

El trabajo con el trauma y la Constelación Familiar

¿Una relación imposible, coincidente, complementaria, enriquecedora?
Bertold Ulsame

En primer lugar quiero expresar una aclaración previa: a pesar del entusiasmo que me invadió la primera vez que tuve contacto con las constelaciones familiares, me di cuenta que las constelaciones eran solo una parte importante del proceso de comprensión de nuestros problemas personales, especialmente aquellos que se encuentran relacionados con nuestras raíces familiares. Naturalmente no provienen de allí todos los problemas, dado que las experiencias en la propia vida tienen otros orígenes. Las constelaciones familiares se asemejan por esto al ala de un pájaro. Para volar se precisan dos alas.

Aparte de ello, como conductor de constelaciones experimenté en el transcurso del tiempo que podía enfrentar las situaciones más terribles, como el Holocausto o los pasados asesinatos entre miembros de una familia. Pero estos siempre fueron temas ocurridos hace una o dos generaciones. Cuando el horror se acercaba en el tiempo, siempre fue una situación difícil para mí. Recuerdo el caso de una constelación que conduje en una prisión y cuán horroroso fue el tema de un prisionero que había asesinado a su amigo. O en el caso de un torturado, donde el sólo pensamiento de establecer una situación terapéutica con alguien que había sufrido torturas en su cuerpo me superaba por completo.

Esto significa: yo poseo aún zonas en mi estructura psíquica o en mis emociones que no pueden ser cambiadas simplemente mediante constelaciones y a las cuales debería acercarme mediante otros métodos. Por esta razón, el trabajo con el trauma orientado al cuerpo de Peter Levine ha sido de relevante importancia. Mientras que en un principio comencé con este estudio complementario por interés personal, lentamente se abrieron polifacéticas conexiones con las constelaciones familiares. Es así que mi trabajo constelatorio se enriquece y gana nuevas influencias.

¿Qué es trauma?

Trauma es un concepto que en los últimos años aparece en reiteradas ocasiones en la opinión pública. En el marco de las constelaciones familiares no es utilizado por consteladores, salvo la excepción de Franz Ruppert. Yo me baso en la siguiente exposición en el trabajo con el trauma orientado al cuerpo, como el realizado originalmente por Peter Levine junto a Anngwyn St. Just.

Esta postura del trabajo con el trauma orientado al cuerpo, también llamado SE, Somatic Experiencing, expande notablemente los conceptos anteriores acerca del trauma.

Lo especial en la postura acerca del trauma de Peter Levine es el acento de las raíces biológicas del trauma. Conocemos en los animales tres reacciones básicas frente al peligro que son controladas por la biología. El animal pelea si se considera capaz de enfrentar al peligro. Escapa si el peligro parece ser muy grande. Esta decisión es un proceso instintivo que funciona automática y velozmente. El gato que se agazapa frente al perro en una esquina decide en fracciones de segundo si se encuentra en condiciones de luchar o bien trepará rápidamente al próximo árbol.

Junto a estas reacciones de lucha o fuga, quienes también representan los patrones básicos de stress en los humanos, existe un tercer mecanismo en el mundo animal:

se quedan petrificados de espanto. El animal que se enfrenta repentinamente a una amenaza superior se entumece y se pone rígido. El ratón que será cazado por el gato se entumecerá en ese momento.

Este proceso de petrificación se produce también en los humanos. Se puede interpretar como el origen de un « trauma ». El origen es una amenaza superior. Es un shock repentino y no hay posibilidad de escapar o de luchar. El cuerpo se enfría en este proceso.

Los animales interpretan el comienzo de la petrificación como un fenómeno natural. Luego de un tiempo, corto o largo, el animal vuelve a la vida. En reiteradas oportunidades se observa que el animal se despereza, o bien tiembla un poco antes de volver a la normalidad. Esta es la reacción de la energía congelada.

