

"Constellations familiales : guérir le transgénérationnel" – Constanze Potchka-Lang – Le Souffle d'Or

Nous avons parfois l'impression de porter quelque chose qui ne nous appartient pas, d'être parasités par des pensées, des comportements, des situations de vie qui ne nous concernent pas, qui ne cadrent pas avec ce que nous sommes vraiment, sans pouvoir rien y changer.

Ces impressions sont en fait les "traces" inconscientes laissées par les "mémoires" qui circulent dans notre système familial. Tout drame non dépassé, toute dette non payée, tout destin non vécu, toute histoire non terminée, viendra se répéter d'une manière ou d'une autre pour être achevé par un ou plusieurs membres de la fratrie.

Comme le dit le livre : "l'originalité de la méthode des constellations familiales développée par le psychothérapeute allemand Bert Hellinger est qu'elle permet de projeter sur l'extérieur une image de ce qui se passe à l'intérieur d'une famille. La constellation livre à la personne concernée un constat visuel des liens cachés et des intrications actives dans son système familial et lui donne les clés pour s'en libérer".

Le but des constellations est de recréer pour les mettre en lumière, -avec des personnes qui prennent la place des membres de la famille-, les dynamiques cachées du système familial et ainsi de laisser émerger des réponses aux questions posées par les personnes.

Le livre présente clairement ce qu'est une constellation puis offre de nombreux exemples pris dans la pratique qui permettent de se faire une très bonne idée de la manière dont cette approche fonctionne.