

On peut définir le symptôme comme suit : le signe ... subjectivement reconnu d'une perturbation de l'état de santé. « Pour moi, les maladies et les symptômes sont des signes qui permettent de montrer que quelque chose dans la vie n'est pas « en ordre », ne colle pas. Cela s'exprime au niveau du corps, et il importe peu qu'un diagnostic concret puisse être établi ou non.

Chaque perturbation de l'état de santé doit être prise au sérieux, qu'il s'agisse de douleurs, accompagnées ou non de causes organiques, d'angoisses basées ou non sur des causes réelles. Par prise au sérieux, j'entends l'observation des causes corporelles et de l'âme, et leurs conséquences au niveau des symptômes.

Cela vaut autant pour les personnes concernées que pour le thérapeute. Comme cardiologue, j'ai toujours constaté que les souffrances subjectives qui n'avaient pas de cause organique, n'étaient jamais prises au sérieux.

« Une femme de 55 ans souffre depuis un an et demi, de douleurs très nombreuses, handicapantes et récurrentes dans la poitrine gauche. En conséquence, elle vient à la Clinique Universitaire pour une analyse cardiologique. Lors de cet examen, on voit que le cœur et les coronaires sont totalement intacts. Le médecin annonce joyusement à sa patiente que son cœur est en parfaite santé. A sa grande surprise, elle rentre

dans une grande colère. Elle est outrée du résultat de cet examen, alors qu'elle souffre tant et de manière quotidienne du cœur. Ce cas montre que le diagnostic organique et la douleur subjective peuvent être très éloignés l'un de l'autre. Il aurait fallu prendre du temps avec la patiente après l'examen du cœur. Le médecin aurait « pris sa douleur au sérieux » et aurait pu rechercher avec elle, une autre cause à ces douleurs, comme par exemple une situation difficile avec les enfants, le conjoint etc. »

Malheureusement, j'observe encore actuellement que les symptômes fondés sur des causes physiques sont toujours considérés comme prioritaires par les thérapeutes et les patients. Cette valorisation des causes organiques se révèle aussi généralement très clairement dans le système de remboursement des mutuelles. En règle générale, il est beaucoup plus facile de prescrire des mesures de diagnostic chères comme un examen du cœur ou **XXX** qu'un forfait pour une psychothérapie.

.....

Si on veut appréhender les caractéristiques de la douleur, il est important de savoir que la centrale de tous les types de douleurs est notre cerveau. Peu importe que les maux de tête soient dus à une cause physique ou psychique – la douleur est conduite à travers les nerfs et reconnue et interprétée par le cerveau. C'est pour

cela que la douleur est toujours subjective. Le meilleur exemple en est le mal de dos. Les modifications dégénératives de la colonne vertébrale peuvent causer des douleurs, d'intensité variable.

« Une femme rendit visite à sa filleule, avec laquelle elle avait une excellente relation. Le couple de cette dernière était en crise, parce que la jeune fille avait un amant. La tante réussit à mener un dialogue constructif avec le couple. La nièce et son conjoint furent alors motivés pour travailler à leur relation de couple. Le matin suivant, la tante avait des douleurs de dos insupportables. Six semaines plus tard, ces douleurs étaient toujours présentes en dépit de différents traitements. Après une constellation, la tante en fut libérée. En tant que thérapeute systémicienne, je diagnostiquerais ces douleurs lombaires comme douleurs endossées (reprises à qqn d'autre). La conséquence de cette conversation devait conduire à la séparation des amants. Cela était douloureux pour la jeune fille et sa tante a voulu lui enlever cette douleur, par amour pour elle. Comme tout sentiment « endossé », ceci s'est passé de manière inconsciente.»

La souffrance

Souvent, les gens qui viennent me voir veulent se débarrasser de leurs souffrances et me disent : « s'il vous plaît, rendez-moi la santé ». Ici, il est de mon devoir, de rendre le patient conscient, qu'il

doit prendre une part active dans le processus de guérison des maladies organiques. Cette demande de leur part s'appuie sur un malentendu : vous devez tout de même savoir ce qui est bon pour moi, ai-je souvent entendu de mes patients. Au contraire, en psychothérapie, la plupart des gens sont très motivés pour atteindre quelque chose pour eux-mêmes, pour changer.

Bien que dans notre société la plupart des gens se portent bien, nombreux sont ceux qui souffrent. Par ma profession, j'ai toujours été confrontée à la douleur, et je le suis encore. J'ai beaucoup réfléchi à la question de savoir pourquoi mes patients et clients s'accrochent tellement à leurs douleurs. Inévitablement, ces pensées m'ont conduite à considérer cette souffrance sous l'aspect de la religion chrétienne. On pourrait résumer cela ainsi : « lorsque je souffre, je suis une bonne personne et je serai sauvé » Or, qui ne voudrait être une bonne personne et être sauvé ?

Pour illustrer cela, voici une expérience personnelle avec Bert Hellinger. Il me demanda dans un groupe : « Que se passe-t-il lorsque tu as assez souffert ? », à quoi je répondis : oui, alors, je suis délivré. La réaction de Bert Hellinger fut une véritable douche froide : « C'est justement cela, l'illusion. »

D'après mes observations, l'expérience de la souffrance est beaucoup plus étendue que celle du

bonheur. Les gens deviennent angoissés lorsqu'ils ont de la chance ou lorsqu'ils se sentent heureux. Comme cette croyance fonctionne déjà depuis 2000 ans, il semble vraiment difficile d'abandonner cette propension à la souffrance.

Nelson Mandela décrit ce phénomène de la manière suivante : « c'est notre lumière et non notre obscurité qui nous effraye le plus. Nous nous demandons : qui suis-je lorsque je suis brillant, talentueux et en bonne santé ? Mais honnêtement, y a-t-il une seule raison pour ne pas l'être ?... La lumière n'est pas seulement en certains d'entre nous, elle est en chacun de nous. Lorsque nous laissons notre lumière briller, nous donnons inconsciemment aux autres la permission de faire comme nous. »

« Chaque personne a la capacité d'être heureux », est une thèse fondamentale de mon travail de thérapeute. Dans une constellation familiale, le client peut laisser la douleur là où elle appartient, et voir que d'autres se réjouissent de son bonheur. Ce moment est très touchant. A travers la joie des parents, des grands-parents, des frères et sœurs etc, le droit de l'individu au bonheur se renforce.

La Fascination du rôle de victime

Pourquoi est-il si difficile de laisser tomber le rôle de victime, et avec lui, la souffrance ? me suis-je souvent demandé lors de mon travail thérapeutique ?

Il y a plusieurs explications, qui interviennent de manière plus ou moins inconsciente, la frontière entre le conscient et l'inconscient étant très mouvante.

1. La souffrance est devenue un sentiment familier, on a construit sa vie dessus. Cette habitude est si présente, qu'en dépit de la souffrance, on peut se sentir vraiment bien. La fin de la souffrance entraîne un changement d'habitude. Ce changement peut être accompagné de décisions conscientes ou d'événements fatidiques.

2. La souffrance est, pour la plupart des gens, la seule possibilité de se sentir en vie de manière intensive. Je souffre, donc je sens, donc je vis ! La souffrance devient, à son paroxysme, une expérience de vie. La souffrance et la capacité à vivre semblent paradoxales, mais pourtant, ce paradoxe est souvent observé. Souvent, les clients se plaignent, après s'être débarrassés de leur douleur, d'un vide difficile à supporter.

3. La souffrance, comme dans le cas classique des maladies, est récompensée. Aussi longtemps qu'on souffre, on reçoit plus d'amour, d'attention et

de « don ». Grâce à la maladie, par exemple un infarctus, on devient plus important. Tout tourne autour de cela.

4. La souffrance hisse la personne à un meilleur niveau. Parce qu'il souffre, il se sent meilleur que ses pairs, et de là naît une exigence, le plus souvent inconsciente. Comme cette exigence est démesurée, la plupart du temps, elle n'est pas comblée, ce qui amène à renforcer encore le rôle de victime et la souffrance. « Personne ne me comprend, ou tout le monde est contre moi », sont les convictions profondes de ces victimes chroniques qui restent coincées dans le cercle vicieux de la souffrance. La souffrance a surtout une grande valeur dans le christianisme. Le martyr y est reconnu comme une excellente préparation au paradis.

5. La souffrance peut être reconnue socialement, et servir un sentiment d'appartenance au groupe. Les « pauvres femmes abandonnées », suscitent l'apitoiement superficiel de la société, alors que les « hommes abandonnés » n'ont pas encore de droit à leur souffrance reconnue par la société. Les femmes abandonnées, forment un groupe qui se plaint, se motive, et se reconnaît (se confirme). Si la femme quitte son rôle de victime, elle n'appartient plus à ce groupe. De même tous les groupes d'aide sont en bien des aspects, construits sur le même principe. L'identité de groupe prévoit souvent que seuls ceux qui souffrent ont le droit d'en faire partie.

6. La souffrance est la presque toujours caractérisée par la passivité. Quitter la situation passive, implique de devenir actif et de passer du rôle de victime au rôle de coupable. Devenir coupable, dans ce contexte positif, signifie reprendre la responsabilité et « passer à l'attaque ». J'ai pu observer que dans les intrications familiales où l'on trouve la culpabilité dans les générations précédentes (meurtre, meurtre puni, expropriation, ...), les souffrants ont des scrupules (complexes) importants qui les empêchent de devenir actifs. Les symptômes sont dans ce cas, le manque de succès, le chômage. Etablir le rôle de victime sert dans ce cas, à éviter de devenir comme le père ou le grand-père.

7. La souffrance peut, lorsqu'elle est mal interprétée, rétablir l'absence de culpabilité (l'innocence). De peur de reconnaître sa culpabilité, on fuit dans le rôle de la victime et on redevient apparemment innocent. Comme exemple, je voudrais parler ici du rôle de beaucoup de personnes pendant le IIIème Reich, qui après la guerre ont échangé leur rôle de bourreau pour celui de victime et « n'étaient pas présents ». Ici, le rôle de victime apparaît presque comme un phénomène de masse et a été longtemps méconnu par la société. Cette non-reconnaissance de sa propre faute de bourreau, provoque une souffrance récurrente dans les générations suivantes.

8. En compensation de la faute non reconnue du bourreau dans les générations précédentes, les membres de la famille des générations suivantes

se sentent coupables, sans raison. Ces intrications provoquent une persistance dans le rôle de victime. Par loyauté envers les victimes des bourreaux, ils se sentent des traîtres lorsqu'ils abandonnent ce rôle. Ce n'est que lorsque l'amour envers le bourreau peut trouver une place que l'acte en lui-même peut être rendu au bourreau et que cette propension à se sacrifier peut être résolue. Quant aux descendants des victimes, eux aussi restent dans le rôle de victime par loyauté envers leurs prédécesseurs. Les symptômes de ces personnes en souffrance sont similaires, à savoir des formes sévères de maladie et de dépression.

Dans chacune des descriptions de ces explications la personne qui souffre doit se poser cette question : « qu'est-ce qui vient après la souffrance ? La fin de la souffrance est liée à une conséquence, qui vaut d'être vue. Deux exemples pour illustrer cela :

La situation « je souffre parce que mon job est ennuyeux et sous-payé », peut disparaître en changeant de travail. Si ce changement de travail est lié à un déménagement que je refuse d'envisager, il est plus facile de continuer à souffrir que de me mettre à préparer le déménagement.

Dans le cas d'un pré-pensionné pour dépression, la fin de la souffrance signifie la reprise de l'activité professionnelle et donc par conséquent,

l'abandon de la pension. Du point de vue matériel, la personne concernée régresse, et il lui sera peut-être plus facile de continuer à souffrir. Souffrir est plus facile que résoudre (Bert Hellinger)

La liste des formes de sacrifice que les gens utilisent est sans fin. Pour moi, en font partie les « Médecins sans Frontières », toutes les organisations humanitaires, les associations caritatives etc. , pour n'en nommer que quelques-uns. Le but de ces travailleurs, souvent bénévoles ou en tout cas mal payés, est de « faire quelque chose de bien ».

Qu'est-ce qui pousse une jeune femme à se proposer comme infirmière en Angola, en plein champ de mines, qu'est-ce qui pousse une prof de 39 ans, à aller éduquer des analphabètes en Afrique ? Les deux renoncent peut-être à une sécurité personnelle, l'argent, la famille, un couple, pour aider des gens dans le besoin. Le sacrifice va servir à quelque chose. Peut-être à compenser quelque chose dans leur propre système ou peut-être dans un système de société plus grand. Et la part de l'aide apportée par ce « service » au système peut être révélée dans une constellation.

Le sens de la maladie

Je suis persuadée, qu'il y a un sens pour chaque symptôme, chaque maladie. Cependant, ce sens n'est pas général, mais toujours subjectif et existe indépendamment de la situation du patient et de ses relations dans le système. On ne peut pas dire : « les maux de tête signifient : tu te casses la tête sur quelque chose » ». Au contraire, les maux de tête peuvent prendre de nombreuses significations différentes, dépendant chacune par exemple des circonstances dans lesquelles ils surgissent, quels effets en résultent pour la personne et son entourage. Le sens d'une maladie ne peut pas être généralisé parce qu'il diffère d'un individu à l'autre. Je voudrais encore aller un pas plus loin, en affirmant que le patient peut trouver un sens à sa maladie. Cette prise de sens peut être mise à jour grâce à la constellation familiale.