Pero también hay diferencias en el grado de petrificación y sus consecuencias entre los animales. Si un pájaro confundido se mete en mi habitación y yo lo capturo, este se petrificará de espanto. Si lo dejo en libertad, en poco tiempo vuelve a la vida y vuela. Si lo capturo de nuevo, la petrificación dura más y vuelve a la vida aún más desorientado. Otra vez y el estado dura más tiempo, el pájaro tambalea, precisa tiempo en orientarse y picotea salvajemente a todo lo que le rodea. Si repito esto, el pájaro morirá seguramente de un paro cardíaco.

El ser humano ha perdido este proceso natural de pasar de la petrificación al fluir natural de la vida. En reiteradas ocasiones no encuentra el camino de retorno por sí mismo. Él continúa viviendo, pero una parte de la energía permanece como congelada y atada al sistema nervioso. Los síntomas producidos por esta situación son, entre otros, miedos, depresiones, confusión, estrés. (No ingresaré aquí al nivel de los complejos desarrollos de las consecuencias del trauma sobre el sistema nervioso.)

El trauma es siempre una exigencia personal. Cómo es posible que para una

persona una situación peligrosa sea una amenaza extrema y para otra no?

Aquí encontramos tres grandes diferencias:

Guarda relación con la constitución física del individuo. Quien posee una sensibilidad mayor será más atacado que el que no es tan sensible. La resistencia de los sistemas nerviosos varía de persona a persona.

Guarda relación con la "historia traumática" personal. Cuanto más variadas sean las situaciones traumáticas experimentadas, aún mayor será la exigencia frente a una nueva situación.

Para los consteladores es como el pan de cada día, que el trauma de las generaciones pasadas sean retomados, por ejemplo., por los hijos de los padres. Para quien posea semejantes uniones, una situación similar a la de sus antecesores será fácilmente un exceso. Si los padres han sido exilados de su patria durante la guerra, una situación comparable se transformará fácilmente en un shock para los hijos. El trabajo con el trauma parte también de la premisa: un trauma no resuelto en el nivel del sistema nervioso y de la conciencia será traspasado a la próxima generación.

No existe una situación traumatizante per se. Sin embargo, existen situaciones que, en reiteradas ocasiones, provocan un trauma.

Las actuales catástrofes y accidentes, desde los automovilísticos o de cualquier transporte o terremoto hasta la muerte y el sufrimiento en la guerra o la tortura.

Luego están las sobre exigencias sufridas por los infantes, por ejemplo, parto difícil, separación temprana de los padres y el ser víctimas de violencia y maltrato.

Pero también los ayudantes o terapeutas, quienes luego de un accidente brindan apoyo, pueden ser superados por los acontecimientos y sufren un trauma secundario.

Luego de una situación traumática se produce un gran temor interior a reencontrarse con la situación que provocó al trauma, realmente o en el recuerdo. Si ocurre esto, El shock original se revivirá como retraumatización y será aumentado. Esto es peligroso y dañino.

Por otra parte está la necesidad del organismo de hacer fluir la energía nuevamente. Situaciones similares al evento traumático nos atrapan en su vorágine, p.ej., alguien que luego de un accidente de auto se encuentra siempre en situaciones de tránsito peligrosas, Pero dado que el organismo no sabe reaccionar de otra manera que como la primera vez, amenazan una saturación y un shock similares, produciéndose así la retraumatización.

¿Cómo trabaja la constelación familiar con el trauma?

Como ya hemos mencionado, la mayoría de los consteladores familiares no utilizan el término trauma hasta el momento, a pesar de que trabajamos continuamente con el trauma en las constelaciones. Nos encontramos con el trauma en las pasadas generaciones en las guerras, la fuga y la prisión.

