

Rodinné konstelace

v kontextu alternativní religiozity a psychoterapie

Seminární práce ke kurzu Alternativní religiozita a psychoterapie II. na HTF
Anna Marie Dostálová, 26.4.2007

Upraveno 11.12.2007.

Autorka je otevřena další diskusi na noira@centrum.cz. V blízké budoucnosti budu hledat další materiál na profesionálnější a podrobnější zpracování tématu alternativní (nábožensky zabarvené) psychoterapie.

1. Východisko
 - „Alternativní“ metody
 - Mé první setkání s konstelacemi
2. Alternativní psychoterapie a religiozita
 - Vztah psychoterapie a náboženství
 - Nebezpečí nereflektované religiozity v psychoterapii
 - Náboženské představy za rodinnými konstelacemi
3. Srovnání konstelací s některými jinými fenomény
 - Konstelace – psychodrama
 - Konstelace – rituál
4. Některé specifické problémy
 - Tělesné příznaky – kde se berou?
 - Psychosomatické reakce v terapii
 - Odkud se berou?
 - Osobnostní založení a očekávání
 - Pouhá autosugesce?
 - Na obranu celostního chápání
 - Následná péče
 - V kontextu nových náboženských hnutí
 - Krajně opoziční reakce veřejnosti
 - Odevzdaný klient a direktivní terapeut
 - Zasahování do systému
 - „Mániodeprese“ entuziastů?
5. Závěr

1. Východisko

V této práci bych ráda představila svůj kritický názor na metodu systemických konstelací. Tato metoda ve mě vyvolávala rozporuplné dojmy od prvního setkání a proto jsem se rozhodla ji blíže prozkoumat. Nyní jsem vůči ní o něco chápavější, ale stále mám vůči ní značné výhrady. Tato práce si však neklade ambice stát se vědeckou kritikou tohoto alternativního psychoterapeutického¹ směru.

V této práci bych chtěla nabídnout komentář svého pozorování a zkušeností s touto metodou z pohledu psychologie náboženství, v kontextu s fenoménem alternativních psychoterapií a alternativní religiozity, která s nimi úzce souvisí.

Se systemickými konstelacemi jsem se měla možnost setkat jako přímý účastník a pozorovatel v semináři Zdeňky Tuškové (intenzivní zážitkový seminář konaný na půdě Městské knihovny v Praze²) a u slečny Barbory Nádvorníkové (v rámci novopohanské konference³). Dále jsem byla účastna přednášky Jana Bílého (v rámci festivalu Esoterika 2007), četla jsem řadu webových prezentací terapeutů a příznivců této metody⁴, knihu tvůrce metody *Skrytá symetrie lásky* Berta Hellingera. Mimo to jsem měla možnost bezprostředně mluvit s mnoha lidmi, kteří se systemických konstelací účastnili a pozorovat dění.

„Alternativní“ metody

Na úvod bych ráda poznamenala, že nejsem typ člověka, který by byl *a priori* předpojatý vůči „alternativním“ terapeutickým metodám díky svému náboženskému nebo jinému přesvědčení.

Uvědomuji si, že tradiční psychoterapeutické metody často přehlížely nebo dokonce patologizovaly náboženskou sféru klienta (náboženství jako obsese či neuróza v rané psychoanalýze) a zanedbávaly spirituální rozměr lidské osobnosti. Teprve v dnešní době místy slyšíme mluvit o bio-psycho-socio-*spirituálním* modelu. Od vzniku hnutí New Age jsou existující „díry na trhu potřeb společnosti“ hojně zaplňovány stále nově vznikajícími alternativními metodami.

„Alternativní“ metody se vyznačují tím, že jsou:

- nábožensky zabarvené nebo přímo navázané na určité, zvláště nové náboženské hnutí či obecně „New Age“ světonázor
- zavrhovány vědeckou obcí
- obklopeny zvláštní aureolou mystičnosti, mohou představovat „poslední útočiště“, když jsem "zkusil všechny normální doktory“
- svým klientům nabízejí i určitou spirituální orientaci ve světě a životě

¹Někteří konsteláři označení své metody jako „psychoterapie“ odmítají a preferují ji charakterizovat jako metodu osobního rozvoje, což nic nemění na skutečnosti, že zdaleka nejčastěji se rodinné konstelace využívají jako metoda psychoterapeutická.

² konaném 25.2.2006

³ BMWC – Bohemian and Moravian Witches Conference, www.bmwc.org. Konference se účastní mladší generace (průměrný věk okolo 25 let) českých a slovenských novopohanů a program je tvořen účastníky jako nekomerční. Systemické konstelace nejsou zdaleka jediným zážitkovým typem programu na této konferenci, kde se hojně praktikují řízené meditace, šamanské cesty a novopohanské rituály.

⁴ Mezi jinými: www.eastwick.cz (Barbora Nádvorníková – prezentace kurzů), www.eastwick.bloguje.cz (soukr. weblog téže), www.konstelace.info (Jan Bílý), <http://konstelace.arcs.cz> (Marek Páral), <http://www.konstelace.eu> (Zdeňka Tušková), <http://www.equilibrium.cz> (Equilibrium - společnost pro osobní rozvoj)

- důležitější roli (ve srovnání s tradičními metodami) v nich hraje „víra“ či očekávání
- důležitější roli hraje i osobnost (charisma) terapeuta
- obvykle slibují rychlejší („hlubší“, „etičtější“, „opravdové“) uzdravení (řeceno náboženskou terminologií "spásu")

Tyto rysy samy o sobě nevypovídají nic o konkrétních metodách. Za optimálních okolností skutečně *mohou* splnit všechna svá očekávání a klientovi nabídnout nejen vyřešení problémů, ale i uspokojit jeho náboženské potřeby.

Bohužel ne vždy jsou alternativní metody bezpečné a seriózní a proto se jejich zastánci dostávají do konfliktu se zástupci tradičních metod a tradičních náboženství (sic!).

Zastánci této metody, s nimiž jsem se setkala, neusilovali o „apologetiku“ své metody a její uznání po boku tradičních psychoterapeutických metod. Nejčastěji se vyjadřovali podobně jako Hellinger:

Tohle všechno je založeno na pozorování. Nemám o tom žádnou teorii. Viděl jsem tisíce rodinných konstelací a vyměňoval si svá pozorování a poznatky s mnoha mými kolegy, kteří také dělají konstelace. Objevili jsme některé základní zákonitosti, působící v rodinnách.⁵

Tento bod („Nemám o tom žádnou teorii“) pro zastánce vědeckých pozic plně postačuje pro odsunutí metody na „smetiště dějin“. Podobné výroky jsou přitom pro část alternativních metod velmi typické. Slýcháme: „My nevíme, proč to funguje. Pro nás je důležité pomáhat lidem.“⁶

Přesto jsem přesvědčena, že bychom neměli rezignovat na reflexi podobných fenoménů. K sepsání této práce mě mimo jiné motivovalo zjištění, že řada zastánců této metody, kteří ve mně vzbudili tak bouřlivé reakce, vychází z podobného náboženského pozadí a přitom chováme tak odlišné názory. Domnívám se, že kritika z pozice „alternativně nábožensky orientovaného“ člověka může přinést zajímavé výsledky a poukázat na skutečnost, že „alternativní“ nemusí být nutně zároveň „iracionální“. (Slovy mého dobrého přítele: "Mám rád racionálně uchopitelné iracionální.")

