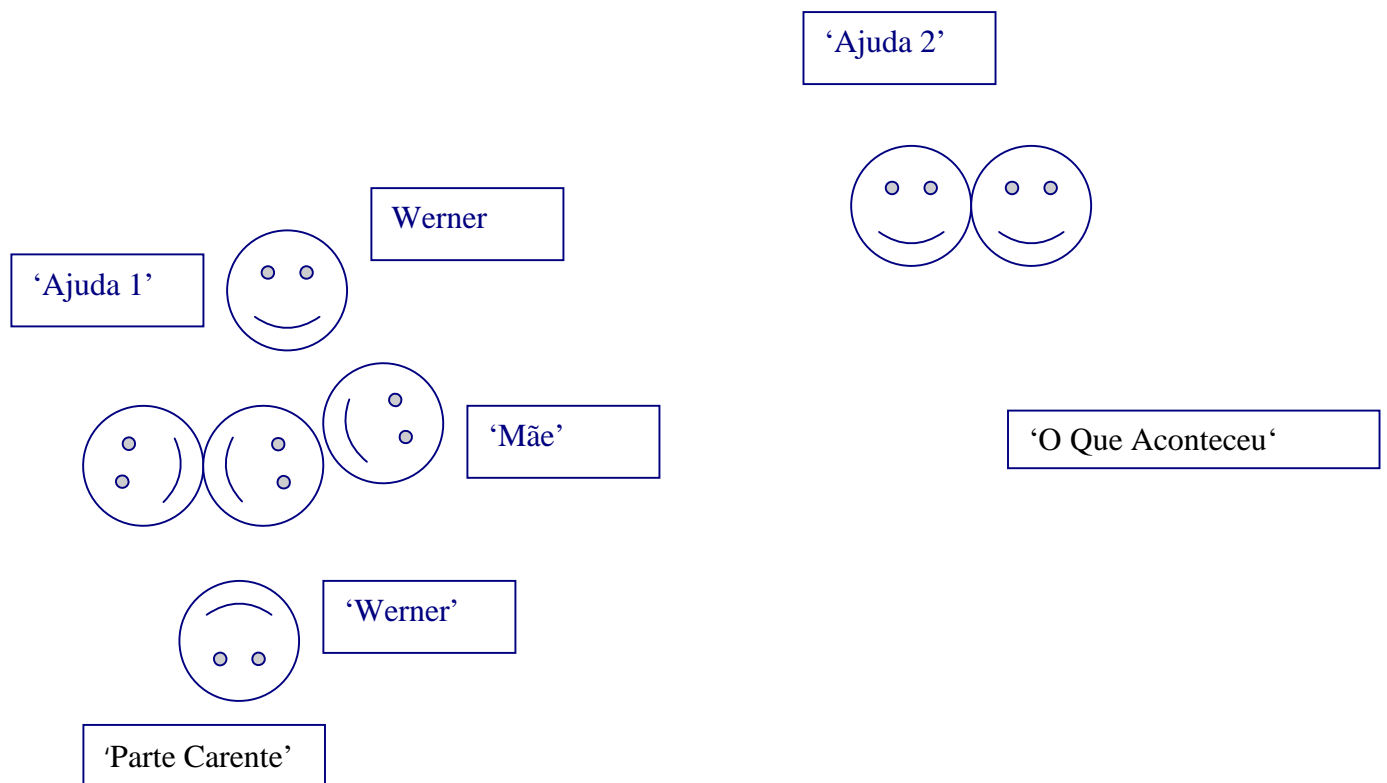


Fig. 3: Integração das partes da personalidade de Werner

### Constelações como experiência científica

O que um indivíduo procura numa constelação depende das suas assumpções teóricas prévias. Não existe algo como olhar e compreender simplesmente; isto funciona contra todos os resultados conhecidos na pesquisa do cérebro e perceptual. A percepção de cada e todas as espécies, incluindo os humanos, é em grande parte selectiva e dependente do humor, sentimentos, atitudes e

expectativas, influenciados pelo pensar. Nós vemos o que podemos ver e o que queremos ou esperamos ver. Não vemos o que não queremos ver ou estamos incapazes de ver, por exemplo os componentes divididos da nossa estrutura da personalidade.