Il existe des règles de base en ce qui concerne ce sens, mais pas de schéma, qui expliquent comment on peut transformer le sens d'un symptôme en puissance de guérison. Souvent la recherche d'un sens à une maladie est mal comprise, conformément à notre principe moderne de performance : « alors que tu es déjà malade, tu dois apprendre quelque chose ».

Une telle obligation schématique de trouver un sens peut peut-être renforcer le sentiment de culpabilité, sans rien apporter d'autre. Le sens,

que j'ai vu et vécu lors d'une constellation familiale, va bien au-delà. Il est l'expression des intrications qui naissent de l'amour, et donc totalement différent du « devoir apprendre », pour guérir .

La maladie et la mort

Il est essentiel de différencier une maladie potentiellement mortelle, comme le cancer, d'une maladie qui « ne fasse que » occasionner la souffrance, comme par exemple une neurodermite. Cette différence réside dans la prise de conscience de notre mortalité. Les maladies potentiellement mortelles sont toujours plus sérieuses, parce qu'elles nous rapprochent de la mort. En règle générale, on peut dire que plus la maladie est grave, plus l'intrication est profonde et plus la loyauté au système est importante. Les possibilités thérapeutiques sont limitées dans ce cas et j'ai dû apprendre à respecter l'irrévocable ; en tant que médecin et thérapeute, cela m'est toujours difficile.

Dans le cas d'une maladie lourde, voire, mortelle, le fait d'accepter « ce qui est », peut vraiment soulager. Si la guérison n'est pas possible, il n'en reste pas moins qu'un changement décisif d'attitude du patient peut apporter des modifications. Sitôt que le patient reconnaît que sa maladie le mène à la mort, il vit de manière plus intensive, plus claire, plus riche, autant qu'il peut encore le faire.

L'accompagnement de patients mortellement malades m'a rendue consciente que nous devons tous mourir, que nous souffrions d'une maladie ou

non. J'ai appris de ces malades, que le regard sur la mort intensifie la vie.

La qualité de la vie change si on en accepte la fin, et il en va de même pour la qualité de l'adieu et de la mort.

Voici un exemple :

Dans une constellation avec une cliente très malade du cœur, la vie et la mort sont constellées. La vie n'a pu regarder la cliente avec bienveillance, que lorsque la mort a été reconnue. (Description complète page 113)

La signification de la mort

Après la naissance, la mort est la chose la plus importante dans la vie. Bert Hellinger cite : « Le lien (l'attache) est à la liberté ce que la restriction est à l'abondance ». Lorsque je regarde la mort comme une frontière à la vie, ce que nous croyons d'ailleurs, alors la conscience de cette fin implique que nous jouissions de l'abondance de la vie et que nous puissions vivre. J'ai souvent entendu les gens dire : « lorsque j'aurai 60 ans, je ferai ceci, ou lorsque je serai pensionné je ferai cela ». Beaucoup de gens repoussent ainsi leur vie, au lieu de la vivre au jour le jour. En général, arrivé à la pension, il n'est pas possible de switcher l'interrupteur. On se retrouve à ce moment toujours aussi incapable de profiter de la vie qu'avant. De plus, la mort vient souvent contrarier ces plans du fait que le goût de vivre semble disparaître avec la fin de la période active. Reconnaître la fin permet non seulement d'abandonner les tristesses du passé et du non-vécu, mais aussi de profiter à fond de la vie à chaque moment.

La mort est un thème effrayant, un tabou. En constellation familiale, on fraie avec la mort de manière naturelle, on la fait jouer dans la scène, parce qu'elle fait partie de manière inséparable de notre vie. On se la représente bienveillante, pacifique. Dans la chanson de Schubert : La mort et la jeune fille, la mort dit à la jeune fille : sois

courageuse, je ne suis pas sauvage, tu t'endormirais paisiblement dans mes bras.

Lors de mes premières constellations familiales j'avais peur de consteller la mort. Après avoir moi-même travaillé sur mon état de mortelle, j'ai pu travailler ce thème et cet aspect. Maintenant, consteller la mort fonctionne comme un élément de solution. La mort se montre toujours sans émotion et bienveillante.

Pour illustrer ceci, voici l'exemple de deux hommes, tous deux au stade terminal d'un cancer.

« L'un, 45 ans, père de cinq enfants, l'autre, 32 ans seulement et père d'un jeune enfant. Dans la constellation, il est devenu évident que la mort est là et qu'ils vont mourir. Les deux hommes le savaient déjà. La nouveauté pour eux, c'était de d'expérimenter la bienveillance et la joie de la mort. Les deux épouses ont raconté plus tard que leur mari s'était éteint paisiblement à la maison, sans tourment et sans acharnement thérapeutique. »

La perte d'un enfant est particulièrement tragique dans un système familial. Ici aussi, la constellation familiale aide à la réconciliation avec le destin. Après que les parents en deuil aient pu expérimenter que la mort était inéluctable à ce moment, et qu'elle amenait vers une nouvelle dimension, ils ont pu faire leurs adieux à leurs enfants, correctement et en paix. La notion de séparation correcte est pratiquement impossible à expliquer, alors, je vais essayer de l'illustrer avec cet exemple :

Une femme a perdu son fils unique de 15 ans dans un accident. Il a été écrasé par un bus et tué sur le coup. La mère était folle de rage sur le conducteur du bus. Dans la constellation, j'ai placé la mort de l'enfant derrière le chauffeur. Ainsi, la mère a pu voir que la mort de l'enfant prenait une autre dimension et que le conducteur du bus

amenait vers cette dimension que nous ne comprenons ni ne pouvons accepter. Cette considération a rasséréiné la mère, sa haine du conducteur a disparu et elle est redevenue paisible.»

Avant d'entamer la constellation, je me suis trouvée en conflit avec ma tâche de thérapeute. Était-il juste de confronter cette mère éplorée avec cet événement terrible, ou allais-je dépasser ainsi les frontières du supportable pour elle ? Le résultat de la constellation a montré que c'est précisément l'exigence de l'irrévocable qui pouvait ramener la paix.

La signification de la santé

Dans un groupe de perfectionnement pour médecins, nous avons fait l'expérience étonnante que nous avons tous des difficultés avec le concept de santé, alors que par notre métier même, nous cherchons à la promouvoir. Comment pouvons-nous réussir à encourager quelque chose que nous ne connaissons pas ? Une discussion intensive a été menée sur la question « qu'est-ce que la santé ? » Nous étions tous d'accord pour dire que la santé est avant tout un état de bien-être subjectif, c'est à dire que le patient peut aussi se sentir bien en présence de la maladie et des symptômes. La santé et la maladie ne sont donc pas forcément en opposition dans l'expérience

subjective, et ne créent pas, comme on le pense souvent, une polarité.

Ma définition de la santé est : je suis en bonne santé, lorsque je vis mes capacités et mon potentiel de sorte à me sentir en accord dans mes relations et avec moi-même. La santé organique, peut, en gros, être secondaire. En voici l'illustration :

« J'étais assistante à la clinique universitaire de Munich. Une patiente venait une fois par mois me voir pour une saignée, elle avait une malformation congénitale du cœur et avait été opérée deux fois. On pouvait encore l'opérer une fois et elle savait qu'il ne lui restait que peu de temps à vivre. Elle savait aussi qu'elle ne pouvait avoir d'enfants sous peine de mourir. Ses forces étaient très limitées, par exemple dans un escalier, il lui fallait s'arrêter après deux marches pour reprendre sa respiration. Lors d'une conférence, elle fut présentée aux étudiants. Mon chef de l'époque demanda ensuite aux étudiants, ce qu'ils avaient pensé de la patiente. Les étudiants ont décrit les symptômes organiques. Alors, il a demandé à la patiente quel était son style de vie, et elle a répondu qu'elle était mariée, heureuse, qu'elle ne pouvait avoir d'enfants mais qu'il y avait beaucoup d'enfants dans son cercle d'amis. Elle semblait très heureuse et très équilibrée. Après la présentation, elle put rentrer chez elle. Le professeur a alors reposé la question aux étudiants : et maintenant, je voudrais savoir ce que vous avez remarqué d'essentiel chez cette patiente ? Les étudiants ne pouvaient pas vraiment

l'expliquer. Le professeur donna lui-même la réponse : « Je vais vous le dire : cette femme est en accord avec les limites de sa vie, et elle l'a remplie, d'une manière bien meilleure que beaucoup d'autres, qui sont physiquement en parfaite santé. »

Voilà une vision qui ne semble pas vraiment être de notre époque, où la santé est souvent confondue avec fitness et vitalité. Cette conception de la santé implique le rêve de la jeunesse et de la puissance éternelle, et nie le caractère temporaire de la vie. En effet, notre vie est un développement de la naissance jusqu'à la mort, avec lequel il vaut la peine d'être en accord. Bert Hellinger formule parfaitement ce que nous faisons généralement : « pendant que nous fuyons la mort, nous courons dans ses bras ».

Le cœur

Le facteur de mortalité le plus important en Allemagne est toujours l'infarctus. Chaque année, en dépit des **explications**, 300000 personnes meurent de maladies cardiaque et coronaires. Ce chiffre est resté constant durant les 20 dernières années, malgré les explications détaillées données lors de conférences ou par les associations. On se demande pourquoi ? Une explication possible serait le manque de cœur toujours plus important de notre société. J'ai observé comment les sentiments comme l'amour et la tristesse sont galvaudés et perdent en profondeur.

Paradoxalement les gens recherchent un amour plus nourricier, mais lui donnent une place toujours plus restreinte dans la vie réelle. La nostalgie de l'amour est très efficacement commercialisée et elle est compensée par l'avidité du « toujours plus » et de la consommation.

Des études américaines sur la structure de la personnalité de patients ayant souffert d'infarctus, ont montré comme caractéristique principale, « Hostility ». Traduit, ce concept désigne une agressivité de longue durée, latente et importante. Ce résultat concorde avec mes expériences. Il semble plus facile à ces patients de se mettre en colère plutôt que de se laisser aller aux autres sentiments comme la tristesse et la joie. D'où vient cette « Hostility » ? D'après moi, elle sert de protection à une douleur profondément enfouie. La plupart de mes patients préféreraient mourir, en dernière instance, plutôt que de faire face à leur douleur.

L'exemple suivant illustre comment l'expérience de la douleur peut guérir de la mort précoce d'une mère.

« En 1991, un homme de 52 ans atteint d'une grave maladie coronarienne, vint me voir. Des trois artères coronaires, deux étaient bouchées. Il ne vivait que grâce à une seule artère. L'opération recommandée était rejetée par le patient. Mes collègues médecins lui diagnostiquaient une espérance de vie de un à deux ans tout au plus. Le

patient travaillait comme franchisé et était marié. Sa femme avait eu six fausses couches, à la suite desquelles le couple avait adopté deux enfants. Lors de son infarctus, son épouse apprend que son mari entretient une relation avec sa maîtresse, depuis dix-huit ans. Cette découverte mène à une crise ouverte. L'époux décide de suivre une thérapie. Bien entendu, il avait rationalisé sa double relation. Une des partenaires faisait plutôt office de ménagère, l'autre était l'amante. Cette rationalisation l'a empêché longtemps d'appréhender sa nostalgie de l'amour.

Déroulement de thérapie

*Lorsque je me rappelle cet homme, je me souviens que le début de la thérapie avait été des plus impressionnants pour moi. Avant même d'avoir pris place, le client m'a dit, en me serrant la main pour me saluer : « maintenant je peux bien le dire, ma mère était juive et est morte en 1936 à l'âge de 28 ans. J'avais deux ans et demi ». Le client est resté le seul enfant du père, bien que celui-ci se soit remarié trois fois ensuite. Dans les deux années qui ont suivi, le client est venu régulièrement en thérapie particulière. Pour moi, il était véritablement important à ce moment de la thérapie, de conserver ma relation (mère d'emprunt) avec lui. Alors le client a réussi lentement à sentir sa nostalgie profonde de **proximité** (lien ?). Sa double relation lui permettait de ne pas devoir être vraiment proche, et ainsi de*

ne pas risquer de perte. Lorsque cette nostalgie est devenue claire pour lui, il a pu reconnaître que sa relation avec deux femmes, l'empêchait de vivre l'amour profond pour une seule.

Pour moi, l'origine de ce symptôme se trouve dans la perte précoce de la mère. En tant que thérapeute, je dirais qu'« il est resté loyal à sa mère ». Dans toutes les circonstances, il a essayé d'éviter une nouvelle douleur de perte. L'amour le plus profond d'un enfant, à savoir celui qu'il a pour sa mère, a été brutalement interrompu par la mort de celle-ci.

En parallèle à sa thérapie, le client a pris part à régulièrement à des réunions de patients souffrant du cœur, qui encourageaient à la perception de soi. Après six ans, il était enfin prêt pour une constellation familiale. Voilà le temps qu'il aura fallu pour qu'il puisse surmonter sa peur de la douleur de la perte.

On constelle sa mère et lui. Ils se font face. La représentante de la mère a spontanément ouvert les bras et a regardé le client avec bienveillance. Pour moi il était clair qu'il était déchiré entre sa peur de la douleur de perte et son besoin d'amour. Ce combat intérieur a duré plusieurs minutes. Ensuite il s'est jeté dans les bras de sa mère et il a pleuré. Elle le tenait fermement dans ses bras et rayonnait ainsi. Cet amour si tôt interrompu pour

sa mère, pouvait reprendre. Et c'est ainsi que la thérapie, commencée six ans plus tôt, s'est terminée.

