

Konstelacije prema Hellingeru

Edukacija (2022 – 2023), završni rad
Voditeljica – Alemka Dauskardt

Beograd, oktobar 2023.

Početak

Moj prvi dodir sa Konstelacijama bile su knjige Berta Hellingera, do kojih sam dolazila na različite načine, još dok sam bila na studijama komparativne književnosti, dakle u mojim ranim dvadesetima. Bile su uglavnom na engleskom jeziku. Jednom sam pogledala film snimljen na radionicama. Mislila sam, fascinantno, ali kako bilo ko može da nauči ovo da radi i od kog boga su onda ti ljudi pozvani. Sećam se svojih razmišljanja, do detalja, isto kao što se sećam kako je prva knjiga došla do mene. Videla sam je na pultu u biblioteci, bilo mi je čudno koliko pažnje mi je privukla knjiga koju je neko spustio među more drugih, i pokušala sam da joj odolim. Govorila sam sebi, neko ju je naručio, neko je čeka, šta ti je, obična knjiga, samo upadljive korice, onda – samo da vidim zašto ovako dreči ova boja, fluorescentno žuto, samo da vidim šta je, liči na priručnik za vožnju, otkud baš priručnik za vožnju među svim ovim knjigama, ko to još naručuje. Bila je to „Priznati ono što jeste“ u srpskom izdanju sa jednim od najneadekvatnijih grafičkih rešenja na koricama koje sam u životu videla.

Nije to bila ni prva ni poslednja knjiga koja je promenila moju životnu perspektivu, a donekle i smer, ali je ova verovatno nagovestila mogućnost mog „konstelacijskog“ puta. U njoj sam pronašla mnogo odgovora, mnogo paralela, mnogo usklika i pitanja.

Deset godina kasnije, prisustvovala sam prvim Porodičnim rasporedima u Varšavi, u vođstvu profesora i psihoterapeuta iz Atine (ne sećam mu se imena). Odvili su se na Varšavskom Univerzitetu a bili smo pozvani da učestvujemo mi sa doktorskih studija nekako vezanih za psihologiju i sociologiju ili baš iz tih oblasti, i studenti psihologije. Uveliko sam predavala jednom od instituta na pomenutom Univerzitetu i živela u Varšavi.

Međutim, moj prvi pravi susret sa Konstelacijama, i preokret u mom profesionalnom i ličnom životu, desio se u Beogradu kada sam upoznala Veru Mišković i otišla na Konstelacije koje Vera vodi svakog vikenda u Molerovoj ulici na Vračaru.

Znala sam, na prvi pogled, da se dešava jedna mala revolucija u mom profesionalnom i privatnom životu. U tom trenutku sam već četiri godine živela u Beogradu, bavila se psihoterapijom i upravo „neuspešno“ zaključila poslovnu saradnju u oblasti organizacione kulture u firmama sa svojim poslovnim partnerom iz Zagreba. Propast našeg projekta, bila je u tom momentu inicijalni motiv i potreba za postavljanjem rada na Konstelacijama. Drugarica me je pitala zašto već jednom ne odem na Konstelacije, a meni je delovalo kao da to čujem prvi put.

Međutim, tog dana sam samo učestvovala u radovima, odustala od mog ličnog ostavljajući ga za drugi put, osetila Polje i uloge, videla dejstvo na prisutne, učesnike i one koji postavljaju radove i čula sve što mi je bilo potrebno o edukaciji koju vodi Alemka Dauskardt. Razgovarala sam otvoreno sa Verom o omom načinu rada sa klijentima u oblasti psihoterapije, o čemu nisam često bila dovoljno otvorena jer sam odavno primetila da izlazi iz okvira škola koje sam završavala, otima mi se i kreće u nekom svom smeru, upravljajući nečim većim od mene, i Vera je u tome prepoznala Konstelacije. Ja nikada ranije nisam bila čula za rad sa figuricama na konstelacijski način. Mislila sam da je to neki moj izum u okviru integrativne art psihoterapije koja dozvoljava široku upotrebu kreativnih tehnika i alata, mada se moji mentori nisu snalazili sa transkriptima koji bi uključili rad sa figuricama i ja ih više nisam odnosila.

Pre nego što sam postavila svoj prvi lični rad, konstelaciju kao odgovor na lično pitanje, odlučila sam se za edukaciju čiji je ovo završni rad i prijavila se na prvi modul.

Polazak na module kod Alemke, redovna vežba i učestvovanje kod Vere vikendom, za mene su predstavljale momentalno rasterećenje, potvrdu i ogromno olakšanje na ličnom i profesionalnom planu. Konstelacije su bile ono što nedostaje.