Encontramos al trauma en el shock de una muerte temprana, sea esta la muerte repentina de un niño o la muerte por accidente, en el sufrimiento de los niños debido a un parto difícil, la separación temprana de los padres (interrupción del movimiento) y en el ser víctimas de la violencia y el maltrato. Aparte de todo esto, más allá de las familias, se producen confrontaciones entre víctimas y victimarios durante las constelaciones. Ejemplos bien claros se encuentran en el libro de Bert Hellinger « Wo Ohnmacht Frieden stiftet ». En dicho libro presenta, entre otros casos, el de las víctimas y victimarios en un accidente de auto, en una violación durante la guerra y en la tortura. Generalmente en las constelaciones se constela a las víctimas, en el caso de una muerte temprana, a los muertos y a los sobrevivientes, en el caso de maltrato en una familia, a las víctimas y a los victimarios. Dejamos que tomen contacto y que se perciban como prójimos. Muchas veces se trata de culpa y responsabilidad, otras, de la consecuencia por la cual la víctima se separa del victimario. Siempre se trata de amor, unión y muchas de las frases liberadoras que Bert Hellinger originalmente elaboró demuestran su actualidad y poder de ayuda.

Ahora bien: ¿Sabe el trabajo con el trauma que al elaborar las situaciones traumáticas existe el peligro de retraumatización? ¿Vale esto para las constelaciones? Es decir: ¿es posible que una constelación agite los recuerdos de fuerte manera, que el cliente sea atrapado por la vorágine de lo ocurrido y que caiga en el mismo estado de shock? ¿Es posible semejante avasallamiento en los representantes?

Mi colega Anngwyn St. Just me dio a conocer sus observaciones como especialista en trauma: ella siempre había visto en las constelaciones que tanto clientes como representantes caían en la petrificación del trauma, sin que esto sea notado por el conductor. Recuerdo una situación en la cual comencé a preocuparme seriamente por una representante completamente endurecida. También Franz Ruppert indica ya en sus libros « Berufliche Beziehungswelten » y « Verwirrten Seelen » sobre esas posibilidades. También en el trabajo constelatorio existe la posibilidad de la retraumatización.

Por dicha razón sería un paso importante para los consteladores reconocer semejantes estados de shock y desarrollar una percepción para su comienzo y su posterior desarrollo. Las señales son la palidez, la falta de movimiento y la falta de habla. Los ojos no perciben nada ni reaccionan a los impulsos del medio ambiente.

La mirada está fijada en el vacío y ausente. Pero también la pérdida de control y el estallido emocional son consecuencias del trauma.

Los consteladores no son concientes hasta el momento de esta dimensión de su trabajo, más bien tratan de rechazar la retraumatización de manera instintiva. Ya existen en el trabajo constelatorio métodos que impiden

semejante saturación de los clientes y representantes en forma regular. Los clientes son protegidos principalmente mediante dos métodos :

El trabajo con representantes

Cuando el cliente observa a su representante, lo ve desde afuera. En otras palabras: se separa de la vivencia a través de la visión exterior. De esta manera está más protegido. Cuanto más dura haya sido la experiencia, mayor es la necesidad de proteger al cliente mediante el representante. No se trata de introducir a cada cliente en su propia constelación, tampoco al fin de la constelación.

Honrar al motivo y sus límites

En reiteradas ocasiones hay mucha maldad en una familia, pero el motivo trata algo más bien superficial, por ejemplo, un problema laboral. Claro que es posible aclarar en una charla previa el desarrollo de la constelación. Pero es de importancia que el representante no sature al cliente con sus propias necesidades, aunque esto tenga las mejores intenciones. Quien como conductor solo desee “abalanzarse” sobre lo malo, no le hará ningún favor al cliente. No se honra de esta manera al deseo del cliente ni a la protección contenida en ese deseo.

Para que el representante no caiga en estos estados, hay que contemplar:

Distancia

La distancia en el espacio tiene un papel preponderante en las constelaciones. Si algo se vivencia como desagradable (la mayoría no desea ni mirar) es positivo aumentar la distancia hacia las otras personas, hasta que el representante pueda observar.

Contacto

En situaciones graves es importante mantener el contacto entre el conductor y el representante. El uso del habla es primordial. Una simple pregunta como: ¿Cómo estás? Facilita el contacto e impide que una carga se independice.

Idioma

También el uso adecuado de frases facilita el manejo de algo malo. Cuando nombro algo por su nombre, consigo una pequeña distancia interior. Así es que una frase expresada durante la constelación por el padre, quien sufrió la guerra y la prisión, consigue esta importante distancia frente a la experiencia personal.

