

Constellations Familiales et Bonheur



Nous sommes tous en quête de bonheur. Mais comment ?

En le conditionnant à des étapes nécessaires : lorsque je serai riche, lorsque mes enfants auront une situation, lorsque j'aurai un emploi stable, lorsque j'aurai rencontré l'homme qui me comprendra, lorsque je serai reconnu dans mes compétences...

La mondialisation et la crise économique nous réveille du rêve facile de la possession et de la consommation : la nouvelle voiture, la maison de campagne, le canapé design, la robe griffée. L'insécurité qui se généralise nous oblige au retour aux vraies valeurs. Il s'agit moins de posséder que de qualité d'être. Mais encore. Pendant longtemps nous pouvons nous sentir limités par notre histoire : comment être confiants avec des parents qui ne nous ont pas encouragés et qui au contraire nous ont transmis un doute profond quant à nos valeurs ? Comment imaginer le bonheur avant une longue thérapie, avant une longue galère de confrontations à nos blessures ?

Et pourtant tout ceci n'est que le piège de l'identification à notre histoire.

Oui, l'histoire de nos parents et de leurs ancêtres va déterminer nos « choix de vie » : les métiers et les difficultés de les réaliser, le choix de partenaires, les passions, les limitations, les croyances inconscientes qui vont nous ouvrir ou nous fermer des portes.

Toute une culture de ces influences transgénérationnelles existe depuis une vingtaine d'années à commencer par « Aïe, mes aïeux ! ». Le grand père a été attaqué par les loups et le petit-fils sera chirurgien plasticien. Je suis fille unique et j'épouse un homme avec une grande fratrie.

Mon père était violent avec ma mère, je me débrouille pour choisir à mes côtés un alcoolique dangereux... Tout n'est que résonance de ce que nous portons et va ainsi orienter notre regard, notre éclairage de la « réalité », par nos stratégies, nos compulsions d'évitement, nos attentes.

Oui nous « sommes » notre histoire et nous l'incarçons pour en révéler les fermetures, les traumas et leur permettre ainsi de se libérer par la conscience.

Constellations Familiales et Bonheur

Ceci a été bien souligné par le « Décodage Biologique » qui a rendu évident que même nos « maladies » relèvent de notre création et qu'elles peuvent guérir par la conscientisation de ce processus qui exprime jusque dans la biologie les traumatismes des ancêtres.

Mais cette libération ne pourra aboutir que par la désidentification du contenu : NOUS NE SOMMES PAS QUE « CELA », la conscience qui traverse la toile de fond est d'une nature plus vaste . Là nous pourrions trouver l'espace qui apaisera les peurs et les attentes lorsque nous pourrions être à notre juste place.

Comment la trouver ?

Les Constellations Familiales ont mis en évidence les dynamiques inconscientes du psychisme « familial » dont nous faisons partie et auquel nous voulons appartenir.

Même au prix de nos névroses, même au prix de la vie.

Nous commençons le travail par vouloir comprendre les jeux inter-rélationnels . Par ex : ma mère ne s'est pas remise de la mort d'une jeune sœur et moi je suis « prête à partir » à sa place, voilà pourquoi rien de ce que j'entreprends ne me réussit. Mais après la mise en évidence de ces dynamiques invisibles, on ne peut que constater que chaque histoire a été parfaite pour créer le type de personne unique que je suis. Et que la souffrance ne persiste que si nous continuons à nous identifier à notre histoire comme « victime impuissante ».

En réalité, si mon histoire a été parfaite pour aboutir à ce que je suis je ne peux que l'honorer et célébrer à travers elle la créativité du mouvement de la vie qui obéit à une logique bien plus vaste que l'enfermement de ce qui serait bon ou mauvais.

Alors si vous êtes prêts pour le bonheur fermez les yeux et laissez vous guider par Bert Hellinger :

« Imaginons de regarder notre mère, telle qu'elle était, avec ses défauts : une femme ordinaire comme toutes les mères.

Puis regardons au-delà d'elle, car elle n'est pas « notre » mère, elle ne nous appartient pas du tout, nous n'avons pas le droit de dire « ma » mère. Elle nous a été donnée par une autre force qui l'a mise à notre disposition.

Cette force l'a mise à son service telle qu'elle était. Elle était au service de la force créatrice.

Alors nous pouvons regarder cette force créatrice et ouvrir notre cœur.

De la part de cette force créatrice nous accueillons notre mère dans notre cœur, avec amour, un amour qui englobe tout.

Nous regardons tout ce qui nous a été donné à travers elle.

Est-ce elle qui a donné ? Ou une force plus grande à travers elle ?

Lorsque nous accueillons tout cela avec amour nous aimons notre mère telle qu'elle est, nous nous abandonnons à cet esprit qui est à l'œuvre à travers elle.

Nous abandonner à cet esprit créateur signifie également nous abandonner à notre mère telle qu'elle était.

Avec elle nous voyons notre père, les deux en unité, reliés avec amour au service de cet autre Amour qui englobe tout.

Le bonheur est là et nous prenons cette présence qui peut nous rendre incroyablement riches et heureux. »

Si vous trouvez cela trop simple : avez-vous eu besoin de croire que le plaisir se mérite, qu'expier est plus méritant ?

Constellations Familiales et Bonheur

Être en accord avec ses parents ne signifie pas rentrer dans la fusion, mais être en paix avec la vie et les anecdotes de ses mouvements créateurs. À partir de là l'espace profond est ouvert au flux de la vie et je ne serai plus piégée dans ses vicissitudes : j'observe de cet espace en moi.

Et je m'entraîne à cette présence à moi-même. Aucun effort pour le reste : lorsque nous sommes à cette juste place la paix et la joie sont conviés automatiquement car c'est la trame du tissu.

L'été est favorable à la plénitude, ne vous en privez pas. Le monde a besoin de votre présence unique.

Daniella Conti : formatrice en Bio-psychogénéalogie en France et en Italie depuis 1995.
Animatrice de « Constellations Familiales ».