U psihoterapiji sam maštala da postoji način da dotaknemo transgeneracijsko i dovijala se kako, služeći se uglavnom geštalt tehnikama, u nauci sam ukazivala na potrebu pronalaska odgovarajućeg tretmana za kolektivnu i kulturnu traumu, u privatnom životu tražila sam ime senke koja stoji u mom životu, ograničava me, sputava, i ujedno- bol za onim čega nema, čini gotovo nepodnošljivim. Konstelacije u okviru edukacije koju vodi Alemka Dauskardt, zajedno sa vežbama kod Vere Mišković, čitava metodologija, filozofija i ljudi koje okuplja, u mnogome su ono što mi je nedostajalo ili bar odgovor na pitanja povezana sa tim.

Pronašla sam potvrdu da postoji stabilan sistem u koji ono što osećam i radim seda kao kod kuće, i prepustila sam se učenju. Shvatila sam koliko ne znam i to me obradovalo do srži. I dalje osećam ogromnu radost pred otkrivanjem, saznavanjem i prepuštanjem Konstelacijama i svakom modulu, svakom Konstelacijskom četvrtku na kome imamo priliku da dobijemo odgovore na pitanja koja ostanu u Polju po završetku modula. Uvek se iznova radujem susretima i divnim ljudima koje sam na ovom putu upoznala.

Dalje... putem kojim se ređe ide

Brzom savladavanju jednog važnog dela u ovom radu, doprinele su vežbe koje je Vera organizovala svake nedelje pre redovnih rasporeda, od 14 do 17h, i tom prilikom svaka od nas tri, četiri edukantkinja, bila bi u prilici da bude voditeljica konstelacija. Kao učesnike smo isprva pozivali prijatelje i ljubitelje konstelacija, kasnije su dolazili i ljudi koji znaju da na taj način mogu da pogledaju u neko svoje pitanje. Vera bi nam pomogla kada bi to zaista bilo neophodno. Poneki put sam htela da pobegnem sa časa, poneki put nešto nisam videla, poneki put mi je bilo previše zvukova i sugestija od predstavnika. Sve vreme, bez izuzetka, osećala sam da sam na pravom mestu, koliko god ponekad bilo zahtevno. Bila sam svesna da se Vera snalazi fantastično u ovom radu, da to nije samo posvećenost, dar i dobra namera, već izgrađena sposobnost da se prenese znanje i shvatila sam da ne mogu biti na boljem mestu na svetu, i da je prilika da sednem na mesto konstelatora dok sam još u edukaciji, sa Verinom supervizijom, prava privilegija. Vremenom sam shvatila da se sa tog mesta drugačije vidi. Vremenom sam naučila da izdržim napetost i pustim konstelaciju da se odvija. U jednom sam trenutku osetila šta znači ono što nam Alemka stalno ponavlja na modulima i na konsultacijama – izdržati trenutak neznanja, biti u tome, dozvoliti konstelaciji da se odvija, uzdržati se od intervencije. Sećam se kad sam prvi put osetila energiju sistema, bol u srcu, pa zbunjenost. Počela sam da pratim informacije koje stižu ne samo od predstavnika i slike, nego iz mog tela.

Videli smo mnogo, razmenili smo mnogo, učimo neprestano.

Napisano

Navikla sam da se oslanjam na pisani materijal u učenju i da se ispoljavam kroz pisanje. Fenomenološki pristup u Konstelacijama bio mi je poznat u teoriji i edukacija mi je pokazala šta to predstavlja u praksi- šta znači učiti u Polju i kroz radove. Ipak, mnogo mi znači činjenica da nam je u edukaciji obezbeđeno mnogo knjiga, članaka, video snimaka, na različitim jezicima i svih relevantnih autora. Alemka nam pred svaki modul obezbeđuje materijal koji prati temu, dobijamo ga na mejl adresu uoči svakog novog modula, i to nam omogućava dobru pripremu i ispravan fokus.

U jednom periodu, kada nam je bilo potrebno da se jače i kao grupa povežemo sa Helingerovim učenjem, na vežbama kod Vere smo se dogovorili i organizovali smo večeri čitanja njegovih najvažnijih zapisa na Zoom-u. Bilo je neformalno, spontano, ali zahtevno, pa smo ipak na kraju odlučili da to svako radi za sebe, a da komentare i pitanja razmenimo nedeljom ili na nekom od Konstelacijskih četvrtaka koje u tim sedmicama Alemka velikodušno predstavlja i pokreće dodatnu priliku za kontakt sa Poljem i Konstelacijama.

Posle svake Konstelacije koju smo postavljali kao odgovor na moje lično pitanje, vodila sam mali dnevnik efekata, koji se, bez obzira kako bih zamislila, pojavljivao u vidu poetičnih zapisa, dosta hermetičkih, ponekad čak arhaičnih, i ja bih posle nekog vremena, uglavnom odustajala od toga da ih uznemiravam i pokazujem.