Sacar fuera de contexto

Cuando alguien está saturado es de suma importancia sacarlo inmediatamente del contexto. El conductor o guía precisan de su educada percepción para reconocer cuando uno se encuentra en una zona peligrosa. Ciertas veces alcanza la pregunta “¿puedes soportar aún este rol?” Cuando la respuesta no es por completo afirmativa, hay que sacar inmediatamente al representante de dicho rol.

Contacto corporal con el guía

El contacto corporal con representantes brinda ayuda cuando hay amenaza de saturación. Puede ser que alguien aparente tener un estallido o que se petrifique aún más. Yo me quedo en estos casos detrás de la persona y coloco mi mano en su hombro. Esto relaja y da fuerzas. No se trata de aliviar o consolar, sino de un refuerzo, que le permite al representante permanecer con el momentáneo mal sentimiento.

Por así decirlo, lo nombrado anteriormente pertenece a las herramientas de la constelación familiar. Sin que aparezca el termino "trauma", estos procedimientos metódicos prevén la inundación.

Aparte de ello, hay otros conceptos y principios en el trabajo traumático orientado al cuerpo, los cuales son incitantes para el trabajo constelatorio.

¿Cómo trabaja el trabajo traumático orientado al cuerpo con el trauma?

En el trabajo con el trauma de Somatic Experiencing de Peter Levine deseo nombrar cuatro importantes principios de trabajo :

Titrición : capa por capa

Es peligroso tratar un trauma de manera rápida e inmediata. Se debe solucionar capa por capa. Un ejemplo de este razonable método proviene de la química. Si se vuelca un ácido en soda cáustica se produce una explosión. Si se gotea el mismo ácido gota por gota en la soda cáustica, se mezclan. Esto en la química se llama titrición. Traspasado al trabajo traumático esto significa ver el trauma capa por capa. Entonces no se producirá en el cuerpo ninguna explosión, sino la experiencia traumática podrá mezclarse con las buenas experiencias y el actual y seguro estado y de esta manera, podrá elaborarse. En el trauma ocurrió todo demasiado rápido, excesivo y violento. Pausas, expansión y detenimiento del tiempo son un medio terapéutico importante.

El movimiento pendular natural del organismo

En esta mezcla de estados hay un proceso natural del organismo de oscilación entre los estados de carga y desgaste, el péndulo.

El terapeuta nota regularmente los pequeños impulsos que provienen del cliente y protege de esta manera este movimiento pendular natural. De esta manera se tiene un buen comienzo con el trabajo traumático y se acerca cuidadosamente a las capas exteriores del trauma. Cuando la vivencia de lo malo es suficiente y antes de que sea demasiado, se lleva a este movimiento pendular en otra dirección donde haya más recursos. Las reacciones como temblor, sudor frío o calor demuestran que la energía es puesta en libertad. Es de suma importancia no olvidar el hecho ni el ahora del presente, orientándose hacia él. Cargado de energías, el cliente se mueve por sí mismo hacia la vivencia traumática, esta vez un poco más profundo. Este movimiento pendular puede ser exigido muchas veces, dependiendo de la gravedad y profundidad del evento. Precisé de dos horas y siete movimientos pendulares para revivir el desarrollo exacto de un accidente relativamente simple. Yo choque como Jogger con una bicicleta sin iluminación en la oscuridad.

La solución traumática ocurre especialmente en un nivel corporal

La petrificación se establece en el cuerpo. Como describí anteriormente, la solución es un camino natural. El proceso ocurre especialmente en un nivel corporal. En reiteradas ocasiones se observa como el cuerpo resuelve la petrificación mediante movimientos pequeños e inconscientes. Aparecen reacciones de fuga y de agresión y lucha. Se puede interpretar que cuando uno retorna del estado de shock, la primera reacción instintiva es la fuga, la toma de distancia. En sesiones de trauma se interpreta como señal cuando los pies comienzan a moverse. Alguien solo puede sentirse seguro si ha huído lo suficientemente lejos. En la próxima capa aparece la agresión, como un pájaro que picotea de manera incontrolada. En repetidos casos, aparece luego el dolor, que puede repetirse muchas veces.