La constellation date d'il y a environ 10 ans. Le patient vit et profite de sa vie. Il est en surpoids, et ne fait aucunement attention à son cholestérol. Mon hypothèse ici, est que le patient, en reconnaissant et en revivant cette énorme douleur a pu absorber la perte dans l'amour qu'il avait pour elle. L'amour entre les enfants et les parents est un lien émotionnel qui perdure au-delà d'une séparation (dans l'espace), et même au-delà de la mort. Ce lien profond garde un effet pendant toute la vie et influence notre capacité d'aimer d'autres personnes et conséquemment, toutes les relations futures et les couples.

Par la souffrance dans la constellation, et la reprise de l'amour à sa mère, le client a gardé la santé. L'interruption de son amour primal pour sa mère l'a presque tué, puisque grâce à la mort de son cœur, il aurait pu à nouveau se rapprocher d'elle.

Cette nostalgie de la proximité, il peut maintenant la vivre avec son épouse. Maintenant seulement, il est en état de mettre fin doucement et gentiment à sa relation extérieure. Il aurait été absurde de le décider à couper cette relation avec l'autre femme sans l'aider à comprendre les raisons de son comportement.

Le cœur n'est pas seulement, comme vous pouvez le constater, un symbole de l'amour, mais il est aussi physiquement relié à l'amour. Si l'amour a été interrompu, ou pour le dire avec les mots de Bert Hellinger, si le mouvement a été interrompu, le patient doit le renouer pour pouvoir vraiment guérir. En tant que cardiologue, j'aimerais que ces relations soient plus reconnues et prises en considération. La médecine moderne offre un traitement mécanique parfait des maladies du cœur, ce qui évidemment encourage les patients à se dire « c'est juste mon cœur qui est malade, à part ça, je suis en bonne santé ». Mais pour moi, la véritable guérison ne peut survenir que lorsqu'à l'aide de la thérapie, les intrications qui ont mené à la maladie ont été dénouées.

Les relations (liens)

Depuis toujours, la relation et a été et reste un thème important. Les sciences naturelles reconnaissent de plus en plus la façon dont tout est en lien : dans la nature, les gens et aussi mutuellement. Ainsi, nous ne pouvons exister que si tous nos organes fonctionnent de concert. Pour le bien des gens, chaque organe doit exécuter ses tâches selon sa fonction et à sa place. Il en va de même dans une famille. Ici aussi, les relations et les places de chaque membre de la famille ont une signification frappante pour le mieux être de tout le système familial.

Un cœur malade est en relation avec tout le corps et influence les fonctions des autres organes, comme les reins, le poumon et le cerveau. De la même manière, la maladie d'une personne influence toutes les relations dans les systèmes sociaux tels que cercles familiaux, amicaux, professionnels. A l'école de médecine j'ai toujours pu constater que ces liens sont ignorés. Ainsi, lors de l'amamnèse, l'école de médecine considère en priorité le symptôme, et au mieux, le patient comme un individu. Les relations du patient à son partenaire ou ses enfants, ses amis ou ses collègues sont à peine pris en compte à côté de la maladie ou du symptôme. Un point également plus important est « le bénéfice de la maladie ». Si le patient reçoit plus d'amour à cause de sa maladie, amour dont sinon il devrait se passer, il sera extrêmement difficile pour le médecin d'influencer le cours de la maladie. C'est souvent un facteur décisif dans le déroulement chronique d'une maladie. Dans son système de relations, le patient ne trouve pas d'autre moyen que la maladie pour communiquer. De surcroît, ce bénéfice de la maladie est souvent inconscient.

Une femme de 70 ans souffrant du cœur vient nous voir à la clinique. Elle se sentait nettement moins résistante que ce que les résultats objectifs de son examen auraient pu laisser entrevoir. Confrontée à cette question, elle nous dit : si je ne suis plus aussi faible, plus aucun de mes enfants ne

viendra me voir. A partir de là, nous avons invité tous les enfants adultes à venir à la clinique et nous avons encouragé la patiente à leur exprimer ce qu'elle souhaitait. Le plus surprenant, même pour les médecins concernés, fut la réaction des enfants. Ils étaient heureux, d'entendre enfin clairement de leur mère, ce qu'elle attendait d'eux. Suite à cela, les temps de visite, les tâches, les reponsabilités ont été clairement structurés : qui vient quand, qui s'occupe de quoi, et dès lors, l'état de la patiente s'améliora immédiatement.

Avec les mêmes médicaments, elle pouvait se permettre beaucoup plus de choses, comme monter trois marches, ce qui était exclu pour elle avant cela. Mon explication à ce changement est celle-ci : La patiente a appris qu'elle peut recevoir tout ce dont elle a besoin de ses enfants, pour autant qu'elle l'exprime clairement. La démonstration de faiblesse immodérée n'était plus nécessaire. D'un autre côté, les enfants se sont sentis heureux et débarrassés de culpabilité puisqu'ils ont volontiers offert quelque chose à leur mère. Leur difficulté à le faire était, avant cela, à la mesure de la souffrance de leur mère. Au moment où la mère accepte avec reconnaissance l'aide de ses enfants, ceux-ci peuvent la soutenir, et ainsi tous les membres de la famille se sentent bien.

Les maladies qui touchent aux intrications dans les systèmes familiaux sont plus difficiles à repérer pour le médecin. Leurs origines peuvent

remonter à plusieurs générations, elle sont inconscientes et conditionnées par l'amour à la famille ou à l'amour pour un de ses membres.

Une anamnèse familiale peut donner des pistes sur les intrications. Pour les rendre conscientes aux patients, et pour qu'ils l'intègrent dans un processus de guérison, il a fallu une psychothérapie efficace. Pour dénouer ces intrications, la « constellation familiale est, à mon avis, la méthode la plus efficace.

Les relations de couple

Partant des relations dans le système, je voudrais maintenant me concentrer sur le concept de relation au sein du couple, entre personnes. A notre époque, les débuts d'une relation commencent en règle générale par l'amour, c'est à dire, par « être amoureux ». Aucun autre sujet n'a suscité autant de paroles, de rêves, de phantasmes, que l'amour dans un couple. Bien que le mot « amour » soit constamment utilisé dans notre vie de tous les jours, les différences dans l'acception du terme persistent, inconscientes la plupart du temps. C'est pour cela qu'il faut définir ce que j'entends par « amour ». Et ici, la différence entre aimer et tomber amoureux est primordiale.

Le fait de tomber amoureux survient soudainement, nous le ressentons comme une réaction spontanée vis à vis de quelqu'un, et il

s'accompagne de signes physiologiques et hormonaux, que nous trouvons très excitants.

L'intensité du sentiment amoureux entre partenaires a beaucoup de points communs avec l'amour illimité d'un enfant pour sa mère. Dans un certain sens, un enfant est aussi aveugle vis à vis de sa mère qu'un amoureux par rapport à son partenaire. La dépendance dans la situation de sentiment amoureux montre une similitude du même type avec la relation mère-enfant. L'enfant dépend de manière existentielle de sa mère pour satisfaire ses besoins. Si personne ne s'occupe de lui, il mourra. Inconsciemment, cette nostalgie de sécurité, d'assurance et de soin se rejoue dans la relation de couple. C'est pour cette raison que certaines personnes vivent une séparation dans le couple comme une menace existentielle : si tu me quittes, je meurs.

Le sentiment amoureux est aveugle – l'amour voit... dit une phrase de Bert Hellinger, qui éclaire la différence en peu de mots. L'amour éveillé reconnaît le partenaire pour ce qu'il est, et l'aime dans sa particularité. L'amour fait place à la nature et au destin du partenaire, et en même temps, l'être aimé est renforcé. Je demande toujours à mes clients : l'amour te renforce-t-il ou t'affaiblit-il ? Si la question est prise au sérieux et comprise, les réponses viennent spontanément et elle rend conscient la nature de cet amour.

« Une cliente de 28 ans est mariée et a deux enfants. Elle tombe éperdument amoureuse, déménage chez son amant, et divorce dans les six semaines. Convaincue, elle me raconte qu'elle est heureuse comme jamais. Comme ses enfants ne vont pas bien, elle vient en thérapie de couple. Dès la première séance je lui demande : l'amour t'affaiblit ou te renforce ? La réponse fuse, immédiate : « il m'affaiblit ». Dans le groupe elle a aussi raconté comment son époux avait réagi à la séparation. Il a défendu l'attitude, que se ce nouvel amour était ce dont elle avait besoin, elle devait s'y soumettre, et il ne s'y opposerait pas. Il dit encore que la porte resterait ouverte pour elle. Après un an, la cliente décide de se séparer de son amant, et de redonner une chance à son ancienne relation. Cette décision a d'abord été prise dans son âme, c'est à dire qu'elle n'est pas retournée directement vers son ex-mari, mais qu'elle a décidé d'abord de vivre seule. Elle avait appris à différencier l'amour du sentiment amoureux.

L'amour nourrit les forces des autres, est un fondamental de mon travail, où cette force est surtout la force de l'âme. Les couples que existent surtout pour la satisfaction des besoins, par exemple, aide financière, éviter la solitude, exploitation de dépendances, affaiblissent en général le partenaire. Faut-il compter les fois où « je t'aime » signifie « je veux recevoir plus de toi » - à savoir, plus d'attention, plus de soutien, plus de

compréhension etc. Ces souhaits existent et doivent naturellement être satisfaits par les deux partenaires dans un couple heureux. Mais ici aussi, l'équilibre existe entre recevoir et donner.

Le couple élargit la fonction de la relation à deux, à l'enfant. Pour parler comme Bert Hellinger, le couple a en priorité, la fonction de transmettre la vie. Dans ce sens, on peut interpréter l'amour dans le couple, comme un regard sur le futur commun. Antoine de Saint Exupéry l'a formulé ainsi : « l'amour ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction ».

En même temps, lorsque deux personnes se mettent en couple, il en résulte un élargissement des relations, basé sur le système original de chacun des partenaires. Ainsi, les valeurs, les traditions mais aussi les poids des deux systèmes familiaux se fondent dans le couple. Si ces influences restent inconscientes, elles peuvent perturber le fonctionnement du couple et provoquer la séparations. C'est pourquoi lorsqu'une couple est en difficulté, il est si important de regarder le système d'origine de chacun. Lorsqu'on le fait avec les constellations familiales, beaucoup de crises de couple peuvent être résolues. La condition préalable, c'est le respect mutuel et le respect des origines de chacun. Voici un exemple.

Pendant un séminaire, une cliente raconte que sa fille de neuf ans a une tumeur au cerveau, et

qu'elle voudrait essayer les constellations familiales, pour voir si sa fille porte quelque chose à sa place ou à celle de son mari. Dans la constellation, il apparaît clairement que la malade de la fille a quelque chose à voir avec le père. La cliente était très déçue de cela, car elle avait l'impression de ne rien pouvoir faire pour sa fille. Je lui ai recommandé de parler de la constellation à son mari.

A la suite de cela, il a participé aux constellations familiales. Quant à sa motivation, il nous a expliqué que son épouse lui avait raconté que la maladie de sa fille avait quelque chose à voir avec lui et son système d'origine. Pendant la constellation, je lui ai demandé ce qui s'était passé avec sa mère ? Il a raconté qu'elle s'était suicidée lorsqu'il avait quatorze ans. Il est devenu clair, que sa fille voulait rejoindre sa mère à lui à sa place. Alors il a pu laisser libre cours à la douleur de la mort de sa mère et respecter sa mort. Grâce à cela, sa fille était libre.

Ce qui m'a vraiment touchée, ici, c'est le sérieux des deux parents. Surtout l'ouverture sans limite du père à toute méthode qui pourrait ramener le bien-être à sa fille. Sa femme lui avait parlé de ses expériences, et il était en état de l'entendre et de l'accepter. C'est cela qui a conduit à la solution. Je ne pourrai jamais assez souligner l'importance de respecter son partenaire, son expérience, ses idées et ses sentiments.

Liens dans les systèmes sociaux

Le système et les relations sont interdépendants. Chaque système est fait de relations et est défini par ses frontières. A l'intérieur de ces frontières, des règles précises sont d'application, dont le respect garantit l'appartenance au groupe. Chacun rentre en relation dans de nouveaux systèmes qui à leur tour sont définis par de nouvelles frontières et de nouvelles règles. Chaque personne vit dans différents systèmes sociaux, dans lesquels prédominent des règles différentes. Si ces règles sont outrepassées, cela peut conduire à l'exclusion du groupe social.

Famille et profession sont par exemple des systèmes sociaux auxquels une personne peut appartenir simultanément. Ces systèmes sociaux sont distincts l'un de l'autre, que ce soit au niveau de l'espace, de l'organisation ou du contenu. Ensemble, ils amènent leurs membres à exercer des relations d'échange entre eux. Sur le site professionnel, certaines règles prévalent, par exemple la capacité d'autorité, l'exercice du pouvoir, là où au contraire, la famille préconise un père aimant et attentif. Pour ses collaborateurs, il serait très étrange de voir leur chef dans son rôle familial, alors que ses enfants n'aimeraient pas du tout être confrontés avec son rôle d'autorité potentielle. Si les règles se mélangent, il y a un problème.