U prilogu ovom radu, dodaću nekoliko takvih stranica kao ilustraciju.

Prosleđivanje života

Što se tiče predstavljanja mog ličnog rada u Polju, rada na ličnim pitanjima, počecu od 13og modula, pretposlednjeg u mojoj edukaciji a poslednjeg pred pisanje ovog rada. Kraj je uvek neki novi početak.

Ovom radu je prethodilo nekoliko Konstelacija koje su u potpunosti promenile tok mog života, i smatram da je ova konstelacija bila nastavak ranijih i njihova proslava.

Mislim da je moje učešće na ovom modulu, počelo već sa najavom o njegovom održavanju. Osetila sam se tužno, iako je tema bila radosna „Prosleđivanje života“ i verovatno jedna od omiljenih svima. Povezala sam to sa mojom temom i poteškoćama u ispoljavanju, često prisutnim na mom životnom putu. Tema je samo jačala sa činjenicom da objektivnih razloga za njeno opstajanje nije bilo – deo mog životnog puta bila je profesura na fakultetu, objavljeni članci i knjiga, mnogo javnih nastupa. Subjektivni osećaj je zapravo bio u vezi sa stanjem zakočenosti, blokiranosti i nemoći. Dakle, bez obzira na realno stanje, moj unutrašnji svet bio je opterećen i tok životne energije, usporen, ometen ili onemogućen. Pomislila sam, šta me muči, sprečava, i zašto se ovako dugo i teško borim da prosleđujem ono što mogu i znam, zašto samo ne teče. Bila sam svesna da mogu proslediti znanje i pružiti pomoć mnogima, ali sam ipak, duboko, osećala da odgovor nije u nabranju mojih postignuća u karijeri ili međuljudskim odnosima. Bilo mi je najlakše da sve povežem sa temom roditeljstva i rešila da odatle počnem.

Najvažnije, shvatila sam da je to nagoveštaj prave potrebe za postavljanjem ličnog rada. Kad god je to bilo tako, kad god bi moja potreba bila prava i duboka, voditeljica bi to prepoznala i moj lični rad bi se odvio u jednom od dva dana modula. To iskustvo nije samo bilo važno za poverenje u proces i prepuštanje u mom ličnom radu, već je, uz ostalo, doprinelo dubljem razumevanju i shvatanju kako biramo sa kime radimo i kad. Važan deo našeg edukativnog programa bio je posvećen preduslovima za postavljanje konstelacije, kao njenom pravom početku. Priprema za rad, za postavljanje konstelacije, počinje zapravo mnogo pre okupljanja u Polju i izbora predstavnika.

Dalje, u ovom postavljanju, Konstelacija je pokazala otkuda moja briga o roditeljstvu, otkuda nemir u vezi sa prosleđivanjem života, šta treba videti, imenovati, prihvatiti.

Moja predstavnica je na početku bila nemirna, tražila je nešto i osećala da ne može da se skradi, predstavnik za „nešto drugo“ u vezi sa prosleđivanjem života, osećao se stabilno, uzemljeno, „u vezi sa univerzumom“, veće i više od roditeljstva. „Potencijalno dete“ je pokušavalo da se poveže. U početku su svi imali zatvorene oči. Voditeljica je uvela Život i Roditeljstvo pored mog Predstavnika, predstavnika za Nešto drugo i Potencijalno dete. Konstelacija se odvijala u smeru uspostavljanja dobre veze između mene i Života. Sve sam to mogla da prepoznam i osetim duboko. Najpre nepoverenje, u smislu straha od veličine života, a onda radost (osetili su svi predstavnici). Tema radosti za koju sam osećala da nedostaje u mom životu, već neko vreme sam prepoznavala kao aktuelnu ali nisam umela da je artikulišem i iznesem.

Predstavnik za dete je izvestio da oseća kako je moj stav da moram da biram (inače sam sklona zarobljenosti u „ili-ili“), ali da zapravo nije tako, da ono može doći i kao deo ovog što je „Nešto drugo“, u tom trenutku, predstavnik za Nešto drugo izveštava da se oseća kao „svrha“ i u „vezi sa univerzumom“.

Život širi ruke i predstavnica oseća da može da se prepusti.

Ova konstelacija deluje kao nastavak ranijih.

U meni, sve odzvanja kao pravo radosno zaokruživanje prisustvovanja modulima. Voditeljica namenjuje poslednju rečenicu:

„Sa radošću i znatiželjom očekujem šta je sledeće“. I Životu – „prihvatam te pod tvojim uslovima“.