Mé první setkání s konstelacemi

Před svým prvním setkáním s rodinnými konstelacemi jsem neměla žádné informace o metodě a tak jsem přivítala seminář, který sliboval teoretickou přednášku a praktickou ukázkou. Tento seminář pro mě skončil neslavně. Doslova jsem zbaběle utekla ze sálu, v němž se dělo něco, co jsem zcela nechápala (teoretická přednáška spíše než cokoli jiného vnesla spoustu otázek), ale zřetelně cítila, že mi to nelíbí.

Podobný emocionálně silný zážitek se obtížně zpracovává, pokud k němu člověku není podáno uspokojivé vysvětlení a ještě obtížněji se slučuje s jakousi racionální představou o

⁵ Bert Hellinger, *Introduction to Family Constellations*, Lecture and Demonstration in Taipei on October 11, 2001. Citováno 29.4.07 z oficiálních stránek http://www.hellinger.com/international/english/hellinger_lectures_articles/2001_taipei_family_constellations.shtml#observation.

⁶ Nápadný protiklad vůči těmto výpovědím nalezneme u „pseudovědecky“ se tvářících metod jako dianetika nebo kineziologie. Zde se nám naopak dostává zahlcujícího výkladu o tom, „proč a jak“ metoda funguje se spoustou cizích slov, která nás mají přesvědčit. Je zřejmé, že oba póly reakce představují něco nezdravého. Podle mého názoru by terapeut, ať praktikuje jakoukoliv metodu, měl mít ucelenou představu o jejím fungování a být schopen ji klientovi srozumitelně vyložit.

tom, jak psychotherapeutická metoda „má vypadat“. Po této zkušenosti jsem proto hledala možné příčiny svých negativních pocitů.

2. Systemický světový názor a východiska

Vztah psychotherapie a náboženství

Je známou poučkou, že každý psychotherapeutický směr vychází z určitých (doufejme, že reflektovaných) představ o člověku, lidské přirozenosti, jeho vývoji; má svou *antropologii*, tedy filosofické východisko. V případě alternativních metod pak výraznější roli dostávají východiska *náboženská*, jak napovídá název našeho kurzu „Alternativní religiozita a psychotherapie“.

Právě tento fakt hraje podle zkušenosti, kterou jsme učinili v průběhu kurzu, ústřední roli v problematickém přijímání těchto metod většinovou společností na jedné straně a odbornou obcí na straně druhé.

Psychotherapeutické postupy se v rámci různých náboženských kultur rozvíjely dlouho před tím, než se psychologie emancipovala jako věda, zahrnující v sobě aplikovaný obor „psychotherapie“. Dávní lidé – „protopsychotherapeuti“ – kněží, věštcí a léčitelé rozvíjeli metody péče o duši a zároveň byli zakotveni v náboženských představách své kultury a doby. Tento celostní přístup byl velmi přirozený a pro společnost blahodárný – náboženská východiska tedy sama o sobě nepředstavují „jedovaté podhoubí“ pro psychotherapii, *jsou-li reflektována*.

V současné době jsme svědky situace zcela odlišné, kdy mezi náboženstvím a psychotherapií panuje spíše napjatý vztah, a jenom minimum lidí a institucí v sobě dokáže obě paradigmatata nějakým způsobem integrovat – např. progresivní obor pastorální psychologie, duchovní působící zároveň jako terapeuti, psychotherapeutické směry akcentující spirituální rozměr osobnosti (logoterapie, analytická psychologie).

Nebezpečí nereflektované religiozity v psychotherapii

Každý psychotherapeut musí mít představu o tom, proč to, co dělá – práce s lidskou duší – funguje. Má nějaké filosoficko-náboženské východisko (dokonce i hypotetický raný behaviorista) a ve své terapii jej klientům předává, stejně jako jim předává své etické hodnoty a své životní zkušenosti. Tomu nelze zabránit a ani o to neusilujeme, neboť právě terapeutovo kultivování těchto sfér u klienta je jedním z klíčových dějů v úspěšné terapii. Výcvik v psychotherapii, ač obsahuje vždy i teoretickou část, jež se u jednotlivých škol značně liší nebo jde o teorie navzájem protichůdné, si především klade ušlechtilý cíl terapeuta kultivovat jako osobnost a poskytnout mu podněcující prostor k sebepoznání.

Podle mého názoru nastává problém v momentě, kdy terapeut není schopen sebereflexe v oblasti náboženství; neuvědomuje si např. že se již vyjadřuje v náboženských pojmech a nad vlastními východisky nemá nadhled. Předává tak klientovi zmatenou výpověď a nijak mu tím neusnadňuje reflexi jeho *vlastních* východisek a situace, což by především měl.

S tímto problémem jsme se v kurzu setkali například při diskusi s kinezioložkou⁷, která naprosto nebyla schopna reflektovat, že její výklad postuluje mnoho přinejmenším metafyzických východisek, a ta se podstatně liší od těch, jež naše společnost obecně zastává (tzn. racionální, vědecká, založena na principech kauzality a aristotelské logiky).

Stejně jako řada alternativních terapeutů (výrazná je tato „schizofrenie“ u dianetiky) byla přesvědčena o tom, že její metoda je perfektně racionálně vystavený systém, jímž z čistě formálního hlediska možná je⁸, ale neuvědomovala si, na jakých *základech* stojí.

⁷ 19.3.2007

⁸ je zvláště snadné podlehnout tomuto dojmu díky složitě, velmi odborně znějící terminologii

Dr. Vojtíškem byl zmiňován příklad, kdy kinezioložka matkám dětí s poruchami učení doporučovala nad stůl instalovat obrázek ondrejského kříže, na který by se dívaly. Ačkoliv měla po ruce po formální stránce velice racionálně znějící komentář, proč má fungovat na základě lepšího propojení obou mozkových hemisfér, dostáváme se již zcela zřetelně kamsi do oblasti víry v „uzdravující moc svatých obrazů“...

