

Constellations Familiales

Quelques réflexions sur l'animation



Un livre intéressant vient de sortir de l'allemand Bertold Ulsamer : "Manuel des constellations familiales, introduction à la pratique de la thérapie systémique de Bert Hellinger" aux éditions Jouvence.

C'est un livre qui manquait, car si cette pratique est de plus en plus répandue, on peut s'interroger sur le cursus de formation des animateurs et sur leur rigueur.

Il y a moins de dix ans, les premières personnes qui proposaient ce travail étaient allemandes ou familières de la langue et bénéficiaient de l'effet innovant en France. Leur travail paraissait éblouissant et, faute de références sur l'expérience de Bert Hellinger, nous avons été nombreux à tomber dans le panneau d'une admiration sans bornes envers ces pionniers. Nous n'avions pas assez d'informations et de recul pour ne pas encourager une certaine "gouroutisation" vis-à-vis de l'animateur.

Mais le temps est venu de dénoncer aujourd'hui certaines dérives. Une vigilance est à installer lorsque les CF (abréviation pour Constellations Familiales) sont associées à d'autres techniques : " CF clarification, CF énergétiques, CF et kinésiologie ... ". Ces associations, qui d'un prime abord paraissent apporter un plus, révèlent au contraire une incompréhension grave à la base.

Par exemple les "CF et clarification ou CF énergétiques " qui focalisent le groupe sur le rôle "canal " de l'animateur. Une animatrice s'était même définie comme une " pute cosmique " car elle se focalisait sur son " pouvoir " de favoriser, par le contact avec son corps, l'ouverture énergétique chez les personnes du groupe ...de préférence des hommes jeunes ! Même si par ailleurs elle proposait des animations de qualité, elle favorisait une attente magique, facteur de confusion et de dépendance, chez ses clients accros. Car elle détournait de la simplicité de

Constellations Familiales

Quelques réflexions sur l'animation

l'approche énergétique: l'eau dans laquelle nous baignons comme des poissons dans l'instant et dans la banalité du quotidien. Accessible à tous et avec le " bon sens " comme guide, lorsque le groupe n'est pas encouragé à se polariser sur l'animateur.

Comment dans ce travail collectif l'animateur peut faire accéder le groupe aux coulisses invisibles sous les couches réelles ?

Ulsamer parle bien de ce chemin qui exige de savoir se laisser guider par les mouvements des représentants mis en place dans le cercle.

La première couche de réalité montre par exemple la colère envers la mère, des ressentiments et des reproches. Comment permettre l'alchimie qui va reconstituer le lien pur ? En se focalisant sur l'amour (déçu) qui se cache derrière le rejet : en regardant l'autre en face. La mère qui a agi selon les circonstances de sa vie, comme elle a pu. Alors, lorsque le respect pour le destin de l'autre est possible, le lien, qui avait provoqué une répétition douloureuse de situation, peut se dissoudre.

Mais il faut aussi savoir que, comme le souligne Ulsamer, les solutions aux problématiques rendent solitaires. Affranchis de l'attachement qui nourrit l'intrication, nous quittons aussi une intimité et nous nous trouvons dans une légèreté " détachée ". Le pas suivant sera la découverte du respect qui est la recette centrale des CF car son effet est puissant pour celui qui se sent respecté mais surtout pour celui qui le ressent.

Comment savoir quand une CF est finie ?

Pas forcément par le rétablissement d'un ordre et par un happy end.

La fin est porteuse lors d'un moment fort, même en pleine confusion : le but est dans l'impulsion profonde qui pourra s'en dégager.

Et les émotions ? Faut-il encourager leur expression pour les alléger ?

Après les années de cri primal, on constate que leur expression n'est cathartique que superficiellement : la puissance est dans la sérénité. Les émotions plus contenues (différent de refoulées) peuvent s'approfondir et révéler leur souche.

Sous la colère, l'indifférence, la froideur, l'arrogance, la pitié, sentir la douleur primitive de l'amour vécu dans l'impuissance.

Lorsque les parents n'étaient pas là (morts, absents, loin...) Au lieu d'exprimer une colère qui ne fera que répéter une expérience, retrouver l'état du petit enfant qui tend les mains et ose ressentir : " papa, maman... s'il te plaît ". État qui est revécu et enfin accueilli par la présence et l'amour du groupe et de l'animateur.

Voilà l'obligation de l'animateur : cette capacité d'ouverture profonde, d'accueil et d'amour. Que l'animation va contribuer à renforcer et à affiner.

Mais selon les règles de Bert Hellinger : sans attente, (reconnaissance, vérification), sans intention (vouloir guérir, aider), sans peur (qu'il s'agisse de la mort ou de la vie), sans pitié (qui est proche du mépris pour le destin de l'autre), avec le courage de la simple présence à ce qui est.