Po okončanju Konstelacije, razmenili smo nekoliko značajnih uvida. Alemka je zaključila zapažanjima i napomenama koje su bitne kako za moj lični životni put, tako i za put budućeg konstelatora – (Parafraziram):

„Kad se napunimo životom i kad ga prihvatimo, pod svim njegovim okolnostima, i kada se otvorimo prema životu, napunimo se životnom energijom i onda nemamo izbora nego je nekako proslediti (inače ćemo se raspuknuti kao balon). Naše je, dakle, da se povežemo sa životnom energijom, i ona će onda naći svoj put. Kada to uradimo, ne treba nam napor da bi smo prosledili život. Možemo napraviti napor jedino da to sprečimo.

Kao što vidimo, ne možemo sve naučiti, sve planirati, sve kontrolirati. Na nama je da dozvolimo samo da se napunimo ovom energijom, a kako će se ona manifestovati kroz nas, nije na nama da odlučimo, postoje sile koje deluju kroz nas. I mi im se imamo prepustiti. To je sve što trebamo napraviti. A onda život poteče kroz nas, bez napora.“

„Životna sila nađe svoj put“

U konstelaciji koja se odvila u januaru, na modulu Smrt – sjaj u tami, a prilikom koje smo radili na mom ličnom pitanju, koje nisam uspevala dobro da formulišem, ali je postajala evidentna potreba za razrešenjem, pogledali smo u okolnosti bolesti i smrti moje majke i načina na koji je to uticalo i utiče na moj život. Moja majka je umrla od raka grlića materice pre dvanaest godina. Ja sam u to vreme bolovala od anoreksije, pa od bulimije, i bez naročitog povoda raskinula vezu koja je trajala 7 godina i sa tadašnjim partnerom okončala zajednički život.

Voditeljica je dugu (gotovo sat i pol) kompleksnu konstelaciju koja je obuhvatila mnogo kolena unazad, energetski zahvatila čitavu grupu i ukazala na životnu opasnost u kojoj se i dalje nalazim, privela kraju rečenicom „Životna sila nađe svoj put“.

Polje je pokazalo da u mom porodičnom sistemu postoji davno zaboravljeni događaj, zločin, najverovatnije silovanje i izopštavanje žrtve, ali i počinitelja, i teške sudbine koje govore svoju zatrpanu i zaboravljenu priču kroz ostvarivanje kletve „seme vam se zatrlo“ i bolest (rak).

Dinamika je bila još uvek vrlo živa, i kako je voditeljica zaključila - dovodila me u životnu opasnost. Predstavnik za Rak je „jedva čekao da skoči“ na Predstavnicu za mene i „pokida je“.

Kako je događaj sa kojim je sve povezano izlazio na videlo, tako se dinamika menjala. Voditeljica je strpljivo i mirno davala vremena Konstelaciji da se odvije i pokaže ono u šta treba pogledati. Ja sam bila spremna. To znači, tresla sam se od straha, ali sam znala da konačno gledam u ono što dugo osećam u sebi. Moj dubok, iracionalni strah, dobio je svoje poreklo, ime i glas.

Verujem da se pozitivni rezultati i pun značaj ove konstelacije i dalje odvijaju i rastu na mom životnom putu, utiču na njega dobrobitno i preusmeravaju ga tamo gde tok životne sile kreće.

U dodatku ovom radu dodaću par pasusa iz zabeleški o efektima ove konstelacije koje sam zapisala nedugo po njenom okončanju. Iskazi su poetični. Ova konstelacija donela mi je najdublju moguću promenu- na psihičkom, mentalnom, i fizičkom planu, planu odnosa prema svetlu, ljudima, životu.

Konstelacije u mom radu, prvi koraci

Na jednom od Konstelacijskih četvrtaka, iznela sam jednu dilemu u vezi sa klijentom sa kojim radim na psihoterapijskom procesu, sa ciljevima koji se tiču različitih sfera života, između ostalog i partnerskih odnosa. Klijent boluje od hemofilije i tu sam videla prostor za rad na konstelacijski način. Moje pitanje za Alemku je da li da ga uputim na Konstelacije, na koji način, sa napomenom da se on tek sad otvara za takav način rada, posle rezultata koje imamo na psihoterapiji. Odgovor koji sam dobila ohrabrio me je da iskoristim znanje koje sam dobila na modulima, rad sa figuricama koji sam najpre praktikovala na art terapijski način, a kasnije, u edukaciji na Konstelacijama, shvatila da i Konstelacije koriste figurice i počela da ih, vremenom, primenjujem na ovaj način i koristim u pomenutu svrhu. Bez namere da ovde opisujem čitav postupak rada sa Klijentom, naznačiću samo da smo radili, sledeći Alemkin savet, na njegovom odnosu sa hemofilijom i prihvatanjem sopstvenih ograničenja (psihoterapija ovde ima drugačiji pristup) i da smo postigli odlične rezultate, kao i da su uvidi koje je stekao, dugo radili u duši klijenta, odrazili se na njegov život u svakom smislu i verujem da se pozitivni učinci ovog rada i dalje odvijaju.