Náboženské představy za rodinnými konstelacemi

Jedno je možné po učiněném pozorování prohlásit zcela sebevědomě: metoda rodinných konstelací je *religiózně zabarvená*. Při snaze tyto religiózní představy nějak blíže specifikovat a klasifikovat se však dostáváme na „tenký led“.

Bert Hellinger, zakladatel metody, byl sám katolický misionář, který později řeholní stav opustil a prošel psychoanalytickým výcvikem. S vídeňskou školou se ale rozešel a setkával se dále s představiteli řady terapií (tradičních i alternativních). O náboženském zabarvení konstelací píše:

[Terapeut] také musí vyvinout určitý osobní postoj pro tuto práci. Vystaví se situaci bez jakéhokoliv zvláštního úmyslu. Dívá se na konstelaci, vystavuje se jí a neví, co má dělat. Jen čeká, a nemá žádný strach z toho, co může vyjít na světlo. Důvěruje vyšší síle. Je velmi blízký postoji, jež Lao-c' popisuje v Tao te Ting. Tím, že nic nečiníme, se ně co stane. Náhle vidí spatří krok nebo uslyší větu, kterou požádá klienta, aby vyslovil... Tyto věty nejsou vymyšlené. Přicházejí náhle z hlubin, a když je vyslovíte, mají sílu.⁹

Z českých konstelářů jsem měla největší možnost poznat slečnu Nádvořníkovou, která do své terapeutické praxe zahrnuje šamanské techniky a zabývá se ženskou spiritualitou. Jan Bílý se zabývá zenovou a Oshovou meditací a rozvojem osobnosti a lidského potenciálu. Také paní Tušková zdá se tíhne k novopohanskému pohledu na svět. Metoda také vzbuzuje ohlas mezi vyznavači východních filosofii.¹⁰

Z webových prezentací dalších konstelářů byl zřejmý obecný příklon k alternativním metodám (aura-soma, kineziologie, reiki, astrologie, automatická kresba, regresní terapie...).

Zdá se tedy, že náboženské představy, které u zastánců rodinných konstelací tak symbioticky splývají s paradigmatem této metody jsou poněkud eklektické. Obecně je snad můžeme (většinou) shrnout pod hnutí New Age.

Samotná „dogmata“ rodinných konstelací nejvíce připomínají domorodé či archaické představy (kult předků), ale narazíme i na další prvky. Přiblížíme si některé, jak jsem je zaznamenala:

- Hellingerovy konstelace vychází z komplexních představ o člověku, rodině, vztazích, jimž vévodí představa určitého přirozeného řádu přírody („řád lásky“) a našemu přijetí – odevzdání se – smíření s ním, respektive s ostatními členy systému (bývalými partnery, rodiči.)
- Představa má zvláštní biologizující zabarvení – pokrevní vztahy a vztahy, kde se děje pohlavní spojení, mají zcela jinou kvalitu, než ostatní. Dokonce i při incestu nebo znásilnění vzniká pouto.
- Každý člen systému (rodiny) má právo na svou čest a místo, když mu je upíráno, dochází k problémům.

⁹ Viz 5

¹⁰ O metodě rodinných konstelací nadšeně píše server Satguru.cz v článku „Rodině konstelace z hlediska džňány“, <http://www.satguru.cz/article/3393.rodinne-konstelace-z-hlediska-dznany/>

- Máme jediný přístup k síle (životní energii) a tím jsou naši předkové, konkrétně u žen matka a u mužů otec – energie probíhá v mužských a ženských liniích
- Naši předkové svoji životní energii čerpají od svých předků, až k pradávným mužům – lovcům a ženám – léčitelkám¹¹ a od nich až k archetypickému Bohu a Bohyni
- Když dojde k nějakému traumatu, tok energie se zablokuje (srv. jiné alternativní léčebné metody)
- Sexualita je posvátná a propojuje nás s transcendentnem. (srv. tantrické směry)
- Muž a žena v partnerství musí uznat svou rozdílnost a „nekompletnost“; že mu chybí to opačné a pouze prostřednictvím partnera se plně stává mužem / ženou. Žena muže následuje a muž ženě slouží.

Klíč k atraktivitě alternativních směrů?

Jsem přesvědčena o tom, že je to právě podvědomá, nereflektovaná či zcela potlačená potřeba religiozity, která táhne mnoho lidí k těmto alternativním psychoterapeutickým metodám. Potřeba náboženství je člověku universální – religiózně zabarvené psychoterapeutické směry nadto přímo slibují zlepšení kvality života. Není proto divu, že se pro mnohé lidi stanou branou k dalšímu hledání náboženské orientace.

3. Srovnání konstelací a některými jinými fenomény

Konstelace – psychodrama

Psychodrama je jednou z tak zvaných „projektivních metod“. Podobně jako v arteterapii zde klient vyjadřuje své prožitky *projikováním* (do barev a tvarů, do slov a pohybu...). Projektivní metody tak umožňují nepřímo pracovat s hlubšími duševními obsahy, které klient vyjadřuje mimoslovně.

V konstelaci také vystupují zástupci různých rolí, pohybují se, mluví a podobně – můžeme proto snadno nabýt dojmu, že konstelace a psychodrama jsou totéž.

Dění v konstelacích však odporuje významu řeckého *dráma*, jímž je *jednání, konání* v aktivním významu. Postavy ani klient v pravém smyslu nejednají. Na počátku si sice klient vybírá z účastníků reprezentanty určitých postav a rozestavuje je v prostoru, a touto volbou již nějak vyjadřuje své vnitřní obsahy, avšak další dění je od psychodramatu odlišné.

V psychodramatu by následovalo např. přehrání jisté obtížné situace a diskuse nad ní. Postavy by dostaly pokyny o tom, jak se vše událo z pohledu klienta a situaci by znovu sehrály. Ústředním přínosem psychodramatu je možnost nadhledu a prozkoumání alternativních vzorců *jednání*.

„Psychodrama zajišťuje účastníkům bezpečné, podporující prostředí, v němž mohou nacvičovat nové a efektivnější role a chování.“¹²

V konstelaci následuje otázka terapeuta „Jak se postavy (nyní již ztotožněny s tím, koho reprezentují; tedy otec, matka...) *cítí*.“ Reprezentanti vyjadřují své tělesné a duševní pohnutí, která jsou interpretována jako výpovědi o systému (v tomto případě o rodině). Terapeut tedy

¹¹ Myslím, že zde nejde o nějaké univerzální paradigma konstelací, ale spíše o pěkný příklad symbiozy náboženských představ terapeutky – novopohanky – a konstelací.

¹² *American Society of Group Psychotherapy & Psychodrama*, citováno 29.4.2007 z <http://www.asgpp.org>

provede první „průzkum“ systému¹³, z něhož dále odvozuje další postup, řídí se přitom intuicí a určitými „zákony chování systému“.