El valor y el significado de la fuga se han vuelto concientes, especialmente para mí. La fuga o la toma de distancia es un paso necesario para salir del estado petrificado. Cuando lo malo está cerca, está en dicha petrificación. Morder dientes y continuar no sirve. Pero aquel que huye y no da por cierto dicha fuga tampoco experimentará la vivencia liberadora de estar en real seguridad.

Importante es: para el proceso corporal no se precisa recordar al evento traumatizante. Algunas veces aparecen emociones y otras no. Alcanza con seguir los movimientos del cuerpo. Él busca su camino.

Conciencia

La llave para oír lo que pasa en el cuerpo es la conciencia. En reiteradas ocasiones se puede interpretar el significado de un movimiento cuando se le hace lento y repite varias veces. Es así que rutinariamente hacemos con las manos gestos de defensa, pero su significado nos es raras veces conciente. En una sesión de trauma es muy importante percibir estos movimientos. Sólo de esta manera se liberará la energía y estará a nuestra disposición.

Pero también la percepción de sentimientos es parte de la conciencia. Una palabra clave es «containment». La toma de posesión de los sentimientos. Lo contrario sería la avalancha de sentimientos, ya sean dolor, rabia o alegría. Lo contrario sería una catarsis debido a un exceso de actividad. Se trata de la misma calidad de conciencia que se persigue con la meditación.

¿Qué impresiones son logradas por los consteladores mediante el trabajo con el trauma?

Los conocimientos sobre el trabajo con el trauma no cambian sustancialmente el trabajo constelatorio, pero sugieren un método cuidadoso para ciertas situaciones.

Me parece que los consteladores pueden aprender especialmente del principio de titración, es decir, el método de partición, de exigirle al cliente sólo lo que pueda elaborar. Si tomo el principio de titración bajo la lupa, podría formularlo con la pregunta: Cuánto puede soportar el cliente en este momento? Esto no

ha sido tematizado por los consteladores hasta el momento, sólo ha sido manejado de manera instintiva. Por supuesto que ningún constelador desea exigir al cliente, sin embargo, creo que pasa en reiteradas situaciones. ¿Cómo se puede evitar el peligro de la sobreexigencia? Por ejemplo, en el caso de destinos difíciles y duros mediante varias constelaciones en vez de exigir que en una sola constelación se solucione todo. Durante mis seminarios, los clientes realizan varias constelaciones a través de un periodo de tiempo largo o corto. De esta manera aparecen capas más profundas de la unión. Es amor se muestra más claro y pronunciado. Así también lo malo que reside en cada familia.

Debido a que ahora considero más a la capacidad de sobreexigencia del cliente, mi trabajo ha cambiado. Gracias al trabajo con el trauma tuve una postura que me permitió observar y enfrentarme a los acontecimientos. Esto es muy importante para el cliente. Como guía sugerí que el cliente vaya a la confrontación. Recuerdo una frase de Bert Hellinger: "la fuga no es la salida". Hoy en día presto más atención a mis exigencias sobre los clientes. Comienzo con el ejemplo de una constelación, la cual a muchos de vosotros os parecerá conocida. La cliente ha sido acosada sexualmente como niña durante tres años por un amigo de la familia. La representante de la cliente se sintió sola como niña y abandonada por todos, especialmente por la madre. Ella vivencia el horror y el dolor, deja al abusador con su culpa, le da la espalda y mira hacia su familia.

Entonces ubico a la cliente en su lugar. Ella rompe en llanto y no puede mirar a nadie.

Entonces, hago que de la espalda a toda la constelación. Cuando el llanto continúa de manera intensa, tomamos cada vez mayor distancia de la imagen de su familia y el acosador. Debemos salir juntos por la puerta. Aún en el pasillo, ella continúa gimiendo, pero ya comienza a controlarse. Le pregunto si debo anular la constelación por completo o si quiere observar algo aún. Finalmente dice que quiere observar todavía a sus dos hermanas. Despido entonces a sus padres y al acosador de sus roles y ella vuelve a la sala, donde se encuentra otra vez con sus hermanas a quienes observa con amor. Yo me oriento más hacia las necesidades de la cliente, más que a ciertas reglas que digan cómo deben desarrollarse las constelaciones. Interrumpo, tomo distancia, hago una pausa y todo esto para que la cliente no sea saturada por los acontecimientos. Tomo contacto con ella a un nivel igualitario y dejo que ella decida cuanto puede soportar.

