

Rodinné konstelace – tok lásky (ukázka z knihy)

PhDr. Jaroslav Simon

Někteří rodiče si v určitém období uvědomí, co vůči dětem zanedbali. Pak se začnou cítit provinile. Avšak tím situaci ještě více komplikují. K tomu, co se již stalo, přidávají dětem další zátěž – své provinění. Navíc díky snaze odčinit tuto vinu se chovají v opačném extrému než dříve. A tím děti ještě více poškozují. Proto je v tomto přístupu nežádoucí, aby rodiče cítili vinu. Přípustná je pouze lítost. Díky ní se vůči dětem nestávají menšími jako v případě viny. Neztrácejí tak pozici, která jim náleží. Zůstávají sami sebou a nic neodčínají. To dětem nejlépe pomůže.

K nevěřám dochází a docházet bude. V praxi se s nimi však téměř vždy zachází nesprávně. Dějí se dva extrémy. Buď se nevěra zamete pod koberec a partneři to nazývají odpuštění. Anebo je toto téma i po dlouhé roky stále po ruce a vytáhne se při každé vhodné příležitosti. Oba přístupy mají na vztah negativní dopad.

Každé dítě potřebuje mít oba své rodiče. Ale to, co je nejdůležitější, není fyzická přítomnost. Potřebuje je cítit ve svém srdci. A aby dítě mohlo mít oba rodiče ve svém srdci, vyžaduje, aby tam měli i oni sebe. To je uskutečnitelné bez ohledu na to, jak jejich manželství dopadlo.

Velká traumata většinou zůstávají neošetřena. Všichni jsou rádi, že to mají nějak za sebou a už se k tomu nechtějí vracet. Proto tato traumata dále působí v systému. Nevědomě. Až do té doby, dokud nejsou vědomě zpracována. U silných traumata k tomu dochází až po mnoha letech.

V konstelacích se ukazuje, že mrtví potřebují být od nás volní. Pokud jsme se s nimi dostatečně nerozloučili a držíme je, brzdí je to, a nedělá jim to dobře. Tím prolínáme jejich a náš svět. My náš opouštíme a je nutíme být v našem.

Chceme-li se osvobodit od vlastnosti svého rodiče tím, že ji odmítáme, není to právě ten nejlepší způsob. Za prvé se tím odřezáváme od představitele oné vlastnosti, a za druhé si chystáme nemilé překvapení – zjistíme, že se stáváme přesně tím, co jsme nikdy nechtěli. To, co odmítáme vědomě, nevědomě pak následujeme. Proto skutečné osvobození spočívá v přijetí.

Rozvodu se často vyhýbáme z více důvodů. Nemáme k němu odvalu. Nebo jsme četli o jeho negativních dopadech na děti. Anebo proto, že jsme ho sami jako děti zažili. Pak mu chceme za každou cenu zabránit a je to druhý extrém, protože v manželství dopustíme to, co bychom jinak nedopustili. A to je pro děti taky špatné. Rozvod sám o sobě není špatný. Špatný je dlouhodobě nefunkční partnerský vztah. Jsme trochu jako chirurg. Chirurg nemůže být jen „hodný“. Někdy je nucen udělat bolavý řez, aby něco uzdravil. Musíme být schopni vzít na sebe roli toho chirurga. A konstelace nám mohou pomoci, aby řez byl co nejčistší.

V konstelacích se velmi jasně ukazuje, co má vliv. Pokud si něco řešíme na naší úrovni – s manželem, manželkou, nebo na úrovni vyšší – s matkou, otcem, má to pozitivní vliv i na nižší úrovně – partnera, děti. Pokud si v konstelacích rodiče něco řeší, buď to děti nezajímá, a projeví zájem o rodiče, až když si to dořeší, anebo je to zajímá, a už samotný proces jim dělá dobře. Je obvyklé, že to cítí i na fyzické úrovni. Například maminka si něco řeší s babičkou a během toho dcera cítí, že má teplejší ruce. Práce na sobě je v tomto případě neefektivnější, protože pracujeme zároveň v několika rovinách. Řešením vztahu s rodiči, pomáháme sobě, jim, partnerovi, i dětem. Proto myslíme na sebe. Tím nejlépe pomůžeme druhým.