Terapeut pracuje se systémem – přidává a ubírá další postavy, nechává postavy pronášet tzv. „léčivé věty“, které bychom však neměli zaměňovat a s verbalizací pocitů v klasickém psychodramatu. Postavy především nerozhodují o tom, co by měly říci. (Svoje momentální pohnutky mohou vyjádřit při vyzvání terapeuta pohybem.) Pomocí léčivých vět si mají předávat určitá hluboká poselství a tak harmonizovat celek na jakési podvědomé¹⁴ úrovni. Úlohou reprezentantů (nikoliv „herců“, neboť narozdíl od psychodramatu, které i svou terminologií vychází z divadla, reprezentanti *reprezentují* skutečné lidi, *nehrají*) není *jednat*, ale především podobně jako spiritistické médium v sobě člena systému zpřítomnit.

Rodinné konstelace tedy sdílí s psychodramatem některé prvky, ale jejich dynamika a východiska jsou zcela odlišná.

Konstelace – rituál

Jiným fenoménem, který se nabízí ke srovnání s konstelacemi, je náboženský nebo magický rituál. Účastníci na sebe přijímají role členů systému a provádějí určité ritualizované (ustálené) úkony (často např. objetí, držení se za ruce) a pronášejí určité ustálené věty („léčivé věty“¹⁵) Pozorování dění v konstelaci pozoruhodně vystihuje například tato definice rituálu¹⁶:

Specifický způsob pohybování, manipulace s objekty nebo vnitřními procesy za účelem dosažení kýženého účinku.

„Rituál“ je však v moderních společenských vědách pojem natolik obtížený výrazy, že nám samotný o povaze konstelací nic nového nevypovídá. Dovolte mi obrátit pozornost k jinému pojmu, úzce spojenému s rituálem, zvláště magickým, a tím je *invokace*.

Invokace, z lat. „vocare“ – volat, a „in“ – do, k; česky *vzývání*. Skuteční žijící (nebo mrtví) členové rodiny jsou *invokováni* do svých reprezentantů symbolickým aktem, při němž si je klient vybere, dívá se jim do očí, položí jim ruce na ramena a řekne jim, koho mají představovat¹⁷ (např. „Jsi moje máma.“) a postaví je na určité, v tuto chvíli již symbolické místo (viz výše – projektivní techniky).

Skeptik může namítnout, že jde o velice jednoduchou „invokaci“, pokud tak konání můžeme nazvat, neboť s tímto pojmem si nejčastěji spojujeme dlouhé, složité obřady či inkantace.¹⁸ Bližší pohled na další dění v rozestavěné konstelaci však prozrazuje, že i kdyby si terapeut nebyl vědom toho, že se právě „dopustil invokace“, jeho práce s postavami prozrazuje, že *předpokládá*, že již nepracuje s náhodnou skupinou účastníků, ale přímo se skutečnými osobami, které zde jsou nějakým způsobem přítomny.

Ztotožnění reprezentantů se skutečnými osobami je více, než pouze symbolické (zástupné). Mezi reprezentanty a skutečnými osobami panuje jakási *unio mystica*, díky níž v tuto chvíli

¹³ Tuto diagnostickou metodu můžeme možná srovnat s kineziologickým testem – mezi racionálně založenými lidmi a odpůrci všeho „co se nedá změřit nebo dokázat“ vyvolává rozpaky.

¹⁴ Užití psychoanalytického pojmu „podvědomí“ může být zavádějící, protože konstelace pracují s odlišnými koncepty, avšak pro účely získání si rámcové představy postačuje.

¹⁵ Je charakteristické při pozorování konstelace, že tyto léčivé věty jsou pronášeny takovým způsobem, že by je např. člověk mluvící jinou řečí mohl snadno interpretovat jako modlitbu či magickou průpověď!

¹⁶ z novopohanského kontextu, citováno 29.4. 2007 z <http://magick-whispers.com/glossarypqrs.htm>

¹⁷ Nevím, zda se v případě jedná o ustálený úzus, či zvyk konkrétní terapeutky, kterou jsem měla možnost pozorovat.

¹⁸ Zařikání; invokace označuje také samotná slova nebo text, jež se za tímto účelem používají.

mají podíl na jejich prožitcích. Tělesné prožívání při pouhém rozestavení osob do konstelace, jak jsem měla možnost osobně pozorovat, může nabývat velmi dramatických forem – nejsou žádnou výjimkou výpovědi jako „Úplně mi běhá mráz po zádech“ „Strašně chci odsud utéct“ „Svírá se mi žaludek“. Problému tělesných příznaků a jejich interpretace se budu věnovat na jiném místě.

Na tomto místě bych ráda uvedla námitku proti metodě rodinných konstelací, kterou pronesl jeden novopohan, praktikující magii, totiž, že byl před konstelacemi varován jiným stejně orientovaným přítelem stran toho, že by si mohl z vadného systému „něco špatného odnést“. Tato myšlenka vychází z výše vyložené představy, která oběma mužům byla známa z vlastní magicko-náboženské praxe, tj. že při invokaci dochází ke ztotožnění, při němž *přebíráme kvality invokované bytosti* (jíž je zdaleka nejčastěji božstvo).

Toto přirovnání konstelací k určitému druhu rituálů a mystických technik je nedokonalé, neboť nacházíme několik zásadních rozdílů:

- V mystice nebo náboženském obřadu usilujeme o ztotožnění s *božstvem* (méně často, např. v magii s jinou entitou, nejčastěji za účelem získání moci, poznání).
- O toto ztotožnění usilujeme aktivně proto, že má nějak zlepšit kvalitu našeho bytí, povznést nás, vztahujeme se k něčemu dokonalejšímu, přesažnému.

V konstelacích oproti tomu

- dochází k našemu částečnému sjednocení (nejčastěji) s *reálnou lidskou* postavou, méně často s určitým archetypem nebo abstraktní kvalitou (např. postavy jako Ženství, Bolest, Peníze).
- protože jsou konstelace zdaleka nejčastěji používány jako metoda terapeutická, systém, se kterým se tímto způsobem pracuje, je nějakým způsobem *patologický*.

Dále je možno poukázat na skutečnost, že

- magicko-náboženské obřady a mystické techniky, při nichž dochází ke ztotožnění, mají prastarou tradici ve všech kulturách lidstva, a jde tudíž obvykle o *osvědčený, strukturovaný a bezpečný* způsob sebeaktualizace.