Un autre exemple de codes inhérents aux systèmes ? Mes expériences comme médecin et psychothérapeute dans une clinique cardiologique. Les règles au sein du groupe de médecins sont différentes de celles du groupe de psychothérapeutes. Pour que je puisse être reconnue comme médecin-chef au sein du groupe des autres médecins-chefs, je devais respecter leurs règles et me comporter en fonction, ce qui incluait d'effectuer les visites en blouse blanche.

Pendant la visite, je n'ai pas porté de blouse blanche, mais des vêtements « normaux », que je porte dans le contexte de la psychothérapie. Mon but était de briser la relation traditionnelle Médecin-Patient, pour libérer les patients de leur angoisse, et pour encourager un dialogue ouvert avec eux.

Par cette attitude, je me suis inscrite en faux des règles du groupe de médecins, et du point de vue de mes collègues, je me suis conduite déloyalement. Par la suite, ils m'ont traitée comme une traîtresse. A cause de cela, j'ai été exclue par certains, et personne n'a suivi mon comportement. La logique systémique et les conséquences résultant de mon attitude ne me sont consciemment apparues que bien plus tard.

Le système, dont il est question dans ce livre, est au sens large, le système familial, ou « le clan ». Les frontières de ce système sont définies par le phénomène du lien. Cela inclut les parents, leurs frères et sœurs et tous leurs enfants, les grands-parents, leurs frères et sœurs et leurs

enfants, tous les partenaires précédents et leurs enfants. Les relations n'existent pas seulement dans la consanguinité, mais aussi entre époux et par conséquent, tous les membres de la famille, comme les enfants adoptés, les filleul(e)s, les couples non-mariés et leurs enfants, et au sens large, toutes les personnes introduites dans le système familial.

Les systèmes familiaux interagissent également entre eux. Par le mariage, deux systèmes familiaux, en l'occurrence, celui de l'époux et celui de l'épouse, entrent en relation, ce qui a un impact sur les deux systèmes. Ensemble, tous ceux qui ont été exclus, reniés et cachés restent dans le système familial. Ils ont une influence néfaste sur le phénomène de lien par la reprise dans le système, de sentiments comme la culpabilité, ou des destins lourds. La constellation familiale met à jour ces effets et offre des solutions.

Hypothèses essentielles de base pour les constellations.

Lien

L'essentiel à savoir du lien, c'est qu'il existe, que nous le voulions ou non. Dès la procréation, le lien naît entre les parents et l'enfant. Si nous nous éloignons des parents, et même si le contact avec eux est coupé, la relation perdure et garde un

impact sur notre vie. Cet impact, nous ne pouvons l'influencer de manière consciente.

Le lien existe entre tous les membres d'un clan, mais le lien parents-enfants est le plus fort. Il est une force, qui est plus puissante que la peur de la mort. Cela peut mener les enfants à mourir par amour pour leurs parents (exemple : Anna p.144). Ce lien d'amour explique aussi la fidélité des enfants maltraités envers leurs parents. Ils n'abandonnent jamais la loyauté à leurs parents. S'ils y sont forcés, par exemple lors d'une action en justice, ou au cours d'une enquête, ils s'effondrent (se rompent). En effet, le lien au système est plus fort que la peur de la mort, comme dit Bert Hellinger.

L'ordre

Il semble aisé d'expliquer la notion d'ordre. Ordre signifie : le premier vient à la première place, le second à la deuxième place et le troisième à la troisième place.

Aujourd'hui, cet ordre a une importance particulière, puisque beaucoup d'hommes et de femmes changent plusieurs fois de partenaires. Le deuxième couple, ou les suivants, ne peuvent réussir que si le premier est reconnu et honoré en tant que premier couple. Dans une fratrie, l'ordre signifie que l'aîné est le premier dans la hiérarchie : « l'aîné reprend la ferme ». Les droits et devoirs traditionnels étaient liés à cet ordre. Il a prévalu pendant des siècles et était accepté par tous. Si la hiérarchie de la fratrie est touchée, par exemple au travers d'un héritage injuste, le bénéficiaire sera souvent malheureux.

La réalité de l'ordre implique aussi que les parents ne puissent jamais traiter leurs enfants de manière égale, puisqu'ils sont nés dans des situations différentes. Le moment et la hiérarchie de leur naissance déterminent leur place dans la famille. Dans les structures familiales modernes, l'arrivée de beaux-frères ou belles-sœurs peut changer l'ordre hiérarchique des enfants. L'aîné d'origine se retrouve tout à coup avec une belle-sœur plus âgée que lui et se retrouve donc littéralement « dégradé ». L'important, c'est que

ce fils reste l'aîné aux yeux de sa mère, même si au travers de la belle-sœur, une sœur aînée surgit dans sa vie. Souvent, les difficultés de comportement chez les enfants disparaissent lorsque la hiérarchie dans la famille est mise au clair. Cette prise de conscience de la hiérarchie peut être exprimée dans différentes situations de la vie quotidienne, par exemple les places à table.

Si cela n'est pas fait, le comportement oscille entre deux systèmes : ici, le dernier système, le système actuel a priorité sur le précédent. De même, la famille actuelle a priorité sur la famille d'origine. Lors d'un conflit, par exemple, la belle-fille épuisée, le partenaire a priorité sur les parents. Dans cet exemple, si le mari n'écoute pas son épouse, mais va vers sa mère, la priorité du nouveau système par rapport à l'ancien est perturbée, et le couple est sérieusement en danger. Biologiquement, ces règles s'expliquent du fait que le fils est un adulte et qu'il ne peut perpétuer la lignée qu'avec sa femme.

Lorsqu'il y a eu plusieurs couples avec enfants, le système le plus jeune a priorité sur l'ancien. Si un homme marié a une relation avec une autre femme et en a un enfant, alors cette nouvelle famille, même extérieure, a priorité sur le système existant. Cela peut sembler contradictoire que le partenaire précédent et les enfants doivent être honorés comme précédents et garder la place de précédents dans la hiérarchie. A l'encontre de la tendance actuelle, qui noircit l'ancien partenaire, pour apaiser sa propre conscience, la solution est

d'honorer ce partenaire : « je te remercie pour ce que tu m'as donné. Alors, la nouvelle relation peut réussir, systématiquement parlant.

La relation entre les enfants des couples précédents et ceux du couple actuel est particulièrement sensible. Les enfants des relations précédentes ont priorité sur le nouveau partenaire. D'après mon expérience, les conflits entre les enfants et le nouveau partenaire peuvent être évités, si les parents biologiques transmettent à leurs enfants, la certitude que leur place dans la hiérarchie est respectée.

La décision d'une nouvelle relation doit être respectée par les enfants. Ils n'ont pas le droit de la saboter. Ils le feront d'autant moins que la mère ou le père seront clairs par rapport à ce/cette nouveau(elle) partenaire.

Les règles de Bert Hellinger sont très utiles dans les systèmes familiaux. Les respecter encourage le bien être et le respect de toutes les parties du système. Si l'ordre est bousculé, jalousie, souffrance et querelles surviennent. Pour moi, il est clair que ces règles rigides provoquent l'opposition. D'après mon expérience, elles sont salutaires, apaisantes lorsqu'elles sont respectées. Mais souvent, les gens n'y arrivent qu'avec une aide thérapeutique.

Equilibre

L'équilibre entre donner et recevoir est essentiel. Ici la hiérarchie est importante. D'abord

vient le recevoir, et ce n'est que lorsque j'ai pris que je peux aussi donner. Cela vaut surtout pour la vie que l'on accepte des parents dans les circonstances données. Cet équilibre fonctionne dans toutes les relations, qu'elles soient familiales, amicales ou professionnelles.

L'argent est la monnaie du prendre et du recevoir, tout comme l'attention, le soin et la reconnaissance. Lorsque l'équilibre entre prendre et recevoir n'est pas respecté, cela peut perturber une relation. Ici l'équilibre est à considérer au sens propre. Si quelqu'un donne trop, par exemple, un trop cadeau cher, alors l'autre a l'impression qu'il ne pourra jamais rendre l'équivalent, et ce sentiment perturbe la relation. Celui qui a reçu le cadeau trouve désagréable d'être en dette par rapport à celui qui l'a donné, et il se retire.

Il en va tout autrement entre les parents et les enfants. Les parents donnent toujours plus et les enfants prennent toujours plus. Ici, l'équilibre s'établit à travers les générations. Les enfants prennent de leurs parents et donnent à leurs enfants, et ainsi l'équilibre est à nouveau rétabli dans le système familial.

Poème : le ballon doré.
DER GOLDENE BALL

*Was auch an Liebe mir vom Vater ward,
Ich hab's ihm nicht vergolten, denn ich habe
Als Kind noch nicht gekannt den Wert der Gabe*

Und ward als Mann dem Manne gleich und hart.

*Nun wächst en Sohn mir auf, so heiss geliebt wie keiner, daran en Vaterherz gehangen,
Und ich vergelte, was ich einst empfangen
An dem, der mir's nicht gab noch – wieder gibt.*

*Denn wenn er Mann ist und wie Männer denkt,
wird er, wie ich, die eigenen Wege gehen,
sehnsüchtig werde ich, doch neidlos sehen, wenn er,
was mir gebührt, dem enkel schenkt.*

*Weithin im Saal der zeiten sieht mein Blick
Dem Spiel des Lebens zu, gefasst une heiter,
Den goldenen Ball wirft jeder lächelnd weiter
Und keiner gab den goldenen ball je zurück.
Borries von Münchhausen*

L'équilibre fonctionne encore d'une autre manière très importante dans les systèmes familiaux. Pour la faute qu'un membre de la famille a commise, (par exemple un crime de guerre), les autres membres de la famille doivent souffrir sous une forme ou une autre. Mais lorsqu'un membre de la famille a souffert d'un lourd destin, l'équilibre se rétablit aussi par la souffrance. Ainsi, la souffrance et la culpabilité d'un système familial se transmettent de génération en génération. Tous les membres du clan sont touchés.

Beaucoup de symptômes psychiques et physiques, des maladies graves sont des formes d'équilibre systémique. J'ai des clients en dépression grave, qui avaient essayé sans succès d'autres formes de thérapie. Leurs histoires familiales étaient identiques : un membre de la famille avait souffert d'un lourd destin ou alors était coupable. L'expérience montre, que les descendants de bourreaux ou de victimes, donc les enfants et les petits-enfants, souffrent de symptômes ou de maladies similaires. La culpabilité ou la souffrance « reprise » se montre soit dans les maladies comme le cancer, la sclérose en plaque, les maladies cardiaques, soit dans les maladies psychiques comme les dépressions graves. Voici une illustration :

Dans mon groupe de thérapie, il y avait une femme, qui était très engagée politiquement, comme sa mère et sa grand-mère. Cet engagement social et politique s'étirait au long des trois générations comme un fil rouge. La cliente est arrivée à cause de douleurs dorsales importantes et intraitables. Dans la constellation familiale il est apparu qu'il était arrivé quelque chose de grave dans les générations précédentes. Interrogée, la mère de la cliente a raconté que quatre à cinq générations plus tôt, une femme a fait assassiner son mari par son amant, et a ensuite épousé celui-ci. En compensation pour ce crime, qui avait été commis des années plus tôt, les femmes des générations

suivantes s'engageaient socialement et politiquement. Après que ce secret ait apparue à la cliente, je lui ai proposé, lors d'une autre constellation, de s'incliner devant toutes les femmes qui avaient travaillé à la compensation, et d'honorer ainsi leurs actions. Mon hypothèse est que les douleurs étaient portées par ma cliente en compensation de ce crime d'antan. Hypothèse soutenue par le fait qu'après la constellation, la cliente était libre de tout symptôme.

Un thème central du prendre et donner, est l'acceptation de la vie, comme on l'a reçue des parents. Il n'y a pas d'autre possibilité, puisque les contraintes sont données. L'acceptation est la condition préalable au bonheur : « je prends la vie, comme elle m'a été donnée ». Cette logique apparemment simpliste, est d'après mon expérience, souvent la plus complexe. Honorer père et mère, dans ce cas, ne signifie pas accepter tous leurs actes, mais chérir et être reconnaissant pour ce qu'ils ont pu donner. Si on refuse de prendre, un sentiment de « se sentir mieux » peut naître. « Si tu prends, tu deviens redevable ». Bert Hellinger ne parle pas là d'une dette au sens strict, mais de l'obligation de compenser le prendre. Si on ne prend pas, on n'est pas redevable, nous n'avons pas d'obligation, et donc nous sommes libres en apparence (en surface). Le manque de « prendre » entretient cependant les exigences. « Plus d'argent, plus de compréhension, plus de soutien, une autre enfance, une autre forme

d'amour etc. Ces exigences ne peuvent être comblées par personne, et cela engendre un sentiment de mécontentement et le sentiment d'être trop juste, ce qui crée à nouveau un autre besoin.

Toutes les relations fonctionnent par le « prendre » et le « donner ». Si on refuse l'amour que l'on reçoit, qu'on le compense par une consommation matérielle exacerbée, les relations sont en danger. Nous connaissons tous des éternels insatisfaits. « la consommation devient peu à peu l'axe central de l'existence au contraire de la vie, l'amour et la confiance qui **restent des biens non négociables** (qu'on ne peut acheter). La consommation nourrie par les besoins, est un ersatz du prendre dans les relations et empêche d'être satisfait. « L'avidité, c'est vouloir avoir, sans prendre », dit Bert Hellinger.