Assim, é minha convicção que cada líder de uma constelação chega a uma constelação com hipóteses – e estas hipóteses correspondem ao seu mundo experimental. Se lideras constelações com uma atitude de pesquisa científica, consegues vê-las como experiências, que quer confirmam ou contradizem as tuas hipóteses, levando-te gradualmente a um melhor conhecimento do que se passa na alma humana. É neste sentido que eu acumulei o meu conhecimento – conhecimento que levou à estrutura teórica da psicotraumatologia sistémica multigeracional. Em nada vejo este processo já terminado. Novamente, a constelação acima referida forneceu-me novas introspecções: a compreensão de que uma criança, como agente de ajuda, pode sentir aquilo que ajuda a mãe, num sentido positivo, dando-lhe estabilidade de espírito, assim como pode experienciar o trauma e tristeza profunda que a mãe carrega dentro dela. Em qualquer dos casos, a criança dirige-se à mãe com um movimento interior de procura do local no seu espírito onde os seus sentimentos são os mais fortes. Assim, neste caso eu vi as minhas hipóteses confirmadas, que o principal objectivo de uma constelação útil é unir as estruturas psicológicas fragmentadas.

### **Pesquisa complementar**

Do ponto de vista metodológico, eu actualmente coloco-me três questões fundamentais sobre os métodos da constelação:

- Qual é o efeito terapêutico de uma constelação?
- Como é que os representantes podem separar os seus próprios feitos, sentimentos e pensamentos dos que lhes são transferidos nos papéis que eles assumiram?
- Até que ponto é de confiança se algo totalmente novo surge no sistema familiar (ex. um pai de uma criança é uma pessoa diferente do que é mantido) e como é que os pacientes lidam com essa informação?

Em Munique, formámos uma equipa de pesquisa, que irá investigar estas questões ao longo dos próximos poucos anos, usando perguntas empíricas. Estou certo que existirão novas respostas que irão ajudar a melhorar a gestão dos métodos das constelações. Mais descobertas no estudo do cérebro quanto ao funcionamento dos neurónios de espelho terão provavelmente importância fundamental para o método das constelações e o seu reconhecimento científico.

## Bibliografia

- Bauer, J. (2005). Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hamburg: Hoffmann und Campe. / *Why I feel what you feel. Intuitive communication and the secret of mirror neurones* /
- Fischer, G. & Riedesser, P. (1998). Lehrbuch der Psychotraumatologie. München: Reinhardt Verlag.
- Herman, J. (1997). Trauma and Recovery. Philadelphia: Basic Books.
- Mahr, A. (2005) How the Living and the Dead Can Heal Each Other, *The Knowing Field*, 6, 4-8.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L., Fogassi, L. & Gallese, V. (2002). From mirror neurones to imitation: facts and speculations. In A. Meltzoff and W. Prinz (eds.), *The Imitative Mind*. Cambridge University Press.
- Ruppert, F. (2001). Berufliche Beziehungswelten. Das Aufstellen von Arbeitsbeziehungen in Theorie und Praxis. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag. / *The Worlds of Professional Relations. Constellations Work with Relationships in Professional Situations.* /
- Ruppert, F. (2002). Verwirrte Seelen. Der verborgene Sinn von Psychosen. Grundzüge einer systemischen Psychotraumatologie. München: Kösel Verlag. / *Confused Souls. The Hidden Sense behind Psychosis.* /
- Ruppert, F. (2005). Trauma, Bindung und Familienstellen. Seelische Verletzungen verstehen und heilen. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta. / *Trauma, Bonding and Family Constellations. How to Understand the Injuries of the Soul and How to Heal them.* /
- Sheldrake, R. (1988). The presence of the past. New York: New York: Times Books.
- Van der Kolk, B., McFarlane, A. and Weisaeth, L. (ed.). Traumatic Stress: The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body and Society. New York: The Guilford Press.

Tradução a partir do inglês por Sílvia Figueiredo. © Asas e Raízes 2005.