Ono što ću naglasiti jeste suptilno a konstantno i direktno ohrabrivanje i ogromna nesebična podrška koju sam na svom dosadašnjem „konstelacijskom putu“ dobila od Alemke i Vere. To je ovu edukaciju učinilo potpuno drugačijom od svih na kojima sam ranije bila (u formalnom i neformalnom obrazovanju).

Alemkin sistematičan i jednostavan pristup najkompleksnijim mogućim temama u našim malim i velikim životima, i pomaganju kao daru i obavezi koja oslobađa, kao i činjenicu da sve to uspeva da podeli sa nama na svakom modulom i da nam konstelacije učini bliskim i primenjivim, smatram takvim dobitkom da mi je teško da izrazim dubinu zahvalnosti koju osećam.

Za razliku od psihoterapijskih škola, gde sam sa kandidatima za diplomiranje prolazila kroz fazu zastrašenosti od bavljenja pozivom za koji smo se edukovali, u slučaju Konstelacija bilo je potpuno drugačije. Iako su mi Konstelacije izgledale kao ogromne, ozbiljne i opasne i nisam mogla da zamislim da jednog dana budem u mogućnosti da se njima bavim na bilo koji način, osetila sam kako je „držati prostor“ za rad u Polju, mnogo pre nego što sam očekivala. Rad u polju i rad sa silama, rad na sebi koji je potreban da bi se ovo moglo, smatram ogromnim dostignućem u pomaganju, smatram to najznačajnijim (svojim) pokretom u korist života, u najlepšem mogućem i najponiznijem smislu. Još jednom, neizmerno sam zahvalna.

Otvoreni kraj

U dodatku ovom radu ostavljam zabeleške nakon nekih od svojih radova – konstelacija postavljenih da pruže odgovor na neko od ličnih pitanja. Smatram ih otvorenim krajem ovog završnog rada, kao priliku za nova granjanja, nove konstelacije i uvide i nove početke

Svoje radove sam postavljala i sa Verom u redovnim sastancima tokom vikenda u Molerovoj, i na vežbama, i oni bi se uvek uklopili u neke veće radove koji su se odvijali na Modulima, čiji efekat je još uvek trajao i na taj način mi dali priliku da shvatim kakvo je dejstvo konstelacija, koliko često ih treba postavljati, da svaka konstelacija daje nove uvide ali i ponavlja ono što smo već videli u prethodnoj, ukoliko nismo dali vremena da se manifestuje pun efekat. Ponekad bih tačno videla dokle je ta manifestacija stigla. Uvek bih pratila promenu primetnu na mojoj predstavnici, od prve do poslednje konstelacije. Mogla bih da je nacrtam. Rekla bih da je to izlazak iz (ozbiljnih) upletenosti, brojnih trauma, napuštanje dinamike progonitelj i žrtva duboko ukorenjene u sistemu i ličnom iskustvu, i prvi koraci na pravom životnom putu, autentično i slobodno. Tako je pokazala i poslednja konstelacija pre nešto više od mesec dana, u kojoj prihvatam konačno i potpuno svoj život baš onakav kakav jeste, veliki i lep.

DODATAK:

Prva zabeleška (posle konstelacije 14.1.):

Napisaću samo nekoliko rečenica o periodu posle konstelacije.

Rad je bio pre nedelju dana, zapravo pre tačno osam dana.

Izgleda kao da je prošlo mnogo više.

Posle osećaja velike psihofizičke iscrpljenosti, umerene dezorijentisanosti, došlo je osećanje na nivou spoznaje (uvida) – da je urađeno nešto čemu sam težila čitavog života, otkriveno što sam oduvek slutila da je tu i da „vrišti“ da bude pronađeno, sputava me i obeležava, tišti, pritiska i sabija. I na kraju, preti da me ubije. Surovo, bolno i polako, kao moju majku.

Na ovom pronalasku, koji je na kraju pred nama u konstelaciji kao neko čudo, imam utisak da sam se trudila otkako znam za sebe, silom prilika.

Intuitivno sam oduvek znala, da se ovako nešto, nekakav veliki sukob, nekakva crna masa valja u mojoj porodici, protežu se crni konci kroz sve nas, nekakve teške crne dlake kao živa kosa, mogla sam ponekad lepo da ih vidim u mojoj mami, tetki, sklanjala bih ih ponekad ujutru sa lica, osećala da su one uzrok što mi se koči desna strana, što me bole leđa, ramena, što ne mogu da se uspravim, što mi ništa ne ide kako treba ili ide teškom mukom („neće ići, nikad nećeš dobiti to što želiš“ i ja bih kad god čujem taj glas, znala da misli na moju porodicu, moju ličnu porodicu, jer sve drugo sam, uz mnogo otežavajućih okolnosti, na granici sa nemogućim, uspela da postignem. Kako je jedna od predstavnica izvestila – ovde ima neka kletva. Kletva. Tako se i meni se javljalo. Ima neka kletva. Ali ja sam naučnica. Kad god bih tako nešto čula u sebi, uzimala sam još tri knjige da nađem rešenje, jer može biti sve, osim nekog nerasvetljenog događaja koji traži da bude priznat i viđen i deluje kao kletva.