Une relation où l'on peut prendre avec reconnaissance et rendre un peu plus par amour, sera favorisée. Elle pourra grandir et engendrer un **Engelskreis**.

Le remerciement est également une forme de compensation. Je ne peux remercier que lorsque j'ai pris. Nous avons tous déjà offert un cadeau, qui a été accepté avec reconnaissance et joie. Comment t'es-tu senti à ce moment ? La compensation a-t-elle fonctionné ? Mais tout le monde a aussi eu l'occasion de vivre l'expérience inverse : un cadeau rendu. Comment se sent-on alors ? Quid de la compensation ?

Remercier avec une attitude reconnaissante est une des formes de compensation la plus importante. En tant que thérapeute, je donne toujours la tâche d'écrire une lettre de remerciement au père, à la mère, aux partenaires précédents, aux amis etc. A un patient qui ne pouvait absolument pas accepter son père, j'ai donné la tâche d'écrire une lettre de remerciement. Je ne l'ai jamais revu. Par hasard, j'ai appris plus tard par son médecin traitant, à qui il avait parlé de ma recommandation, que bien qu'il ait trouvé la demande absurde, il avait écrit cette lettre. L'effet s'était fait sentir rapidement. Depuis, il s'entend mieux avec son père. Ce cas n'a pas eu de conséquences médicales importantes. Je me souviens volontiers de ce patient, et de son histoire qui montre que la compensation fonctionne en tant que principe, même si la personne concernée n'y croit pas du tout.

Compensation du négatif

La compensation existe tant dans le positif que dans le négatif. La compensation dans le négatif exprime ceci : « si tu dois subir quelque chose, ou si l'on t'a fait quelque chose, **XXX** alors, il faut que le responsable de cette souffrance subisse à son tour quelque chose. Si tu pardonnes trop vite, sans avoir le courage de rendre quelque chose de douloureux au responsable de ta souffrance, tu te sentiras supérieur . Cela dérange la relation future.

On n'est quitte que lorsqu'il y a eu compensation. Alors la relation peut reprendre à un nouveau niveau. Pour éviter le cercle vicieux, c'est-à-dire l'escalade des compensations, il est important dans les compensations négatives de rendre toujours un peu moins que ce que l'on a subi. « Lorsque les deux ont souffert de la même manière, alors, ils sont à nouveau égaux ». (Bert Hellinger)

La fonction de la conscience

Conscience et lien

Le besoin d'appartenance est un besoin de base pour chacun. L'appartenance à la famille est essentielle.

La conscience fonctionne comme un instrument de mesure (perception) de l'âme, qui nous fait sentir quelle attitude garantit l'appartenance. La fonction de la conscience systémique, comme l'a observé Bert Hellinger, n'a rien à voir avec la morale au sens commun. Nous avons tous appris : « si tu fais le bien, tu as bonne conscience, si tu fais le mal, tu as mauvaise conscience ». En opposition, il y a la citation plutôt révolutionnaire de Bert Hellinger : « les choses les plus graves peuvent être commises avec bonne conscience ».

La conscience dans un système, a pour fonction d'assurer l'appartenance à notre famille et aux différents groupes auquel nous appartenons au cours de notre vie. Tout est sous-tendu par le

besoin d'appartenance et ce besoin est piloté par la conscience. Cela explique pourquoi la conscience fonctionne différemment dans des groupes différents. S'il s'agit de nos parents, nous avons une autre conscience par exemple, que si nous nous trouvons dans une situation professionnelle. Nous pouvons par exemple soutenir une attitude dans le milieu familial, que nous dénoncerions au travail. Par exemple, nous attendons de la famille, proximité et XXX . Si nous prenons du temps pour une discussion personnelle en famille, nous avons bonne conscience. Le même comportement en milieu professionnel pourrait donner mauvaise conscience.

En fonction du groupe auquel on appartient, les choses les plus graves peuvent être faites avec très bonne conscience. Ainsi, pendant le IIIème Reich, beaucoup de SS ont tué avec bonne conscience.

La conscience est la base de la loyauté dans le clan. Lorsque je demande aux clients en thérapie : « Qu'est-ce que ton grand-père a fait pendant la 2ème guerre mondiale ? », personne n'a jamais rien fait. Les enfants et petits-enfants sont loyaux et suivent la conscience de leur père ou de leur grand-père, qui n'avait pas mauvaise conscience lorsqu'ils ont tué d'autres personnes pendant la guerre.

Si nous essayons de nous libérer des intrications familiales, nous attrapons généralement mauvaise conscience. Rien que la question du rôle du grand-père durant la guerre suscite souvent l'indignation: « comment pouvez-vous demander

une chose pareille » ? et celui qui pose la question se sent mal. Il a quasiment souillé le souvenir du grand-père, et doit se disculper, et cela donne mauvaise conscience. Cela peut mener au point qu'il se sente un traître à son système familial, et soit d'ailleurs traité comme tel. Il ne posera plus jamais de questions sur l'histoire du grand-père durant la guerre, il restera loyal et bien entendu figé (**verharren**) dans l'intrication.

La libération d'une intrication est souvent accompagnée de mauvaise conscience. Il est crucial de le comprendre. Pour les clients en constellation, il est souvent très difficile d'affronter cette mauvaise conscience, et par conséquent, ils peuvent se sentir extrêmement mal après la résolution dans une constellation. Ici il peut être utile de souligner le lien entre mauvaise conscience et résolution de constellation, et l'effet potentiel qui en découle. Comme thérapeute, je suis prête à soutenir le client après la constellation familiale. Le fondement de la loyauté est le lien. Le lien est présent dans tous les systèmes. L'individu seul ne peut survivre, il a besoin du groupe, il a besoin de relations. Dans chaque groupe, il y a des règles, qui définissent le droit à l'appartenance. Si on respecte les règles, on a bonne conscience, si on les bouscule, par exemple en demandant ce qui s'est passé pendant la deuxième guerre mondiale, on a mauvaise conscience.

Le lien à la famille est une donnée, une réalité immuable, alors que le lien aux autres groupes,

comme un groupe de travail, ou une classe peut être temporaire. La conscience fonctionne, tant que je me sens en appartenance avec le groupe, exactement comme dans le système familial. Mais je ne peux jamais me dissocier de mon système familial. Il s'agit ici d'une appartenance à vie. Mais si je me sépare d'un groupe de travail, j'aurai souvent mauvaise conscience par rapport à ce groupe. Si la conscience fonctionne de la même manière dans tous les groupes, le lien familial est tout de même de loin le plus fort. C'est la différence essentielle.

Conscience et Ordre

La mauvaise conscience a pour fonction de garder l'intéressé dans l'intrication, par le biais du lien. Sinon, il se comporte en suivant l'ordre. Ici, la mauvaise conscience agit pour assurer l'ordre, mais conduit aussi finalement à un résultat positif. Si cet ordre est blessé, par exemple dans un couple, par le mépris du précédent partenaire, nous avons mauvaise conscience. Nous essayons alors de lutter contre cette mauvaise conscience, par la dévalorisation. La solution est alors de rétablir l'ordre, par le respect et l'hommage au précédent partenaire. Les héritages nous livrent beaucoup d'exemples d'ordres perturbés : lors d'un héritage injuste, l'héritier favorisé peut veiller à la compensation vis-à-vis des héritiers lésés par une attitude généreuse, et sa conscience sera libre. Par la compensation, la relation avec les héritiers lésés

peut perdurer. S'il conserve son avantage, et ignore sa mauvaise conscience, la relation est généralement perturbée. Les séparations survenues dans ces circonstances impliquent que des générations entières ne se parlent plus. L'ordre perturbé a cet effet, et par les constellations familiales, on peut mettre le problème en lumière et le résoudre.

Conscience et compensation

La mauvaise conscience a pour fonction de rétablir l'ordre. Il en va de même avec la compensation. Ici aussi, la mauvaise conscience a une fonction constructive, par laquelle elle pilote le « prendre » et le « donner ». La mauvaise conscience se montre souvent sous forme de sentiments de culpabilité. Dans le quotidien, on retrouve les expressions « devoir quelque chose à quelqu'un », ou « je te suis redevable » ou « je te dois encore quelque chose ». C'est à dire, que celui qui a reçu, celui qui a pris, se sent redevable tant qu'il n'a pas donné. Ce sentiment de dette sont perçus comme désagréables, et évités au maximum. Soit, je ne prends pas, et donc, je ne dois rien, soit je déprécie ce que j'ai reçu, et combler l'exigence par la bonne conscience.

Par exemple : Les enfants du voisin soignent le chat pendant que la famille voisine est en vacances. Celle-ci oublie de ramener un petit cadeau de remerciement. Cette famille a donc mauvaise

conscience par rapport aux enfants du voisin. En réaction, deux possibilités s'offrent à elle : aller chercher un cadeau, et par là, rétablir l'équilibre, et l'année prochaine, ils pourraient redemander la même faveur. La deuxième possibilité, c'est de dévaloriser le service : « c'est le moins qu'on puisse attendre d'une relation de voisins.. ; », et la compensation n'a pas lieu. Cette relation entre voisins va se détériorer.

La plupart du temps, on ne peut même pas se rappeler le tout petit événement qui a mené à la détérioration d'une relation. Cette expérience, nous l'avons tous vécue, alors qu'il est si simple d'observer l'équilibre entre prendre et donner.

La fonction essentielle de la conscience systémique consiste toujours à favoriser les relations.

MES EXPERIENCES EN CONSTELLATIONS FAMILIALES

La ronde.

J'ai répété cette pratique durant les séminaires de Bert Hellinger, et l'ai reprise dans mon travail. Lors de la ronde, chaque participant du groupe a la possibilité, dans l'ordre, de pouvoir prendre la parole. Il peut dire ce qui l'a touché, ou ce que sont ses préoccupations. Seule la thérapeute peut intervenir. Aucun autre participant ne peut s'exprimer d'aucune manière à part elle. La ronde donne à chacun la possibilité de se montrer comme il le souhaite à ce moment, et seule la thérapeute peut intervenir. Lorsque quelque chose d'important apparaît dans la ronde, on y travaille immédiatement. Je fais pour ainsi dire, de la thérapie individuelle en groupe, ce qui ne signifie pas que je travaille toujours en constellations familiales. Dans la ronde j'utilise toutes les méthodes que j'ai apprises.

D'une part, les rondes servent à la préparation d'une constellation familiale, à ce que chaque participant voie clairement de quoi il s'agit. D'autre part, ils expérimentent une complicité profonde avec le groupe. Chaque participant ressent, pendant que la thérapeute travaille avec une personne, que lui aussi est touché par ce qui se travaille, et cette expérience agit également sur son processus à lui. Cette expérience, que je nommerai ici « ah ha ! », aide chacun à clarifier

encore mieux ses préoccupations et ses attentes. Il arrive fréquemment, avec cette expérience, que les attentes originelles soient modifiées. Je pense par exemple à un homme qui avait pour but d'améliorer sa relation de couple en venant. Pendant la ronde, il lui est apparu qu'il devait d'abord travailler sa relation avec sa mère.

Je commence et je termine chaque séminaire par une ronde. De même, lorsqu'un travail a été intense dans une constellation, j'organise un échange entre les participants. Dans cette ronde, chacun a encore la possibilité d'exprimer ce qui le touche, ou ce qu'il voudrait encore apporter.

Le processus de la constellation

Avant d'expliquer le déroulement d'une constellation, je voudrais souligner le sens de cette méthode de thérapie. En premier lieu, elle montre les intrications systémiques. La deuxième étape, c'est le processus de recherche de solution. Dans le meilleur cas, un dernier pas peut être franchi pour dénouer l'intrication.

La constellation familiale s'appuie sur le phénomène suivant : les personnes prennent un rôle, sans information préalable, mais peuvent le vivre et le sentir en tant que représentants. Au début de la constellation, les attentes sont clarifiées. Il est important que pour le client, l'attente présente un caractère sérieux. Ce sérieux est l'expression de la motivation du client et donc le contraire de la légèreté (superficialité).

J'accorde une importance primordiale au caractère sérieux de la question, parce que d'après mon expérience, la curiosité seule ne peut rien apporter comme changement. De même, le **principe de la paille**, (c'est-à-dire lorsque le client voit la constellation comme possibilité ultime de sortir d'un gros nœud), a un effet négatif sur le processus de constellation. A cause de la pression, le client attend de la part du thérapeute, LA solution. Avant la constellation, la question est esquissée en quelques mots. Quel est le but recherché ? Rien qu'en clarifiant la question, la constellation peut devenir inutile, par exemple, si on arrive déjà à la prise d'une décision. Lorsque les attentes sont définies, le thérapeute décide avec son client des personnes qui seront placées comme représentantes pour les besoins du problème constellé. Le client choisit un représentant pour chaque personne. Pour le client, un représentant est choisi aussi, et le client ne reprendra sa place qu'à la fin de la constellation. A ce sujet, j'ai souvent remarqué que les sensations d'émotions ou de surprise, comme la colère ou la tristesse, restent intenses tant qu'il se trouve hors de la constellation. Dès qu'il prend sa place dans la constellation, les sentiments se modifient. Grâce au changement de perspective, une douleur insoutenable à cause des intrications du système peut être déposée là. Les représentants sont décrits : « la mère a été mariée deux fois. Du premier mariage, elle a eu un enfant mort à deux ans. La mère s'est séparée de son premier mari.