To je druhý bod, ve kterém vidím potenciální nebezpečnost této techniky. Přijmeme-li hypotézu, že konstelace pracují *určitým způsobem* analogicky, pak vyvstává jasně důvod mého znepokojení: zatímco mystik se připravuje mnohdy celý život na tento prožitek a kněz nebo mág podstupují složitá cvičení a obřady, jedno sezení rodinných konstelací může trvat sotva hodinu. Bohužel jsem zároveň nabyla dojmu, že v porovnání s „tradičními“ psychoterapeutickými metodami je duševní (či snad na tomto místě bych použila spíše výrazu psychospirituální) bezpečnosti zúčastněných věnováno daleko méně pozornosti.¹⁹

Samozřejmě zmiňovaní usilují o odlišnou úroveň ztotožnění (splynutí). Mystik touží po úplném sjednocení s božstvem, kněz k němu dochází jen částečně v rámci obřadu a mág nejčastěji sleduje „zištný“ cíl, jako získání určitých kvalit (síla, poznání) invokované bytosti. Klienta konstelací můžeme nejlépe připodobnit k onomu mágovi, neboť také sleduje jasně vymezený cíl (tj. na nemateriální úrovni nějak uspořádat, zlepšit vazby v systému a tím i svůj vlastní život, neboť je součástí onoho systému).

Shrňme tedy námitky, vycházející z podobnosti metody rodinných konstelací a jinými technikami magicko-náboženskými:

- dochází ke ztotožnění s *a priori* patologickým systémem, což může mít negativní dopad na účastníky

¹⁹ Jde přitom o metodu „alternativní“, tedy silně prožitkovou, očekávali bychom proto úměrně větší důraz na zachování psychospirituální integrity zúčastněných. Viz dále.

- na toto ztotožnění nejsou zúčastnění dostatečně připravováni

4. Některé specifické problémy

a. Tělesné příznaky – odkud se berou?

Při mé první účasti na konstelacích jsem byla postavena do role „praděda“. V tu chvíli jsem již byla z dění na semináři poněkud podrážděná a pravděpodobně to bylo viditelné i na mém výrazu tváře. Reprezentant předka klientovy partnerky to ihned zaznamenal a na otázku terapeutky, jak se cítí, začal popisovat, že mu je nepříjemně a smutno, protože „praděd“ se nějak divně tváří. Bylo usouzeno na nějaký neodhalený problém u praděda klientky.

Moje negativní pocity - které jsem v tu chvíli nedokázala přesně analyzovat - pramenící z pocitu, že jsem manipulována a celkově emočně nabitě atmosféry, která mi připadala nepřirozená a svým způsobem nebezpečná, byly tedy interpretovány jako výpověď o chybě v rodinném systému kohosi, kdo stál přede mnou!

Tváří v tvář takové „kognitivní dizonanci“ se velice podbízelo celou metodu zavrhnout coby šarlatánství. Možná mé prožívání připomínalo skepsi evropských pozorovatelů domorodých rituálů – přirovnávala jsem již dříve konstelace k rituálu. Nevěřila jsem tomu, co ostatní říkají a jak je to interpretováno – možná pro mě proto „rituál“ nemohl fungovat.

Na druhé straně od metody, která byla vytvořena člověkem vzdělaným v několika tradičních psychoterapeutických metodách, bych očekávala více, než „rituál“ založený na víře zúčastněných v jeho působnost.

V tomto prvním setkání pravděpodobně roli sehrál můj negativní dojem z terapeutky a fakt, že ačkoliv byl seminář ohlášen jako jednorázový a vzdělávací, ukázalo se, že asi třetina lidí již na několika sezeních s terapeutkou byla a právě ti se projevovali jako největší entuziasté a v nově přichozích, kteří s metodou byli zcela neobeznámení vyvolávali nechtěný pocit „outsiderství“ či „nezasvěcenosti“.

Na svém druhém setkání s konstelacemi jsem již o metodě věděla více a byla proto připravenější. Dělalí jsme jednoduchý rituál (konstelace se konala na novopohanské konferenci, terapeutka tedy použila přímo výraz „rituálek“) pro posílení Vnitřní ženy (archetypické ženské energie) klientky a obklopily ji v kruhu.

V jednu chvíli mě po celém těle polilo obrovské horko, podobnou reakci jsem absolutně nečekala. Bylo to velice nepříjemné a vzápětí jsem dostala iracionální strach, že se v kruhu něco emocionálně nepříjemného stane, protože klientka uprostřed vypadala rozrušeně. Svou roli mohla sehrát velká tělesná blízkost s ostatními ženami, která v určitou chvíli překročila můj osobní prostor a pociťovala jsem ji jako „invazi“.

Jako „nevěřícího v konstelace“ mě velmi nepříjemně překvapilo několikrát zjištění, že něco je schopno ve mě vyvolat tak neobyčejně silné tělesné reakce. Soudím, že člověk, který se s metodou setká poprvé a není zvyklý o podobném dění přemýšlet v psychologických kategoriích, bude svojí tělesnou a emocionální reakcí (a což je zajímavé, i negativně prožívanou!) považovat za důkaz o účinnosti metody. Etická rizika jsou nasnadě: důraz vedoucího konstelace se může snadno přesunout z (byť třeba domnělého) terapeutického působení na pouhé vyvolávání intenzivních emočních prožitků, které zúčastněné přesvědčí o účinku metody (a charismatu konsteláře). Jak velké je v pomáhajících profesích pokušení, spojené s relativní „mocí“ nad klientem, netřeba rozvádět.

Na tomto místě bych ráda řekla, že nejsem žádný skeptik, který se domnívá, že má své tělesné prožívání plně pod kontrolou a nikdy by si nepřipustil, že mu selže trávení „od nervů“. Je mi známa obrovská moc *psyché* nad *sóma* a jejich vzájemná propojenost.

Co mě však ohledně tělesných příznaků a jejich interpretace u této metody znepokojuje, je určitý, podle mého názoru „nefér“ přístup k zúčastněným. Zúčastnění nejsou varováni ani připraveni na prožitky, které se děly ve všech konstelacích, které jsem viděla a jsou tak říkajíc „ponechání napospas“ vlastní iracionalitě v silně emocionálně nabitém prostředí skupiny, která může vytvářet jistý tlak.

Psychosomatické reakce v terapii

Účastnila jsem se i dlouhodobé intenzivní skupinové terapie, orientované na psychosomatické problémy, a byla tam svědkem některých dramatických projevů (zvracení z rozrušení, panický záchvat), které ale relativně přirozeně vyplývaly z dění ve skupině. U člověka s psychosomatickými problémy (panická porucha doprovázená bušením srdce) *očekáváme*, že bude-li vystaven spouštěči, propukne v panický záchvat. V kontextu terapeutické skupiny pak může být zážitek ihned zpracován.