Tema našeg rada, bilo je zaista pitanje života i smrti. Nepravda, sukob, nasilje, nekakav događaj koji nismo uspeli do kraja da ocrtao jer je smešten, možda, čak, sedam generacija unazad, tražio je svoj glas i pripadanje kroz Bolest.

U prvom periodu posle konstelacije, ostajala sam kod kuće, i odmarala što sam više mogla. Ne zato što sam svesna da je to potrebno, već više što nisam mogla ništa drugo. Osećala sam se dezorijentisano i jednostavno rečeno- nisam znala šta ću sa sobom. Iznenadni višak vremena, kao kad bih predala neki veliki rad koji sam pisala mesecima, čak godinama (članak, ili bolje rečeno knjigu). Imala sam snažnu potrebu za odmorom. Osećala sam se pušteno sa nekih snažnih veza, utega, oslobođeno.

SVADBA

Tašmajdan, zatvoreni bazen, januar 2023.

Na ivici bazena vidim sebe uspravnu kakva nikad nisam bila

Nošnja polupoznata, dukati su mi na glavi,

Opremaju me u niskoj prostoriji

Češljaju me,

Dodiruju me i grle

Moja mama sedi i gleda
Okolo mog struka se vrte žene,
Visoka sam i vitka
Srećna sam, tu su one sve, smejemo se, čujem pesmu
Jutros mi je ruža procvetala,
Znam da je ispred kuće još mnogo ljudi
Tražim baku pogledom, ona se smeje, crveni su joj obrazi,
Zajedno smo kako nikad u životu nismo smele da budemo
Tu jedna za drugu, u miru i slavlju
Lepa sam sebi, lepa sam drugima, smem
Izlazim ispred da je potražim
Vidim je kako prilazi iz daleka
Prilazi sa pravom prolazi
Uzdignute glave, moja pretkinja
Sad te vidim, ti pripadaš
Molim te, klanjam se, gledaj blagonaklono na mój brak
I na mój dobar odnos sa muškarcima
Osećam ogromnu ljubav od nje
Njene ruke na sebi, njena suza i blagoslov,
Mogu sada sve
Sve što hoću mogu i smem
Vreme je
Sve smo tu
Pevamo i puštamo da nas vide,
Dok On ne dođe, ja imam još vremena da budem samo vaša i vi samo moji,
Vidim tatu uz kapiju sa nekim ljudima, tata Moj,
Vidim Dedu i Dedu,
Klanjam se,
Vidim još mnogo ljudi, puno je dvorište
Moja je pretkinja crne kose i bujna u belo haljini pored mene
Iza mene
On će doći, sada više nema nikakve prepreke
Čekam ga uspravno
Visok je i vitak, njemu ne treba pomoć,
Svi su se utišali
Desiće se jednostavno,
Osećam svoju snagu koji mi daju moji preci
Mi svi vredimo podjednako i pripadamo
Ja sam vaša, moji su preci moji i uvek sa mnom
Povedi me
Gde hodaju žene i muškarci jedno pored drugog,
jednaki a različiti
U slavu života, Više Sile,
Ljubavi u Slavu Života

Jer Životna sila uvek nađe svoj put

Druga zabeleška:

Gotovo mi je nemoguće da opstanem u svim starim odnosima.

Gubim strpljenje. Onda se setim da je to, u velikom broju slučajeva kod mene, pobrkano sa trpljenjem, i sećam se reči Predstavnice za jednu od mojih pretkinja:

Nemoj da ćutiš, nemoj da trpiš, nemoj da ćutiš kad te se tiče. Ili će posledice biti strašne.

I to je stvarno, kao što je bila stvarna bolest moje majke.

Da ispravimo leđa, da skinemo terete, da udahnemo duboko.

U glavi, i duši, odzvanja mi –

I ja sam samo žena, ja sam samo obična žena.

Na početku ovog dana, i na njegovom kraju, ja sam samo jedna obična žena.

Treća zabeleška:

Imala sam osećaj da treba da ispratim sve što se dešava i da saslušam kao zadatak za budućnost, nešto što treba da ispunim, i tako se konstelacija i razvijala i od predstavnika su dolazile poruke. Da ne ćutim kad me se nešto tiče, da ne trpim, tema prihvatanja između muškaraca i žena, ljubav, zdravi muški princip koji nedostaje, razumevanje i poštovanje među polovima, ali i među ženama jedna prema drugoj, pravo na seksualnost.