Le deuxième mari est le père du client ». Faits et chronologie du cours de la vie sont décisifs : quand s'est-on marié, quand sont nés les enfants, dans quelles circonstances les membres de la famille sont-ils décédés ? etc. Les caractéristiques propres à chaque personne ne sont pas importantes.

Les représentants n'ont besoin que de faits. J'ai d'ailleurs l'impression que la constellation est meilleure quand il n'y a pas d'information supplémentaire. La tâche des représentants est de percevoir ce qu'ils sentent du rôle. Lorsqu'ils sont bien guidés et ont bien compris qu'ils ne doivent dire que ce qu'ils ressentent physiquement, en tant que thérapeute, je peux supposer que ces perceptions sont une image des sentiments de la personne qu'ils représentent. Le client, qui se trouve hors du champ de constellation, exerce une sorte de contrôle, dans la mesure où il commente ce qui se passe en donnant des précisions. Des remarques comme « oui, c'est comme ça que mon père réagit toujours.. ; », me donnent de la sécurité en tant que thérapeute. Lorsqu'un représentant est lui-même touché et que son destin personnel apparaît clairement, je m'en rends compte très rapidement, et je le change.

Dans la constellation, le placement des représentants par le client est décisif. Il a maintenant la tâche, dans une attitude libre de toute attente, de placer les personnes selon son ressenti, de manière à ce que les relations qui existent entre ces personnes soient exprimées. Les

relations s'expriment au travers de la direction du regard, de la proximité ou de la distance entre les représentants. Le client va consteller « l'image intérieure » de sa famille, par exemple, des personnes qui ont été choisies. La constellation est un miroir de l'image intérieure qu'a le client de sa famille. Etant donné que les relations sont perçues différemment, chaque membre de la famille constellerait sa propre famille de manière différente. « L'image intérieure » du frère aîné serait toute autre que celle de la sœur la plus jeune. Au cours de la constellation, les positions des représentants se modifient avec l'aide de la thérapeute, jusqu'à ce que chaque membre de la famille trouve une place que son représentant trouve juste.

De manière surprenante, cette place juste se trouve toute seule. J'ai souvent pu observer que les images intérieures sont constellées pour ceux pour qui tout va mal.

Lors d'une constellation familiale, une fille se trouvait entre ses parents. Tous les représentants allaient mal. Ce n'est que lorsque leur fille a reculé et que les parents étaient l'un à côté de l'autre que tous allèrent mieux. La fille était venue dans le groupe avec l'image intérieure de sauver ses parents. Par le biais de la constellation, elle a compris que ses parents allaient beaucoup mieux sans son intervention. Je peux encore ajouter à cela que le bonheur ou le malheur des parents n'est en rien lié aux enfants, qui doivent se tenir en retrait.

Par le changement de l'image pendant la constellation, une nouvelle image intérieure se forme, et elle agit. Les « images intérieures » lourdes, se basent sur une marque précoce dans la vie. Comme elles ont été imprimées très tôt, les clients s'y accrochent fermement. Si ces images sont modifiées de manière durable par la constellation, j'entends souvent des réactions comme « ma mère est devenue beaucoup plus sympa, en dépit du fait qu'elle n'était pas là ». Ce n'est pas la mère qui a changé, mais l'image intérieure de la cliente, et grâce à cela, la relation prend une autre signification et une autre valeur. La cliente a changé son comportement vis-à-vis de sa mère, ce qui permet à la mère de se comporter également de manière différente. En tant que thérapeute, je travaille avec le principe que les relations dans une famille sont sous-tendues par l'amour primal, chacun se sent mieux lorsqu'il aime les autres, et les accepte comme ils sont.

Quand on parle de constellations familiales, il y a un danger à utiliser cette forme de thérapie de manière superficielle. « Je vais consteller un coup mon système d'origine, un coup ma famille actuelle.. ; ». les constellations familiales, comme tendance, comme phénomène de mode, rabaisent la méthode à un article courant de consommation. Cette manière peu sérieuse de procéder, n'apporte rien au client, mais au contraire, les mène à l'exigence de résoudre tous leurs problèmes au moyen d'une constellation. Je dis à mes clients, au

début de chaque réunion de groupe : « Dans le meilleur des cas, la constellation n'est qu'un pas dans votre développement, ni plus ni moins ».

J'utilise volontiers cette image d'un voilier, qui modifie sa course d'un degré, et de la sorte, arrivera à un tout autre endroit que celui qui était prévu à l'origine. La constellation aussi, par une petite correction de course, entraîne de grands effets. Comme on l'a montré plus tôt, le fondement de cette modification se trouve **dans l'attitude intérieure, dans la position de vie du client**. Une constellation n'est pas un remède miracle ni une baguette magique et ne signifie pas que le problème est réglé une fois pour toutes. Je préviens toujours mes clients qu'après une constellation, surtout si elle a touché quelque chose de profond, il est possible dans certaines circonstances, qu'ils aillent plus mal qu'avant. Cette aggravation repose sur la loyauté au système familial, qui est mis en danger par le dénouement d'une intrication. Ici, l'inconscient s'active. Par la mauvaise conscience, et le fait qu'on se sente mal, la loyauté inconsciente est mieux soutenue. Il est important pour moi que les clients comprennent le rapport de manière consciente.

La dynamique des constellations familiales

Personne ne sait exactement pourquoi une constellation familiale fonctionne. Il y a des hypothèses, et surtout des expériences, sur

lesquelles je peux bâtir mon explication. Lors de la constellation, une sorte de champ se crée, d'une part entre les membres du groupe, d'autre part, entre les représentants positionnés. Dans chaque groupe, il y a entre 20 et 30 personnes, qui sont assises en cercle, et forment ainsi une frontière dans l'espace. Dans ce « champ », le client place les représentants. Chacun d'entre eux a un rôle attribué. L'un est le père, l'autre la mère, etc. De cette manière, ils se retrouvent en communication non-verbale, tant par la direction des regards, que par la place que le client leur a donnée. Cette communication non-verbale s'établit au travers des sentiments physiques que les représentants perçoivent et expriment. La communication est interrompue, lorsque par exemple un représentant quitte la pièce et ferme la porte. L'hypothèse, c'est que les personnes constellées sont en communication énergétique entre eux. Cette communication fonctionne toujours, que les personnes concernées connaissent ou non les faits. La preuve que les gens entrent en communication non-verbale entre eux dans certaines positions, est donnée par un exercice que je pratique souvent avec mes clients : je propose aux membres du groupe thérapeutique, de se grouper par deux, et de se mettre l'un derrière l'autre, sans se parler. Je les prie alors de décrire ce qu'ils perçoivent. Que vit celui/celle qui se trouve devant, celui/celle qui se trouve derrière ? Comment se sentent les personnes ? Se sentent-ils jeunes, vieux, grands, petits, enfants ou parents, partenaire ou ami ? Si

je pose la question après l'exercice, toutes les personnes ont des sentiments et des associations correspondant à ces positions purement physiques, qui se retrouvent dans les relations avec les autres partenaires de l'exercice, et ce sans qu'aucune parole n'ait été prononcée.

Un autre exercice consiste à prier les participants de se mettre face à face, à nouveau sans rien dire, cette fois avec les yeux fermés. Même les yeux fermés, les personnes ressentent la relation et des associations naissent, qui correspondent l'une avec l'autre. Par exemple, un partenaire se sent la mère, l'autre l'enfant ou la l'épouse, ou l'époux. Dans cet exercice, j'observe à chaque fois, que les personnes, modifient leurs sentiments et leur type de relation respectifs en fonction de la place attribuée : l'un derrière l'autre, en face à face, ou à côté l'un de l'autre.

Le client constelle une image intérieure, qui contient les relations des membres de sa famille. Les représentants ressentent et agissent conformément à cette image intérieure. Si cette image est modifiée, par exemple par le déplacement des représentants, alors les sentiments des représentants changent aussi. Dans la vie réelle, le déplacement des représentants n'est pas possible. Mais il ne s'agit pas non plus que le client intervienne dans le système, mais bien que son image intérieure soit modifiée, et donc que son attitude intérieure le soit aussi. En conséquence, son comportement change,

et finalement, le système change dans sa relation à lui.

La complexité du processus, consiste dans le fait que l'image d'un membre du système concerne son attitude intérieure, et par conséquent définit son comportement et que ce comportement a, à son tour, un effet sur les autres membres du système. C'est pourquoi lorsque je parle de ces images, j'essaie d'y mettre le processus aussi. Il ne s'agit pas que de l'individu, mais aussi de ses relations et des effets de changement qui existent dans le système. Ces images sont des phénomènes que l'on ne peut produire, mais qui sont découverts. Grâce à l'image intérieure découverte, l'attitude intérieure est modifiée. La marque essentielle qu'on a trouvée l'image intérieure, c'est l'effet de dénouement de l'intrication, qui est visible chez les représentants et chez le client. Dans le travail avec ces images découvertes, le thérapeute reconnaît très vite leur authenticité. A un moment précis, elles sont significatives dans l'histoire personnelle du client, mais elles ne sont pas statiques, et se modifient au cours du temps.

Lorsqu'une cliente entretient une attitude identique pendant toute sa vie, du genre : « ma mère était injuste et brutale avec moi et a toujours favorisé mon frère », il en résulte un mécontentement, et une exigence, qui ne peuvent être comblés par rien ni personne. Mais lorsque cette même cliente dit « ma mère m'a donné ce qu'elle pouvait. C'est Ok comme ça », alors il va de soi que le comportement de la mère avec elle va se

modifier. L'attente, et avec elle l'attitude bourrée de reproches vis-à-vis de la mère disparaît.

« le bonheur, c'est d'être satisfait avec ce que l'on a ». Cette phrase de Hellinger a l'air banale, mais atteindre vraiment cet état de bonheur est très difficile. Le secret derrière cela est l'attitude suivante : j'ai assez, et ce que j'ai reçu, je l'accepte avec gratitude ». Si l'on conserve la position du « je n'ai pas eu assez, c'était le mauvais moment, ce n'étaient pas les bonnes circonstances », alors le sentiment de n'avoir pas reçu suffisamment pour être heureux perdure. D'après mon expérience, le bonheur repose sur une décision. Cette décision : « ce que j'ai reçu est suffisant », peut être favorisée par une constellation.

Le rôle du représentant

Je voudrais encore ajouter quelque chose concernant le rôle et le vécu des représentants. Il est important de bien dissocier le rôle de sa propre vie. En tant que représentant, j'expérimente qu'aucun sentiment humain ne m'est étranger, je peux tout ressentir, lorsque je suis dans un rôle. Cependant, il est important pour le représentant d'être conscient de sa propre identité en parallèle à son rôle. En même temps, il est possible pour le représentant, d'activer le processus de développement et de connaissance, au travers de l'expérience d'un rôle. Trois phénomènes co-existent parallèlement : le rôle, l'identité propre, et son propre processus de développement. Par

exemple, laisser résonner le vécu d'un rôle, et donc rester un peu dans ce rôle, pourrait avoir du sens. D'un autre côté, lorsque le rôle est lourd, les représentants devraient en sortir rapidement. Une bonne aide pour y arriver, consiste à sortir de la pièce, se secouer, ou se laver les mains. La tâche du thérapeute est de reconnaître le phénomène et de le gérer.

Trouver la solution.

La découverte de la solution est facilitée par les phénomènes que décrit Bert Hellinger : le lien, l'ordre et la compensation. Lorsqu'en tant que thérapeute, on travaille avec ces règles de base des relations humaines, et qu'on reste en même temps ouvert aux autres phénomènes qui si produisent toujours, on trouve de bonnes solutions. Je voudrais encore souligner que les solutions qui sont trouvées par le biais des constellations familiales, sont souvent en opposition avec ce que le client vit consciemment et ce qu'il a décrit.

Un jeune couple a un enfant de trois ans. La femme se sent incomprise dans la relation. Elle tombe amoureuse d'un autre homme, et pense naturellement que l'enfant dépend d'elle, qu'il doit aller avec elle, et que son amour pour elle est manifeste. Le couple prend part à une constellation, et les deux personnes se rendent compte que ce n'est pas la femme qui était incomprise dans la relation, c'était l'homme. Elle

n'avait pas reconnu son homme en tant qu'époux, mais elle l'avait utilisé en tant que soutien, protecteur, comme ersatz de sa mère. Pour cette femme, c'est le monde à l'envers, elle se sentait victime, et elle doit maintenant admettre qu'en raison de ses intrications, elle ne pouvait pas prendre son époux comme mari ! le reconnaître fut très désagréable, presque comme un choc. Par la suite, elle a pu se libérer de cette intrication dans son système. Son but initial, qui était de rétablir la relation avec son mari devenait dès lors possible.

C'est le moment pour moi de souligner que les conventions morales ou sociales ne jouent aucun rôle dans la recherche de solution. Reprenons ce jeune couple en exemple. Lorsque la solution réussit de manière à ce que la relation soit plus profonde et plus pleine d'amour et qu'il y a plus de proximité, de complicité dans le couple, les considérations morales ne jouent aucun rôle.