Konstelace jsou ale také (pro některé terapeuty především) *metodou osobního rozvoje* a proto jsem přesvědčena o tom, že by k podobně dramatickým projevům nemělo docházet, zvláště uvážíme-li markantní rozdíl mezi jednodenním seminářem a měsíčním denním stacionářem. V rámci konstelací je zřídka prostor nějak terapeuticky zpracovat podobné zážitky, a narozdíl od skupinové terapie, kde jsem podobný kolaps zažila jen u jednotlivců, když byli konfrontováni se svým traumatem, na rodinných konstelacích se dramatické tělesné reakce šířily skoro „lavinově“ bez zřejmé přímé příčiny.

Odkud se berou?

Domnívám se, že přítomnost dramatických tělesných prožitků je výsledkem několika faktorů:

- u citlivých osob může jít o doprovodné příznaky emocionálně nabitého dění; tohoto fenoménu si je vědom každý zkušený psychoterapeut a v terapii jde o běžnou záležitost, neboť tělo (*sóma*) a duše (*psyché*) tvoří onu *psychosomatickou* jednotu
- přítomní podléhají tlaku atmosféry skupiny, která výrazně umocňuje individuální prožitky (v extrémních případech hovoříme o „davové psychóze“)
- přítomní mohou mít pocit, že jsou od nich nějaké prožitky *očekávány*
- k alternativním metodám samozřejmě tíhnou „alternativní“ lidé (k „alternativní“ bychom mohli najít v kontextu terapeutických metod synonymum „prožitkový“, můžeme tedy očekávat „prožitkově naladěné“ lidi)
- lidé mají všeobecně sklon k iracionalitě – iracionálním reakcím, pocitům, postupům, ve kterých se projevuje jejich pudová, archaická složka.

Domnívám se, že největším dílem se projevuje „neviditelný“ tlak (atmosféra) ve skupině. Z vlastní zkušenosti vím, že je *velice obtížné* soustředit se na své skutečné prožívání a pak prožitek vyjádřit před skupinou,

- když jsem zavalena silnými prožitky ostatních, kteří hovořili přede mnou a vidím je
- když se všichni kolem mě/přede mnou vyjadřují v souhlasném duchu („Je mi hrozně úzko z maminky, jak tam stojí sama opuštěná.“) a můj prožitek je zcela odlišný („Maminka na mě působí, že je nezávislá a spokojená.“)

Tyto rozporuplné pocity mi byly velice nepříjemné. Měla jsem pocit, že:

- jsem skupinou a terapeutem tlačena do prožitků, které necítím
- které mě ohrožují svojí silou
- které jsou chaotické a nekontrolovatelné

- že tomu, co říkají ostatní, nevěřím

Osobnostní založení a očekávání

Domnívám se dále, že *individuální založení účastníků* konstelace může hrát také významnou roli. Pro určitou charakteristiku lidí, tíhnoucích k alternativním metodám (a alternativní religiozitě!) se podle mého názoru dobře hodí jeden hanlivý výraz, který se navždy zapsal do dějin umění – totiž „dojmaři“.

Řada lidí kteří se účastnili oné novopohanské konference, v jejímž rámci také několik konstelací probíhalo, jsou životní a náboženská „impresionisté“. Vyhledávají silné (např. duchovní) zážitky i pomocí psychoaktivních substancí, technik změněného stavu vědomí a podobně. Jejich slovníku vévodí slova jako „hustý“ „úplně mě to rozbouralo“ „neskutečně silný“ a podobně.

Pouhá autosugesce?

V náboženském kontextu se často setkáváme se zvláštním tělesným prožíváním, které je vykládáno jako působení transcendentních sil. Pro „objektivního“ pozorovatele se mohou jevit jako pouhá autosugesce nebo je dokonce může degradovat do psychiatrických diagnóz (viz dnes populární vykládání posedlosti nebo šamanského transu jako epilepsie, schizofrenie apod.)

Rodinné konstelace jsme zařadili mezi terapeutické metody a metody osobního rozvoje, které jsou nábožensky podbarvené. Je proto namístě se ptát, zda tyto příznaky nemohou být vyvolávány silnou vírou a přáním.

Mystik, ztotožňující se s utrpením Krista, má již nějaký konkrétní předobraz (líčení evangelií, obrazová a slovesná tradice apod.) a tudíž můžeme oprávněně namítnout např. v případech stigmatizace zbožných osob, že jde o autosugesce, nebo dokonce úmyslný podvod – jaký by však byl motiv účastníků konstelace pro sugerování si tělesných příznaků?

Určitou roli by autosugesce snad mohla hrát v případě, kdy reprezentanti o své postavě něco ví, což je obvyklý případ, neboť před rozestavením konstelace s terapeut na pozadí problému klienta vyptává. Můžeme si tedy snadno představit, že reprezentant, který právě slyšel, že jeho postava „uhořela upoutaná na lůžko“ podlehne výše zmiňovaným tlakům...

Na obranu celostního chápání

Nerada bych, aby moje kritika vyzněla ve smyslu, že možnost jakékoliv souvislosti mezi zvláštním tělesným prožíváním a děním v podvědomých vrstvách duše zcela odmítám.

Každý zkušený terapeut by si jistě vzpomněl minimálně na jednu zvláštní příhodu ze svojí praxe, která by si žádala vysvětlení, jež může být podáno pouze mimo rámec vědecké psychologie.

Co když například reprezentanta pradědečka začne „píchat v rameni“ a od klienta se posléze dozvíme, že zesnulý pradědeček byl do tohoto ramene postřelen? Jung tyto pozoruhodné příhody, které nemůžeme šmahem odsoudit jako pouhé „náhody“ popisoval pojmem *synchronicita*, který je velmi podobný řecké *sympatheia* – principu, který v optice starých Řeků zajišťoval, že „funguje“ výklad astrologie, neboť mezi nebeskými tělesy a našimi životy existuje určitá analogie.

b. Následná péče

Nedostatek terapeutického bezpečí je jednou z hlavních námitek vůči této metodě z pozic tradiční psychoterapie:

Mám také dojem, že hodně málo pozornosti věnuje vedoucí semináře rodinných konstelací tomu, co si z konstelací odnášejí ti, kteří slouží jako figuranti – tzv. představitelé. Nedožvěděl jsem se, jak jsou „ošetřeni“. Nepřesvědčí mne o dostatku péče o tyto lidi to, když terapeut představiteli nějaké postavy z rodiny jiného člověka řekne něco ve smyslu: vás se to netýká, to je o jiné rodině. Sám jsem byl během třech dní několikrát představitel a objevil jsem pro sebe netušené, otevřela se mi skrytá témata a zůstal jsem s nimi sám. Naštěstí vím, na koho se obrátit.²⁰

Tuto výhradu sdílím a zdá se mi být asi nejpodstatnějším nedostatkem metody z psychologického hlediska.