Cuando constelo, constelo para el cliente. Durante otra constelación de un abuso, incito a que la cliente tome un lugar lejos de la constelación, donde pueda sentirse segura y con buena visión. Si todo se vuelve insoportable, puede levantar la mano y yo congelo la constelación al momento. Otro paso

importante es: no perder de vista jamás al cliente durante la constelación. Un ejemplo: la cliente constela el error de un médico, cuya víctima es ella. Los representantes perciben lo ocurrido y se orientan hacia una solución.

Entretanto observo que la cliente mira hacia un costado. Interrumpo la constelación y le pregunto cómo se siente. Ella parece estar congelada y sometida. Junto a ella tomo distancia de la constelación, disuelvo la constelación y trabajo con ella sobre su nuevo estado.

No se trata de llevar la constelación, cueste lo que cueste, a un posible buen fin. Es por ello que puedo interrumpir en cada momento en que la cliente no se sienta bien o dé la impresión de estar ausente.

Durante un curso de formación posterior, demostré el trabajo individual con figuras de madera. El voluntario presenta como tema su vida desde los seis meses hasta los tres años con una tía, dado que sus padres tuvieron que irse a Alemania para ganar el pan. Un claro ejemplo de "movimiento interrumpido".

Tuve dudas acerca de si el trabajo con figuras sería adecuado, pero continué. Constelamos figuras de madera para el padre, la madre y el hijo. Luego de media hora de desarrollo de la situación, el cliente descubre que su madre le sonrío. Ahí lo dejo. El cliente opina estar muy contento de la manera que pudo acercarse al tema con las figuras de madera. Tenía mucho miedo de no soportar la intensidad de una constelación con representantes.

Hicimos lo siguiente: ¡un pequeño e importante paso para solucionar el movimiento interrumpido! Este ejemplo me enseña a no esperar la gran liberación luego de una sola constelación, sino a avanzar al tiempo y velocidad del cliente.

También saber que situaciones aparecen cuando la petrificación desaparece me ha sido de gran ayuda. La cliente nombra como tema la separación de su familia. Ella sospecha abuso por parte del padre. No recuerda nada de sus primeros 14 años. La representante en la constelación quiere irse de su familia y tiene miedo del padre. Todo es turbio y evito nombrar cualquier hecho concreto y sigo a las energías. Cuando la cliente viene al finalizar la constelación, no soporta a su familia. No se logra mejor solución que irse lejos de su familia y que les dé la espalda. Ella respira liberada. ¡Este es un paso liberador!

En los días siguientes del seminario, la cliente, a quien yo estipulada como tranquila y callada, comenzó a estar insatisfecha con la constelación y la imagen solucionadora. Al último día pide más y se torna agresiva para mi persona. Al sugerirle una nueva constelación, rechaza toda iniciativa. Dado que así no puedo constelar con ella, se pone furiosa. Como comentario final del seminario, expresó una sola y terminante palabra: "¡mierda!"

¿Mi error como constelador? Desde la perspectiva de terapeuta del trauma lo veo de otra manera. El irse de la familia, el dar la espalda y el tomar distancia representa la fuga necesaria. De esta manera se logran una distancia segura y

la recuperación de fuerzas. Luego de la fuga viene la ira. Esta es la forma próxima e importante, como la energía. Cuanto mayores sean las heridas, mayor y ciega será la rabia. Como un pájaro loco que picotea a su alrededor, así reacciona ella. Yo recibo una parte, pero no soy el origen de esta rabia, es una parte necesaria para la solución. Por supuesto que no sé aún si ella tendrá claridad sobre lo ocurrido cuando finalice el seminario. De todas maneras, ella ha retornado a su fuerza. Si tengo que reaccionar, haré lo mejor para el proceso de la cliente.