Osećaj zahvalnosti pratio je konstelaciju, a naročito se razvio posle, iz dana u dan. Imala sam poverenja u Alemku, i u predstavnike, i u nešto veće što nas dovodi tu. To sam naročito osetila u trenutku kada Bolest kaže kako jedva čeka „da pređe na mene i da me pokida“, a ja već neko vreme vidim samo nas dvoje u Polju. Pomislila sam, u redu, ako je tako, onda je tako, hajde da probamo da napravimo nešto, ako se može, ali prihvatam.

Zahvalna sam Polju, Alemkinom vođenju, daru i iskustvu, predstavnicima i njihovoj snazi i tačnosti. Intenzivna meditacija kao priprema bila je veoma važna, u toku meditacije sam zaronila dublje, pronašla mesto u koje ne smem da pogledam. Suze su bile jasan pokazatelj da sam se približila.

Posle Konstelacije, zabeleška 4:

Vidim jasnije stvari i puštam glas. Dozvoljavam sebi da vidim. Poneki put, pa sve češće, vidim sebe. (moja predstavnica je izvestila, na početku konstelacije, da “ne može da vidi sebe.” „

Ne mogu u sebe da pogledam". Na kraju je uspela da stane na svoje noge.). Osećam svoje srce, sve ovo vreme. Boli me, ali na način da ga je nešto stiskalo toliko dugo, pa pustilo, i ono se sada oporavlja od stiska.

*** Čitavog svog života, a sećam ga se od prvog dana maltene, ma koliko to zvučalo čudno, osećam da ovako nešto (kao što je izašlo u konstelaciji), postoji među mojom porodicom, preti mojoj baki, mami, tetki, meni. Nije bilo muškaraca, iako je tu bio otac i deda, zapravo ih nije bilo na način koji je nama svima bio potreban.

Dakle, muškaraca nije bilo, ali je bilo prezira prema njima i straha od svega i svačega. I nasilja kao odgovora na prezir i strah. I jedna crna senka nad nama i u mojim ženskim članovima.

Kada je u konstelaciji sve dobilo svoj glas i izgled, i obznanila se dinamika, to je bila potvrda da sve što sam osećala, da je stvarno, da nisam mogla da dobijem informacije od mojih bližnjih o tome, ali dobila sam ih dovoljno iz konstelacije, osećala sm ih u sebi, konačno sam ih videla u radu. Pradavni sukob između muškarca i žene, nasilje i kletve, glas koji se čuo kroz Bolest i nesreće, konačno je dobio svoje mesto i veličinu, poštovanje i pripadanje.

*Probudila sam se jedno jutro. Pred očima mi je bila moja pretkinja koju sam videla u Konstelaciji, a za koju sam ranije osećala da može biti moja prababa ili neko još stariji.

Mislila sam o tome kako sam želela da se oslobodim i kako sam osećala da to ima neke veze sa njom, da je moje, zapravo njeno oslobođenje i obrnuto. I imala sam osećaj da sam ipak uspela. Najveće postignuće i najveća milost koju sam doživela. Samo to sam htela, sve drugo je bilo usput. Da otkrijemo uzrok nasilja, i drugog stradanja u mojoj porodici, taj sukob, pretnju i posledice, i da se toga oslobodimo, da se ne ponavlja. Da ja slučajno ne prenesem dalje.

Da se oslobodimo kletve, za koju sam osećala da postoji jer je u meni nešto šaptalo – „ne вреди. Sve što radiš, ne вреди. Ništa od onoga što želiš (a to se uvek ticalo partnera, porodice dece), neće se desiti. Neće se desiti.

*Novo telo – drugačije plivam, drugačije trčim, drugačije se osećam. Lakša sam. Spremam polumaraton mesecima, a on je odjednom spreman, preko noći.

Dva tri dana posle konstelacije bolela su me užasno ramena kao da sam nosila nešto teško, mišići su mi bili bolni i naduti, inače u tom delu sam osećala napetost, kočenje i bolove i dva dana pre modula a u subotu su se jako pojačali, naročito pre rada, sa intenzitetom u desnoj strani vrata i ramena, pa ruke.

*Izazovi sa kojima se suočavam posle konstelacije uglavnom se tiču prepuštanja, usporavanja, odustajanja od intervencije, potrebno je da dozvolim da se integracija dešava, efekti rada pokazuju, promena živi. Ja sam uglavnom preduzimala, intervenisala, spašavala i verovatno u tome snažno kontrolisala (borba je drugo ime za sve).

To je posle konstelacije i konačno izgubilo svoju svrhu i ja sada znam da mogu da pustim.

Zabeleška 5.