Právě dramatické prožívání ostatních účastníků bylo důvodem, proč jsem první konstelaci, již jsem se účastnila, opustila předčasně. Skutečně by nebylo bulvární použít výrazu „zdešeně prchla“. V momentě mého odchodu z asi třiceti účastníků konstelace asi třetina usedavě plakala nebo vyjadřovala jiné dramatické prožitky. Lidé takto stáli v konstelaci a bylo deset minut po plánovaném skončení celodenního programu. Mohu se jen domýšlet, v jakém stavu odcházeli zbylí účastníci a zda jim byla poskytnuta adekvátní podpora ze strany terapeutky...

V kontextu problematiky sekt a nových náboženských hnutí

U fenoménu rodinných konstelací jsem vypožorovala řadu rysů, které nabízí srovnání s podobnými problémy u nových náboženských hnutí.

Krajně opoziční reakce veřejnosti

Při účasti na konstelacích jsem si povšimla, že zúčastnění se takřka pravidelně „štěpí“ do dvou táborů: mezi entuziasty a skeptiky. Jen velmi málo lidí, s nimiž jsem se setkala, udrželo nějaký neutrální postoj.

Viděla jsem demonstrativní odchod ze sálu mladého sociologa se slovy „Tohle nemá cenu. To je o hovně.“ a vzápětí rozrušené lidi, jak se nechají hladit od terapeutky a doslova na ní visí očima. Sama jsem nakonec upadla do stavu podráždění, neutrální postoj, který jsem vždy považovala za společensky vhodný, byl „neudržitelný.“

Naposledy jsem se s takovou reakcí setkala po vystoupení náboženského fanatika na veřejné přednášce a tato paralela mě velice znepokojila.

Odevzdaný klient a direktivní terapeut

²⁰ *Recenze knihy Skrytá symetrie lásky B. Hellingera*, in: Konfrontace – časopis pro psychoterapii, citováno 29.4.2007 z <http://www.studovna.cz/scripts/detail.php?id=2211>

Související byl (nejen²¹) můj rozporuplný dojem z vystupování terapeutů. Uvědomila jsem si, že mě na něm dráždí jakýsi „náboženský“ styl – padlo mnoho prohlášení, v porovnání s tím, čím se naše společnost řídí a čemu věří, přinejmenším atypických nebo přímo bizarních, ale terapeuti je pronášeli, jako by šlo o ta nejsamozřejmější sdělení.

V rozhovorech pak nastává řada zvláštních situací, kdy se zdá, že nehovoříme oba stejným jazykem:

Posluchač: A co když mám „přebytečné příbuzné“?

Terapeutka: Co tím myslíš?

Posluchač: No já mám dvě matky a tři babičky.

Terapeutka: Ale ty máš přece jenom jednu mámu, ta tě porodila.

Posluchač 2: A co když mě odložila ve dvou letech?

Rozhovor pokračuje výkladem o tom, že v případě adoptivních rodičů nebo nového sňatku si musíme uvědomit, že tito nám „dovolili přežít“.

Na otázky, jež se zdají mimo kontext konstelací zcela relevantní (v naší společnosti definujeme rodičovství spíše sociální funkcí, než striktně biologickou) je odpovídáno dalšími prohlášeními podobného typu. Jako posluchače přednášek mi vířilo hlavou neskutečné množství otázek:

- Proč má biologická matka nesrovnatelně větší význam, když si ji klient ani nepamatuje?
- Proč má vztah, v němž jsou děti zcela jinou povahu, než bezdětný?
- Proč musíme potracené děti „přijmout do rodiny“, dát jim jméno?
- Proč mají děti z předchozího manželství přednost před novou ženou a ona nesmí chtít po svém muži, aby pro něj byla na prvním místě?
- Proč vede potrat k rozchodu?

²¹ Z recenze na knihu Skrytá symetrie lásky:

Knihy Skrytá symetrie lásky obsahuje mnoho „pravd“, se kterými se lze ztotožnit. Fascinující pro mne je, s jakou samozřejmostí a jednoduchostí je Hellinger prezentuje a také jak o tom, co říká, nejspíš vůbec nepochybuje. V knize se ale nedozvíte zhola nic o tom, z jakých pramenů Hellinger čerpá, na kterém místě využívá myšlenek J.Haleyho, kde Boszormenyi – Nagye či jiných.

Zároveň je v knize, jeho myšlenkách, přesvědčeníh něco provokativního a až rozporného. Hellinger dle mého mínění s jistotou a autoritativně prezentuje své názory a postupy a zároveň v knize říká:

„Také si musíte uvědomit, že řady lásky nejsou strnulé. Jsou to nesmírně různorodé struktury, které se mění v každém okamžiku. Proto je každá rodinná konstelace jiná, ačkoli rodinné problémy mohou být stejné. Když zjistím, jak určitý řád funguje, řeknu, co vidím. Lidé, kteří vnímají svět černobíle, obvykle považují má prohlášení za obecné pravdy. Tím má prohlášení nejsou! Jsou jen popisem reality, kterou lze postřehnout v určitém okamžiku. Jestliže někdo zobecní to, co vidím v určitém kontextu, pak se mé prohlášení zdá být dogmatické. To však dělají druzí – nikoli já“.

Čemu mám věřit? Mám černobílé vnímání? Věřím že ne. Jistě mohu uvěřit tomu, co zde Hellinger říká a současně mi to na moha místech v knize vyvrací. Hellinger opakovaně s vnitřní jistotou prohlašuje, co a jak je, co je nutné a nezbytné, jak je nutno se řídit, co je třeba udělat. Hovoří o pokoře, ale já mám místy zcela jiný dojem.

Říká, že nikoho nenutí přijmout to, co hlásá a zároveň mám dojem, že současně mne k tomu velmi razantně pobízí a daří se mu to.

Odpovědi nacházíme v již dříve popsaných náboženských představách – východiscích rodinných konstelací. Spolu s direktivním stylem metody skutečně může vzniknout dojem určité autoritativnosti terapeutů nebo až „guruismu“.

Při všech konstelacích, jichž jsem se účastnila mě také poněkud zarážel dosti submisivní, odevzdaný a očekávající postoj klienta – obvykle již od samého začátku nehlasně šeptal a plakal, a dění v konstelaci sledoval zpovzdálí s nadějí v očích nebo se nechal vodit za ruku terapeutkou okolo konstelace a na všechno kýval.