A través del conocimiento del movimiento pendular entre el recurso y el mal, crece también el entendimiento del efecto de las constelaciones. ¿Acaso no cumple la imagen del buen ordenamiento, que en muchos casos cierra la constelación, la función de semejantes recursos? Es decir, no es una imagen final que termina el trabajo constelatorio, sino una fuente de energía curativa. Cuando esta imagen se integra, aparecen nuevos niveles de trama en la superficie para ser tratados. Es así que experimenté en carne propia una simple y sana imagen de mi familia durante mi primera constelación. Durante una nueva constelación años más tarde aparecieron energías muy fuertes de aislamiento completo, locura y horror. El péndulo se movió hacia el otro extremo. Y todavía no sé cuantos movimientos pendulares aparecerán. Más allá, el conocimiento libera al constelador de la presión de ser responsable de una buena imagen final. El bien y el mal forman parte de un todo y cambian en un proceso orgánico. El terapeuta sólo es un acompañante de dicho proceso.

Una interesante pregunta: ¿encontraremos como consteladores los mismos movimientos pendulares naturales en la forma constelatoria “movimientos del alma”?

Trauma y familia pueden mezclarse

Para finalizar, un ejemplo de como pueden mezclarse el trauma y la familia y como interactúan los diferentes métodos.

Un hombre joven, a principios de los 20, viene a la constelación. Es grande, amable, con brazos tatuados y luce una calva. Uno cruzaría a la vereda de enfrente al verlo venir por la calle. Su motivo, una larga dependencia de drogas.

Al constelar a su familia se muestra que la madre no percibe realmente a su hijo, sino que tiene miedo de él. Él no conoce ningún hecho concreto en la familia que justifique este miedo. Debido a las claras energías, que sólo pueden ser explicadas por una confusión, constelo a un hombre junto al hijo y lo nombro “aquél, quien es el mencionado real”. La atención de la madre se torna por completo hacia ese hombre, del cual parece tener mucho miedo. Sospecho que por la energía entre ambos, tal vez este hombre sea su primer novio, que era violento, inclusive con tendencias a la violación. El hijo se alivia

y puede luego de un tiempo ser percibido como hijo.

Conozco a la madre de otros seminarios. Luego de un corto tiempo, toma parte de nuevo. Ella dice que su hijo le contó acerca de su constelación, entonces le pregunté quién podía ser ese hombre. Luego de pensarlo dijo que tal vez podría ser el abuelo, quien era ya conocido como hombre violento en la familia. Un día más tarde, vino y me recordó su constelación de años atrás. Yo no recordaba nada. Ella fue a la edad de ocho años secuestrada por dos hombres, quienes la retuvieron 12 horas, la maniataron, torturaron y violaron. Finalmente pudo escapar.

Durante la constelación, el hombre mayor parecía ser extremadamente violento y brutal, con frases tipo: "me gusta cuando tienes miedo". La representante del hijo tenía miedo, pero al mismo tiempo sentía un amor ilimitado por ese hombre. (En el estudio y desarrollo del trauma se sabe que entre víctimas y victimarios se establecen dichos contactos.) La cliente llegó a la conclusión de que ese hombre era a quien confundía con su hijo y de quien este había tomado el rol.

Así se nota como las experiencias traumáticas pueden influenciar directamente a los miembros de la familia.

El efecto conjunto de diferentes principios terapéuticos pudo desprenderse de todo lo que informó posteriormente. En primer lugar trabajo un tiempo con la terapia hipnótica sobre el temprano secuestro. El próximo gran paso fue constelar dicho secuestro y el encuentro en la constelación con los representantes de los victimarios. Sin embargo, siempre tuvo el sentimiento de que el horror y el abuso estaban aún almacenados en su cuerpo. Entretanto, se ha decidido por una terapia de trauma.

¿En qué se diferencian el trabajo con el trauma de las constelaciones? ¿Por qué son similares?

