

Constellations Familiales et Efficacité



Récemment quelques amies me faisaient part de leurs doutes quant à l'efficacité du travail thérapeutique des Constellations Familiales. Pourquoi s'encombrer de la problématique de nos ancêtres lorsque déjà nous avons du mal à faire face à un aspect de notre vie ? De plus comment ce travail qui se fait en groupe, généralement plutôt important, peut-il apporter un éclairage sur une histoire personnelle ? Et sans même prendre le temps de pouvoir l'exposer en détail ?!

Comment des gens qui ne connaissent pas grand-chose de votre histoire, et qui sont choisis comme représentants des personnes importantes de votre famille, vont pouvoir déterminer un bénéfique, porteur de changement, pour vous ?

Et puis il y a aussi le rythme de ce type de travail qui n'est pas proposé de façon suivie : quelques groupes sont possibles seulement de temps en temps, et l'on conseille d'attendre au moins deux mois entre deux constellations. Comment une personne en souffrance va pouvoir gérer la suite sans un " soutien " suivi classique ?

La différence essentielle entre le travail thérapeutique classique et les " Constellations Familiales " est dans la dimension qui est sollicitée.

Il n'y a pas d'exploration analytique du problème : rationnellement la personne a souvent bien réfléchi à son problème, si elle s'y heurte encore c'est bien que la solution ne peut pas venir de là. Au contraire cela donne encore plus de consistance et de poids au problème ! Par contre un dépassement est possible lorsqu'une élévation de vision peut se réaliser. Lorsque le plan plus subtil, qu'Hellinger appelle le niveau de l' " âme ", est touché et qu'il apporte un dynamisme nouveau, une impulsion qui pourra être fertile de changement.

Cela est possible d'abord par la prise de conscience de la dimension énergétique qui relie tous les êtres vivants : ou mieux, par la prise de conscience de l'intelligence de vie dans laquelle nous baignons. L'inconscient familial n'est pas autre chose qu'une partie de cette organisation de la vie. Tant que nous croyons être isolés des autres nous portons tout le poids des stratégies personnelles déterminées par nos peurs et nos besoins, qui limitent la force de la vie. Élargir le regard et la compréhension de ce qui est et qui a fourni la trame de notre destinée, apporte le premier élément d'acceptation et donc de pacification.

Avec les " Constellations Familiales " il s'agit moins d'explorer la névrose familiale, ou juste ce qu'il faut pour voir les fils les plus grossiers (identifications, parentifications, émotions empruntées...) de ce que nous croyons être : nos difficultés, nos problèmes, notre histoire.

On ne peut se débarrasser des problèmes, des difficultés, sans prendre en compte les fils qui les ont justifiés : on ne peut pas rejeter ce qui ne nous convient pas pour garder seulement ce qui nous plaît. C'est comme croire qu'une pilule suffit à guérir un symptôme et qu'une thérapie doit nous permettre de ne pas souffrir, pour réaliser ce que nous voulons en supprimant les obstacles. Il s'agit d'accepter tous

Constellations Familiales et Efficacité

les obstacles en y trouvant le fil rouge de notre évolution. Et cela est possible si nous pouvons concevoir que l'obstacle, et la souffrance qui en découle, vient de notre résistance au flux de la vie, et toujours en résonance avec l'ombre familiale, afin que justement nous aidions le réajustement du potentiel familial pour être à l'unisson avec la vie. Les drames de l'arbre familial (chaque deuil impossible, chaque déracinement, ect....) nous poussent à reproduire les mêmes circonstances le même climat tragique où nous allons nous sentir " chez nous ", pour que l'intégration aboutisse enfin et que la vie coule sans résistances, pour célébrer sa créativité potentielle.

Mme X travaille à la SNCF, elle aménage les gares. Son poste est en danger mais elle défend sa fonction avec vigueur, Pourquoi a-t-elle du mal à envisager une évolution dans son travail ? Elle prend conscience du fait que sa mère n'avait pas eu le temps d'accoucher à l'hôpital, et qu'elle avait vu le jour dans une gare ! Aménager les gares signifie pour elle rester en lien avec le gros stress déterminé par sa naissance, avoir besoin de le rejouer quotidiennement pour le gérer en y étant confrontée. Le fait de voir cela va lui apporter un espace de liberté pour suivre peut-être d'autres voies professionnelles, d'autres choix de vie, en faisant confiance à l'intelligence de la vie qui nous confronte toujours aux situations parfaites pour l'incarner. Car ce passage dans l'espace-temps grâce à une chaîne de vie qui est arrivée jusqu'à nous (tous nos ancêtres) a bien l'air d'accompagner ainsi l'expansion cohérente de l'univers et de l'enrichir.

Les Constellations Familiales ne rendent pas une personne dépendante de ce soutien. Chacun est responsable du dosage des pas qu'il peut faire sur son chemin.

Pourtant en quelques séances une réalisation profonde est possible si l'on a pu s'ouvrir au seul vrai problème : nos identifications. Qui nous rassurent et nous donnent le sentiment d'exister mais qui nous lient à nos difficultés. Seulement lorsque nous pouvons voir tout cela, il y a la distance qui permet à la vie de danser dans nos cœurs avec joie.