Je možné, že jsem se právě setkala se submisivními typy nebo s lidmi v krizi, kteří potřebovali „rodičovský“ přístup, ale spíše se domnívám, že je podobný postoj obvyklý, protože řada lidí, tíhnoucích ke konstelacím i samotní terapeuti často také mají své duchovní guru. Bhagat J. Zeilhofer, od kterého se metodu učila velká část českých konstelářů, vyučuje v Osho Shanri La (meditačním centru) v Lažanech. Zabývá se také Neuro-lingvistickým programováním, meditacemi a východními náboženstvími.

Zasahování do systému

Námítka, jež padá ze strany zastánců klasických systemických terapií²² je, že konstelace mohou dramaticky zasahovat do rodinného systému, a přitom zdaleka nejčastěji pracují pouze s jedním z jeho členů.

Je zajímavé, že s touto námitkou jsem se setkala i u lidí (novopohanů), kteří rozhodně nepatří mezi zastánce tradičních psychoterapií a vědeckou psychologii vidí spíše kriticky. V jejich magicko-náboženském chápání (srv. Konstelace – rituál) je například známá poučka, že

„člověk by se neměl snažit zasahovat magicky do života ostatních lidí nebo cizích sporů, pokud o to tito *přímo nepožádají nebo k rituálu nesvolí*.“

Je přitom charakteristické, že tato zásada „nevměšování se do systému bez svolení“ platí i pro případy léčení, tedy „bílé magie“.

Zdá se, že v této tradici bylo na základě zkušenosti vyzorováno mnoho zákonitostí, které jsou pozoruhodně relevantní právě u alternativních metod.

Účast jednoho člena rodiny na sezení alternativní terapie může v rodině způsobit prudké neshody, podobné situaci, kdy je jeden z členů zapojen v novém náboženském hnutí. Ze sezení alternativních terapií si totiž klient zpravidla odnáší ještě o něco radikálnější sdělení nebo prožitek, než z klasické terapie.

Od rodinných příslušníků účastníků konstelací jsem vyslechla mnoho stížností právě v tomto duchu („Naočkovali proti mě ségru... Něco mu tam napovídali a on to teď do nás všech hučí...Od té doby, co tam chodí matka, je s ní k nevydržení.“). Silná prožitkovost a religiózní zabarvení těchto terapií může vyvolávat velmi podobné reakce jako zapojení v novém náboženském hnutí.

Mániodeprese entuziastů?

Během svého pozorování a účasti na konstelacích jsem vyzorovala jeden rys, který mě velmi znepokojuje. Jsou jím exaltované emocionální stavy po absolvování konstelací, které často vedou k falešné představě, že potíže jsou pryč a následnému prudkému zhoršení stavu.

²² Systemická rodinná terapie s metodou rodinných konstelací takřka nesouvisí, jedná se o metodu, vycházející z filosofie radikálního konstruktivismu a teorie systémů. Systemická rodinná terapie je narozdíl od konstelací považována za jednu z „tradičních“ psychoterapeutických škol.

Dobry den, absolvovala jsem RK 2x. Po posledni konstelaci jsem tyden prozivala pocit naproste euforie - radost ze zivota, sebejistotu, vse co jsem v zivote dosud postradala. Ale jiz treti tyden jako by se stare problemy vratily a vse je snad horsi a horsi. Slysela jsem, ze je docasne zhorseni po konstelaci dokonce prospesne, ale trochu se obavam, jestli netrva uz prilis dlouho?²³

Princip „zhoršení pro zlepšení“ je mi znám např. z homeopatie, avšak v kontextu rodinných konstelací mě velmi znepokojuje z toho důvodu, že se zdá, že „postiženým“ v tuto chvíli, kdy jsou zmatení a zranitelní, není poskytnuta žádná psychologická pomoc. Odcházejí ze semináře a zůstávají se svým rozbouřeným prožíváním sami.

Děni tak nápadně připomíná „bipolární houpačku“ prožívání náboženských fanatiků a lidí, kteří se ocitnou od jejich vlivem. Prof. Halík v této souvislosti vzpomínal z doby svého působení v terapii alkoholiků jejich „zázračná“ uzdravení charismatiky, následný relaps a pokusy o sebevraždu.

Otázka z dotazů klientů na terapeuta:

Nemůže se z častého stavění do rolí stát závislost?

Odpovězeno:

Z něčeho tak obtížného? Vlastně proč ne, něco jako adrenalinový sport. Vždyť esoterika je taková moderní zábava. Otázka je, co myslíte závislostí - jestliže jsem nevrlý, rozlámaný a celý bolestivý bez svého ranního kilometru v bazénu - jsem na pohybu závislý? Jestliže se bez každodenní půlhodinky meditace stávám podrážděným, nervózním a zoufalým, jsem závislý na Bohu? A jestliže ano, je to dobře nebo špatně?²⁴

Tato pro mě krajně neuspokojivá odpověď ukazuje, že otázka je skutečně relevantní. Bohužel řada lidí, zabývajících se konstelacemi ve mě zanechala dojem určité „závislosti“, nebo snad spíše „jednostranného zaujetí“. Na mém prvním semináři byl u lidí, kteří absolvovali již několik konstelací entuziasmus viditelný („Nechme už té teorie, až to zažijete, uvidíte, jak je to silný, jdeme na věc.“). Zdálo se, že pro ně není velký rozdíl mezi konstelacemi a matějskou poutí.

Vyhledávat psychoterapii kvůli silným zážitkům podle mého názoru zcela odporuje jejímu smyslu (práce na sobě, která může být naopak místy bolestivá a je k ní zapotřebí vytrvalosti) a přesto jde u některých alternativních metod o jeden z důležitých motivů zúčastněných. Psychoterapeutická metoda, kterou účastníci vyhledávají kvůli silným tělesným a emocionálním prožitkům se tak degradována na jakousi psychoaktivní látku. Není proto divu, že se setkáváme i s „abstinenčními příznaky“...

6. Závěr

Rodinné konstelace jsou do malého prostoru zhuštěnou a silně prožitkovou metodou. Může proto docházet k narušení psycho-spirituální integrity zúčastněných, jejíž ochraně není typicky věnována dostatečná pozornost. Jako všechny „alternativní“, silně prožitkové terapeutické metody a metody seberozvoje může přitahovat nestabilní, spirituálně nezakotvené osobnosti na jedné straně a osoby tíhnoucí ke „guruismu“ na straně druhé. Možnosti podchycení tohoto jevu jsou díky nedostatečné institucionalizaci výcviku a samotné metody v Čechách mizivé.

Metoda rodinných konstelací v kontextu alternativní religiozity a psychoterapie vykazuje podobné problémy, s jakými se v této oblasti setkáváme i u jiných metod a v problematice nových náboženských hnutí.

²³ Dotaz od čtenářky na Mgr. Párala na jeho stránkách, citováno 29.4.2007 z <http://konstelace.arcs.cz>

²⁴ tamtéž