Bert Hellinger va jusqu'à dire qu'une relation extraconjugale ne devrait pas être dite, ni confessée. Cette honnêteté a la plupart du temps, un très mauvais effet sur le couple. Si cette relation extraconjugale devient tellement forte que le partenaire souhaite quitter le couple, alors il faut en parler. Une aventure ne concerne en rien le partenaire. En confessant une « affaire », celui qui a cette relation extraconjugale fait glisser sa responsabilité sur le dos de son partenaire.

Les phénomènes de base comme le lien, l'ordre et la compensation ne sont que des guides dans la constellation familiale. Le thérapeute ne peut jamais prévoir ce que sera la solution. Il doit aussi s'abandonner aux phénomènes que vivent les représentants, et accompagner

en même temps, avec une attention claire, la dynamique de la constellation. Tous les sentiments que les représentants expriment doivent être pris en compte, de manière à finalement atteindre le but de la constellation, et que chaque membre de la famille soit vu et reconnu dans sa position, puisque ce n'est qu'alors qu'il va bien. **Ce que l'un a fait pour l'autre doit être apprécié et valorisé, depuis la mère qui a mis au monde l'enfant, le père qui a nourri sa famille par son travail jusque là ... à l'amour d'un ancien partenaire.** J'observe souvent lors de séparations de couple, que le partenaire qui s'en va noircit le partenaire abandonné pour éviter le sentiment de culpabilité. Mais il n'en résulte qu'un nouveau sentiments de culpabilité, du fait de parler en mal de l'ancien partenaire. Dans une constellation familiale, on pourrait dire au partenaire : « merci pour ton amour, merci pour ce que tu m'as donné. C'est dommage, je ne peux pas te donner davantage, et je te souhaite le bonheur ». Dans ce cas, cette relation qui se détériorait depuis longtemps, se termine positivement. Les deux partenaires sont libres d'entamer une nouvelle relation et d'y être à nouveau heureux. Cette gratitude exprimée sur la relation passée est très importante. Il n'existe pas de « droit » d'être aimé par une personne pour toute la vie. Tant mieux lorsque cela arrive, mais ce n'est pas toujours le cas. Les attentes des partenaires l'un vis-à-vis de l'autre sont souvent irréalistes. Si le reproche « tu ne m'as jamais compris, tu m'as toujours utilisé... » se maintient pendant toute la durée de la relation, alors ce modèle se reproduit et avec lui le lien avec le partenaire précédent persiste. Au travers de la valorisation de l'amour, même s'il a disparu, et au travers de la gratitude, le lien se défait. « Merci » est utilisé ici pour l'attitude intérieure et signifie dans le sens de la compensation : « j'ai pris, et suis à nouveau libre ».

Phrases de lien et phrases réparatrices

Certaines phrases, dans le cours des constellations jouent un rôle important pour trouver la solution. Ces phrases sont toujours très simples et ont un impact immédiat. Elles changent en fonction de chaque situation, et il n'est pas possible de les utiliser comme des ingrédients d'une recette. Elles sont issues précisément en fonction d'une situation particulière. Une phrase de lien exprime la dynamique qui existe entre les membres d'un système. Si une fille prend la souffrance de sa mère à sa charge, on peut rendre cela tangible par la phrase de lien suivante « par amour pour toi, je porte ta souffrance ». La seule expression de cette phrase peut suffire à induire un processus de guérison.

Dans cette même situation, la phrase réparatrice serait : « je te remercie pour la vie que tu m'as donnée, ta souffrance, je te la laisse ». Mais dans la plupart des cas, la phrase de lien, la reconnaissance que par amour j'ai porté quelque chose pour la mère ou le partenaire, ouvre déjà le chemin de la solution. Les phrases de lien rendent la dynamique vraiment claire. Les phrases réparatrices résolvent la dynamique. Parfois il arrive que je termine la constellation après une phrase de lien. Je le fais toujours lorsque cette phrase de lien met à jour des sentiments qui jusque là étaient cachés dans l'inconscient ou lorsque la l'effet de la constellation est trop bouleversant.

C'est tragique que la fille porte la tristesse de la mère. Cette souffrance ne sert ni à l'une ni à l'autre. Le proverbe « souffrance partagée est souffrance allégée » ne vaut rien ici. Lorsqu'un enfant prend la souffrance de sa mère, il en résulte une double souffrance, puisque les deux doivent souffrir. On a souvent demandé à Bert Hellinger la raison pour laquelle quelqu'un pouvait reprendre la

souffrance d'un autre. On sacrifie tout au lien du système familial et ce lien on peut aussi le nommer amour ».

Rituels de solution

Ces rituels soutiennent le processus de résolution de l'âme. Ils concrétisent dans le corps, le progrès de l'âme.

1. S'incliner est l'expression la plus profonde de respect et en même temps, fait partie de la solution. Plus le client éprouve de difficulté à consentir à cette reconnaissance, plus longtemps et plus profondément il devra s'incliner devant le représentant dans la constellation. En fonction de l'importance de l'intrication, je distingue quatre niveaux dans l'attitude d'humilité : la première, la plus faible, est l'inclinaison simple de la tête. La seconde est l'inclinaison du haut du corps en restant debout. La troisième consiste à s'agenouiller en pliant le haut du corps et en tenant les paumes des mains vers le haut en signe de lâcher prise et enfin, la quatrième, l'expression la plus forte d'humilité : le représentant se jette à terre. Tous ces rituels sont conduits sans paroles. Généralement ils ont un impact puissant et émeuvent fortement les participants. Tous peuvent sentir la force guérissante de ce lâcher prise consenti. Dans la constellation, cet « accomplissement », comme le désigne Bert Hellinger lorsqu'il parle d'accomplir un rituel, cet accomplissement est considéré comme un élan d'énergie.
2. Lorsque l'on porte la culpabilité de quelqu'un ou un autre sentiment, il peut être utile aussi dans une constellation, de prendre une pierre bien

lourde comme symbole de ce qui a été porté. Je propose au client : Mettez tout ce que vous avez porté dans cette pierre. Lorsque vous êtes prêt, regardez le représentant simplement et rendez-lui cette pierre. On peut soutenir ce geste avec une phrase réparatrice comme : « je te laisse ta souffrance, et prend simplement la vie que tu m'as transmise ».

Le rôle du Thérapeute

Entièrement présent et en même temps entièrement absent.

La première tâche du thérapeute consiste à offrir une atmosphère harmonieuse et à éclaircir les attentes des clients. En accord avec le client, le thérapeute détermine les personnes qui feront partie de la constellation. Pour que le client puisse positionner les représentants avec tout le sérieux et la concentration voulue, je donne des précisions. Pour moi, le sérieux est très important lors du placement. Un manque de sérieux se révèle au travers de questions inadéquates telles que « dois-je consteller ma mère telle que je la vois maintenant ou telle que je la voyais en tant qu'enfant ? » Si le client ne travaille pas de manière concentrée, ou si les représentants sont déplacés d'un côté à l'autre, il n'y a pas de véritable **Sammlung** disponible.

Après le positionnement, je rentre consciemment dans la constellation, ou dans le champ énergétique de la constellation, et ensuite j'en sors également de manière consciente. Rentrer dans le champ m'aide à ressentir les prochaines étapes qui peuvent aider. En sortir me permet de laisser travailler tout cela sur moi. Pendant la constellation, j'observe avec attention les réactions

verbales et non-verbales des représentants dans leur rôle : « je me sens bien », « je me sens superflu » etc. En fonction de ce qu'ils expriment, les représentants sont déplacés. Bert Hellinger décrit la situation du thérapeute pendant une constellation, comme « à la fois entièrement présents, et entièrement absents. Pour éviter d'apporter à la constellation ses propres projections, ses transferts, ses propres valeurs, il est essentiel que le thérapeute se connaisse à fond. Les conventions sociales ne jouent aucun rôle dans les constellations, il n'y a que ce que l'amour soutient et renforce ».

Les constellations familiales se basent toujours sur les règles de lien, d'ordre et de compensation. Ma question fondamentale est donc la suivante : « où le flux naturel de l'amour s'est-il interrompu ? ». Voilà les règles que j'utilise en arrière-plan de base, et dont je peux me défaire à tout instant pour suivre de nouveaux phénomènes individuels. L'ouverture aux développements imprévus a pour moi la même valeur que les règles énoncées de lien, d'ordre et de compensation. Ce qui est important dans le processus, c'est que le tragique de l'intrication soit constellée qu'il lui soit donné assez d'espace. Lorsque l'intrication est apparente, les étapes de résolution peuvent être entamées. Le fait de montrer tout le processus provoque un tel retentissement chez le client que celui-ci peut accepter et intégrer la solution. Au début de sa pratique dans les constellations familiales, Bert Hellinger a constellé les solutions, sans montrer le mouvement qui mène à la solution. Dans bien des cas, ces constellations n'avaient pas d'effet. Ensuite, il a admis que l'entièreté du processus des intrications et de leur dénouement devait être constellé, pour que le client puisse suivre ce processus avec son âme.

Pendant la constellation, je me demande tout le temps : « quelle pourrait être la solution ? » Cela ne signifie pas que je m'accroche à une solution. C'est plutôt que pendant la constellation, plusieurs possibilités de solutions apparaissent, et je les teste avec le représentant. Si le client a l'idée que sa mère a eu un autre partenaire avant, un représentant est introduit dans le système de la mère. La confirmation de l'idée se lit à la réaction des représentants. L'ouverture à tous les développements possibles dans la constellation est une condition sine qua non pour la réussite du travail, mais c'est aussi ce qui le rend difficile.

Lorsque le client refoule massivement ses émotions, je me retrouve émotionnellement impliquée. Cela peut aller jusqu'à me faire pleurer, lorsque le client devrait montrer ces émotions. Mes larmes ne surgissent pas par sympathie, mais elles sont l'expression d'une émotion reprise, que le client ne veut ou ne peut vivre. Pour moi, cette réaction émotionnelle de ma part est devenue un indice que le client refoule des sentiments.

Souvent, on me demande comment je trouve les phrases de lien ou les phrases réparatrices. Peut-être est-ce l'intuition. D'après moi, elles prennent leur source dans une large expérience, que j'ai pu rassembler au cours de mes activités, au cours de ma vie. Mais il existe aussi pour moi en tant que thérapeute, des situations dans des constellations familiales, où je ne peux plus avancer. Le sentiment qui prévaut dans ce cas, c'est qu'il n'y a pas de solution. J'ai deux solutions lorsque cela se présente : la première est d'exprimer ce sentiment et de dire « je crois qu'il n'y a pas de solution ». Souvent, au moment même où j'exprime cette incapacité, la solution se découvre. D'où elle vient, je ne sais pas. La deuxième possibilité, c'est d'attendre. J'attends et je me déplace consciemment

dans le champ, entre les représentants présents. Dans le champ, je ressens la dynamique et par conséquent, la solution qui pourrait s'appliquer.

Transferts lors de recherche de solution

Le phénomène de transfert a été décrit pour la première fois par S. Freud. Il dit que les sentiments que nous avons à l'égard de notre père ou de notre mère, nous les transférons sur d'autres femmes ou hommes. Ce phénomène se retrouve majoritairement mais pas exclusivement, chez les supérieurs, les personnes autoritaires comme les professeurs, les chefs, les médecins et les thérapeutes. Bien entendu, ce phénomène m'accompagne aussi dans les constellations familiales. La colère qu'un client peut ressentir face à une thérapeute, a souvent son origine dans la relation du client à sa mère ou à son père. En général, les attentes des enfants vis-à-vis de la mère sont plus importantes que vis-à-vis du père, en ce qui concerne les exigences d'amour, de dévouement et de sécurité. Cette attente est rarement comblée. C'est pourquoi les clients se comportent différemment, tenant compte de ce transfert, vis-à-vis d'une thérapeute « maternelle », que vis-à-vis d'un thérapeute « paternel ». Les pères sont plus souvent reconnus comme autoritaires, et dès lors, leurs propositions, leurs consignes et recommandations sont acceptées plus facilement par les clients.

Mon expérience m'a montré que ce phénomène de transfert peut être très enrichissant et utilisé lors d'une constellation familiale. L'exemple de Gitti, atteinte d'un cancer des ganglions lymphatiques le montre bien. Dans son cas, sa loyauté au destin de sa mère était tellement forte, qu'il lui était impossible de développer sa colère vis-

à-vis de sa mère. Dans le transfert de sa mère vers moi en tant que thérapeute, cela lui est vraiment devenu possible de se mettre en colère, et de là, de se détacher d'un morceau de la mère. De la sorte, j'ai agi involontairement comme représentante de la mère de Gitti, et en tant que telle, ai constellé les sentiments de Gitti, qu'elle transférait de sa mère vers moi. Ainsi, Gitti a eu la chance de trouver une solution. Le transfert se passe toujours de manière spontanée. Il y a différentes façons de gérer ce phénomène. Si je remarque, pendant la constellation, qu'une cliente développe un transfert maternel vers moi, je lui propose de consteller sa mère. Grâce à cette stratégie, je puis mettre fin au transfert et conduire les sentiments de la cliente là où ils appartiennent. Parfois cette procédure est impossible à appliquer. Peut-être parce que le client veut maintenir le transfert et me dit : « cela n'est pas juste ! Ici, il ne s'agit pas de ma mère, il s'agit de vous ! » Dans ce cas, je dois trouver autre chose. Dans le cas de Gitti, j'ai laissé s'exprimer la colère, bien consciente qu'il y avait un rapport avec sa mère. Dans la mesure où j'ai pris ce sentiment de colère au sérieux, j'ai permis à Gitti, pour la première fois, d'exprimer sa colère envers sa mère. Pour finir, l'effet fut tellement positif, même si tout était basé sur un transfert, que je ne peux que conseiller à chaque thérapeute de travailler avec le transfert.