El trabajo con el trauma y las constelaciones trabajan con diferentes niveles de nuestro ser. Las constelaciones nos unen con nuestras raíces como seres sociales. Las constelaciones familiares muestran la unión que tenemos con nuestras familias y como están introyectadas y como perduran. Cuando encontramos en una constelación a un victimario fuera de nuestras familias, descubrimos a un humano cargado de culpa. Aún cuando le demos la espalda, sanamos mediante la honra, con la cual esto ocurre, a un nivel profundo la distorsionada relación con el prójimo.

De esta manera, también sanamos algo en nosotros mismos.

El trabajo con el trauma efectúa inmediatamente sobre nuestras energías corporales, las cuales se han visto afectadas por una experiencia negativa. Ella nos habla como seres vivos directamente a nuestro ancestro animal. Al sanarnos podemos encontrarnos con nuestro prójimo y nuestro medio ambiente de manera adecuada.

Pero los límites no son tan definidos. Una frase de Peter Levine: "el trauma se

trata de la pérdida de uniones- con nosotros mismos, con nuestras familias, con el mundo alrededor.” En el trabajo con el trauma práctico, es la unión con el terapeuta como prójimo muy importante. Hay que buscarle y fabricarle constantemente, para poder tener una fuerza opositora a la atracción del trauma.

La terapeuta de trauma Babette Rothschild dice que la pequeña infancia no es la única chance humana de realizar uniones. “Un niño traumatizado no está necesariamente condenado a una vida plagada de disfunciones. Muchos niños que no tuvieron al comienzo de sus vidas la posibilidad de desarrollar una unión positiva y segura, pueden más tarde en su vida realizar experiencias positivas que corrigen lo anterior”. Rothschild menciona amigos, maestros, vecinos, parejas y también psicoterapeutas.

Especialmente las constelaciones familiares pueden observarse bajo el aspecto de la unión. Muchas veces se ve en el trasfondo el amor de una familia exteriormente odiosa.

De esta manera, las constelaciones se transforman en experiencias de unión mediante el reconocimiento de que la unión siempre estuvo ahí, y este reconocimiento será la experiencia corregidora.

Mi imagen de ambos métodos, el trabajo con el trauma y el trabajo constelatorio, es la de dos círculos que se intersectan en zonas de conflicto. Tal vez algo menos de la mitad de ambos. Allí tratan de diferentes maneras en la misma dirección. Afuera de esta intersección existen dos zonas grandes, donde cada uno de los métodos es responsable por si mismo.

Por dicha razón, estoy planeando para el año próximo un seminario para pacientes con un grave trauma, en el cual puedan aplicarse ambos métodos. En las mañanas se realizarán constelaciones con el grupo y cada tarde cada paciente recibe una sesión individual en SE. Ya tengo curiosidad por ver como ambos métodos fluyen y se complementan uno a otro.

Aquí no es cuestión de uno u otro, o constelación o trabajo con el trauma. En nuestro camino hacia una vida, amor y fuerza más profundos pertenecen ambos.

Soy consciente como constelador que la medida del bien y el mal que se observa en las constelaciones guarda especial relación con lo que yo puedo aceptar, y sólo eso.

Por eso recomiendo a cada constelador que expanda su capacidad de ver el mal en el mundo. Veo en el trabajo con el trauma una buena posibilidad. Gracias al terapeuta de la polaridad y el trauma, Urs Honauer por sus valiosas inquietudes e iniciativas.

Literatura

-Hellinger, Bert, Wo Ohnmacht Frieden stiftet. Familien-Stellen und Kurztherapien mit Opfern von Trauma, Schicksal und Schuld, Carl-Auer-

Systeme, Heidelberg 2000

-Levine, Peter, Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers. Unsere Fähigkeit, traumatische Erfahrungen zu transformieren, Synthesis, Essen 1998 (traducido en español)

-Levine, Peter, Trauma-Newsletter Nr. 1, 2002, herausgegeben vom Zentrum für Innere Ökologie, Zürich

-Rothschild, Babette, Der Körper erinnert sich. Die Psychophysiologie des Traumas und der Traumabehandlung, Synthesis, Essen 2002

e-mail: bertold.ulsamer@t-online.de // homepage: www.ulsamer.com