Februar, mesec dana od modula

Majka

Mama, sada te vidim.
Hvala ti na životu!
I ja bih, kao ti, sada, vrištala.
Vrištala bih da budem samo na miru, sama, da imam sebe,
Prvo, da bar ako ne mogu nikad da imam muškarca,
Ako to ne postoji ili je retko,
Da mogu bar ženu da imam, sebe,
Na miru i u miru
Hvala ti što si ipak
Sa poslednjim atomima snage, uspela da me gurneš napred
Hvala ti što je tvoj unutrašnji sukob, taj rat kojim smo sve bile proklete, što se uvek i iznova
završavao u korist života, mog.
Sa tobom u srcu, živeću dostojanstveno ovaj život, punim plućima.
Tebi u čast!

Bila sam ranije ljuta na majku. Do mene nije dopiralo ono što sam čula od njene predstavnice u polju, a nisam imala ni gde da to vidim. Nisam videla šta sve utiče na nju. Nisam videla naše pretkinje, naše druge majke.
Nisu nam ništa dužne. Dale su nam svoj i naš život. Dužne su nam bile da žive punim plućima, ali to nisu umele. Nisu mogle. Nije im bilo dozvoljeno. Mučene, pretučene, silovane toliko puta da ne znaju ni šta je to. Toliko puta da misle da je to vođenje ljubavi. Toliko puta da ne mogu da zamisle taj čin bez nasilja. Toliko puta da uz nužno prihvatanje dolazi neki vid uživanja. Toliko puta da to postaje jedini način. Seks je u vezi sa nasiljem, patnjom, i osvetom. To je igra moći a ne vođenje ljubavi.
Šta je ženska seksualnost.
Ne moramo mi više nikoga da spasimo.

Osećanja – sa jedne strane mir
Ogroman, veliki, nepoznat, konačan, Mir
Ovako se Dante osećao kad je prošao u gornje delove.
Izlazak iz Zemlje Senki, sa poštovanjem za njih i njihovu sudbinu, sa blagoslovima.
Šta je potrebno? Potrebno je ispravno viđenje i imenovanje stvari kakve jesu, prihvatanje, najpre sukoba koji smo stvorili među polovima i šta je iz njega proizašlo – nasilje.
Muškarci nisu muškarci, a i žene stoga nisu žene.
Nema muškaraca.
Nema ljubavi.
Potrebna je ljubav.
Razumevanje.

Kao da je Veliki Rat gotov, tako se osećam.
Kao da sam se vratila iz rata.
Ali dovoljno čitava.
Vraćam svoje delove.
Uvek ću biti povrtanik iz rata,
ali zato ne osećam da nešto mogu manje za sebe i za druge
Naprotiv.
Mogu više.
Sve vidim.

Sad je drugačije.
Ne mogu da podignem oružje.
Ne mogu da podignem štit.
A ne plašim se.

Sa što manje reči.
Reči gube snagu.
Nema baš puno reči ovde.
Čekam, a imam utisak da sam stigla.
Pa je čekanje radosno iščekivanje.
Moramo da počnemo ispočetka.
Počinjemo ispočetka.

Ali dok se ne vidi primarni sukob, pravi sukob, nismo mogli ništa.
Uspela sam uz pomoć drugih ljudi, ljudima dugujem spas, dugujemo spas jedni drugima, ovaj svet, ipak, zaslužuje da preživi.

Dugo sam na ovom putu.

Ja sad mogu da ožalim svoju majku.
Tek sad. Ja tek sad mogu da je sahranim.
Sad mogu da je spustim u zemlju. Ja sad mogu da je pustim Majci.
Ja odrasla žena mogu sad da stojim nad grobom svoje majke.
Ranije nisam mogla, spašavala sam život, i sve živote redom, trčala sam najbrže što sam mogla, nema šta nisam sve prevrnula.
Nije samo što ja nisam htela da je ožalim i pustim, ja nisam smela da je pustim zbog opasnosti u kojoj sam bila. Dok sam je održavala koliko toliko na tom mestu, nije moglo u punoj snazi da

stigne do mene. Ja nisam bila u punoj meri dostupna za partnerstvo, samim tim sam bila bezbedna. Opasnost je bila realna.

Sad mogu da pustim.

Nisam bila ništa izmislila.

Ovo je sve ogromna milost. Ogromna milost.

Ja sam sve što sam postigla, postigla pod takvim strahom i bolom, da ne znam kako je to uopšte moguće i zahvalna sam svom telu što je izdržalo.

Ja nisam moja majka.

Ona je sa mnom kad mi treba.

Volim je i ona voli mene.

Poštujem njenu sudbinu ali ja imam svoju.

Dugo me nije bilo.

Dugo me nije bilo.

Sada sam tu.

Radujem se svakom našem ponovnom susretu u Polju, i na ovom Svetu.