Le maniement du symptôme

Maladie et symptôme

En tant que médecin, le travail avec le patient en psychothérapie est ma préoccupation majeure. Cela m'a conduit à cette question : Comment puis-je utiliser la méthode des constellations familiales spécifiquement pour la guérison des maladies et des symptômes ? » J'ai

expérimenté que l'on peut consteller les maladies et les symptômes comme on le fait pour les personnes. On peut donc choisir un représentant pour une maladie ou un symptôme, par exemple pour le cancer. Le rôle est abstrait, le représentant ne peut se raccrocher à aucune réalité, si ce n'est à ce qu'il ressent dans ce rôle. Le symptôme, de manière très étonnante, ressent des sensations similaires à celles de tout autre rôle.

Le symptôme, expression de l'amour

Comme décrit dans le chapitre quatre, le patient peut trouver un sens individuel à son symptôme ou à sa maladie. L'interprétation positive de refroidissements récurrents pourrait être « je dois prendre plus de temps pour moi » Cela peut être important pour briser le cercle vicieux du « pas de temps, pas de repos, toujours être présent pour les autres... » Ces interprétations positives ne fonctionnent pas toujours, et poussent surtout à atteindre les limites de manière plus profonde. Dans les constellations familiales, je vois les symptômes et la maladie comme des expressions de l'amour, dans le sens de liens d'amour. Cette forme d'amour est toujours inconsciente et c'est précisément au travers des constellations familiales qu'elle peut devenir consciente.

Je fais un exercice simple avec mes clients dans **symboltrance** . Je les encourage à représenter leur symptôme par un symbole. Si ce symbole est agréable, par exemple s'il s'agit d'une fleur, alors le client se sent bien avec le symptôme. Il se sent dans son intrication, comme avec son symptôme : bien. Pour moi, dans le travail thérapeutique cela signifie que l'amour pour le système est plus fort que l'envie de guérir. Si le symbole est menaçant et générateur d'angoisse, par exemple un squelette, le client aspire à la guérison. Dans ce cas, il est

important de faire passer l'amour vers cette menace dont on ne sait rien, quelle que soit la personne ou la chose que représente le symbole. Je demande au client de regarder le symbole avec attention, et de lui donner ce dont il a besoin. Mon expérience m'a enseigné que le plupart du temps, il s'agit d'amour ou de respect. Si le patient réussit à donner la place nécessaire à cet amour ou ces sentiments, ce sera le premier pas vers la guérison.

Lorsque je reconnais que ce symptôme est l'expression de l'amour, je réussis une approche bien plus constructive de l'histoire actuelle de la souffrance. Il en ressort également un amour compréhensif chez le thérapeute.

Le symptôme, indicateur de solution

Pour l'utilisation du symptôme dans les constellations, il y a deux possibilités. La première est de nature « diagnostique ». Elle montre à qui le symptôme appartient. Lorsque on constelle le système du père ou celui de la mère, le représentant du symptôme ressent très précisément où il se sent le mieux, où est sa bonne place. Cette connaissance peut être très utile dans le diagnostic, puisque grâce à cela, je puis en tant que thérapeute, voir où chercher ensuite.

Le symptôme donne, de surcroît, un indice pour la solution. Si on a trouvé la bonne solution dans une constellation, le symptôme dit toujours : « maintenant je suis superflu, à présent, je ne suis plus nécessaire, et on n'a plus besoin de moi, je peux partir ». Lorsque le représentant du symptôme s'exprime de cette manière, je sais que la solution est bonne.

Je pense à un client, qui avait toujours soupçonné ne pas être le fils biologique de son père. Il pensait que sa mère avait eu un amant pendant la guerre, et que celui-là serait son père. Ce secret avait toujours été gardé, et la

mère avait toujours nié les faits lorsque son fils l'interrogeait. Dans la constellation, l'image du fils s'est avérée juste. J'ai d'abord placé le symptôme près de la famille du père, mais là il ne trouvait pas sa place, il se sentait superflu. Alors, je l'ai placé près de la mère, et ai suivi l'hypothèse du client, plaçant un représentant pour l'autre homme. Dès que celui-ci était placé, le représentant du symptôme a dit qu'il pouvait s'en aller. La solution était claire.

Sur base de mon expérience dans les constellations des symptômes, j'ai fini par abandonner le positionnement classique du symptôme par le client. Souvent je prie le représentant du symptôme de se déplacer librement dans le champ. Le représentant doit simplement suivre son impulsion intérieure et lorsqu'il a trouvé une nouvelle place dans le système, je lui demande ce qu'il ressent. Les représentants des symptômes et des maladies agissent précisément comme un rôle clairement défini, par exemple, le père, la mère ou un membre de la fratrie. On peut observer que le symptôme n'appartient à la famille que tant qu'il y est utile.

Le symptôme peut aussi être d'ordre comportemental, comme dans le cas de cet homme venu dans le groupe de constellation pour son manque de succès professionnel. Il fut très rapidement clair que son père connaissait le même manque de succès professionnel et était à cause de cela, méprisé par la mère. J'ai donc constellé le père, la mère, le manque de succès et le client. Après que le fils ait pu rendre hommage au père en tant que son père, le symptôme a pu se retirer, on n'en avait plus besoin. En conséquence, le fils pouvait grâce à cette solution, se permettre le succès, puisqu'il n'avait plus besoin de rester dans l'échec par amour pour son père.

Dans le cas où il s'agit d'une charge de culpabilité portée par loyauté, il se peut que le symptôme se place près de la victime et qu'il dise : « ici, je me sens bien ». Alors, le client peut laisser son symptôme là où se trouve la cause, par exemple, près d'une victime de guerre.

Pendant une constellation, il arrive parfois qu'à ce moment aucune solution ne puisse être trouvée. Par exemple, parce que la loyauté au grand-père est plus forte que tout. Alors, on ne peut qu'accepter le symptôme et dire : « par amour pour toi, je reste dépressif ». A ces clients, je recommanderais, lorsque l'image de la maladie survient, de regarder le grand-père et de lui dire : « par amour pour toi, je continue volontiers à porter la dépression ». Ce n'est que par cette phrase que par la suite, peut-être après deux ou trois ans, une solution se trouve et que le symptôme disparaît. Ce type de phrases, je le donne au client comme une prescription d'attitude. L'effet, à mon avis, en est fortement comparable à celui d'un médicament.

Le symptôme et le secret

Il existe des secrets dans pratiquement toutes les familles. Beaucoup restent, et doivent rester des secrets, comme la sphère intime des parents. Mais sur certains secrets, les enfants ont des droits : tout ce qui a trait à l'origine de l'enfant, il doit le connaître. Et là-dedans y compris : « qui était le père biologique, même s'il ne vit pas dans la famille ? Qui étaient les parents ? lorsqu'il s'agit d'un enfant adopté ? Où est la demi-sœur, le demi-frère, qu'est-il advenu d'eux ? Est-ce que des frères ou sœurs aînés sont morts ? Ce devoir d'explication des parents vis-à-vis de leurs enfants comprend aussi les fausses couches, les avortements, les enfants morts-nés.

Les partenaires essentiels des parents avant la naissance de leur enfant sont également très importants. Bert Hellinger part du principe que puisque les relations nouvelles sont le résultat des précédentes, il est indispensable pour le bonheur des enfants, qu'ils connaissent ces relations.

Les secrets du système familial doivent aussi dans une certaine mesure, être connus des générations suivantes. Existe-t-il des cas de mort précoce, de mort par violence, des destins brisés ou difficiles dans les générations précédentes ? La manière et les circonstances dans lesquelles les secrets doivent être révélés dépendent du destin des générations suivantes. Par exemple, si un petit-fils souffre d'une grave dépression, alors, la connaissance ou la révélation d'un secret dans la dynamique familiale peut être décisive pour la solution et par conséquent, la guérison.

A la clinique, j'ai fait la connaissance d'une femme assistante de pasteur, qui s'occupait des mourants. Je lui ai demandé ce qu'elle pouvait encore faire avec ces patients. Elle m'a raconté qu'elle demandait toujours à ces patients qui savaient qu'il allaient mourir bientôt, ce qui leur restait à régler. Très souvent, ils avaient un besoin urgent de révéler un secret de leur vie ou de leur famille. Manifestement, il était important pour ces malades mourants d'être délivrés de la pression de la connaissance d'un secret, et ils avaient une réaction de soulagement lorsqu'ils pouvaient le faire.

Le secret et la culpabilité

Ce n'est que maintenant qu'on peut constater que l'on cherche et révèle les crimes du temps des nazis. La plupart des bourreaux n'ont jamais révélé quoi que ce soit à leur famille, ni entamé aucune compensation correcte

pour leurs actes. Si la génération des bourreaux était encore très trouble, ce sont les enfants et les petits enfants qui ont voulu avoir la certitude des actes de leurs ancêtres. Il est vrai que le principe de loyauté envers le système contrecarre l'éclaircissement de secrets, mais le fait de ne rien savoir mène avec certitude aux symptômes les plus graves comme les dépressions, la stérilité ou les symptômes d'angoisse. Les tentatives désespérées pour ne rien savoir, basculent un jour ou l'autre vers la révélation du secret.

On voit très bien le travail de Bert Hellinger dans ce contexte. Dans les constellations familiales, j'arrive souvent à un point où il est clair que les clients portent la culpabilité des générations précédentes. La plupart du temps, ils n'ont que des hypothèses ou même, aucune information. Les recherches sont souvent difficiles, puisque les personnes concernées sont souvent décédées, ou alors elles ont « tout oublié ».

Si je vois des indices de culpabilité au travers des réactions des représentants, je peux aller voir un peu plus loin. Mais cela n'a pas toujours de sens, d'aller chercher les raisons de cette culpabilité. Si les clients sont encore intriqués dans leur loyauté au système, la révélation d'un secret peut entraîner une détérioration extrême de la situation. Un autre danger de la révélation d'un secret, c'est le jugement des fautifs par les descendants. Cela ne peut pas se passer.

La solution consiste toujours, à honorer le destin, même celui du bourreaux, en lui laissant la responsabilité de ses actes. Dans la description des différents cas, on voit que l'inclinaison est l'une des interventions les plus efficaces, car elle contient à la fois le respect et l'abandon de la responsabilité.

Le symptôme et la réconciliation

Tout mon travail thérapeutique se base sur la nécessité de considérer le symptôme comme une aide, un ami. J'ai rencontré cette façon de voir pour la première fois dans la méthode « reframing » en PNL. Les maladies sont des aides pour moi, une façon de trouver sa place dans le système et de pouvoir y adhérer. Le combat contre la maladie renforce le lien avec la maladie. J'interprète ce combat contre la maladie comme l'expression de l'adhésion aux intrications inconscientes. Seule l'acceptation de la maladie est libératoire. C'est pour cette raison qu'il est important de remplacer l'image du combat par celle de la réconciliation, et de considérer la maladie comme une part vivante de soi-même et de la vie. Cette vision des choses s'applique aussi à la mort. Transmettre cette vision à mes patients est ma tâche principale. Dans les constellations familiales, la réconciliation a lieu ; réconciliation entre bourreaux et victimes, avec la maladie et la mort, et surtout réconciliation avec tout ce que nous ne pouvons accepter dans notre réalité. Les « fondements de l'amour », décrits par Bert Hellinger, permettent cette réconciliation étape par étape.

Les mouvements de l'âme :

Avec « les mouvements de l'âme », Bert Hellinger progresse dans son travail. Ici, la réconciliation peut se passer sans aucune parole, juste par les déplacements des représentants. L'extraordinaire de cette méthode, consiste à laisser les représentants se déplacer librement, selon leurs impulsions dans le champ constellatoire. Les mouvements des représentants semblent suivre le principe de la réconciliation.

H, un homme de 63 ans, se présente à la clinique avec un problème d'impuissance. Comme symbole pour son symptôme, il choisit la nuit. Ensuite, il choisit un représentant pour lui-même, puis pour la nuit, et les place l'un en face de l'autre. Je prie les représentants de suivre leurs impulsions. Dans le premier mouvement, le moi enlace la nuit, jusqu'à ce qu'elle le repousse. Il se retourne alors, et avance dans le doute, désorienté. Après un moment, il se tourne à nouveau vers la nuit. La nuit est là les bras ouverts et regarde H avec bienveillance. Il s'incline devant la nuit, s'agenouille et reste dans cette position pendant environ 5 minutes. Ensuite, il se lève et la nuit et le moi se regardent longuement de manière intensive. J'arrête là.

Les « mouvements de l'âme » prennent beaucoup de temps. La tâche du thérapeute est d'être présent et attentif. Je voudrais revenir brièvement à la constellation ci-dessus, pour le background que le client a donné.

La mère juive de son père est morte à sa naissance. Sa sœur a alors adopté le père du client. Cette femme a été tuée à Auschwitz. Il est probable que la nuit soit le symbole de la mort de la mort et de la tante du père du client. Dans la constellation, leur destin a été honoré.

Ces « mouvements de l'âme, ne doivent, par essence, pas être interprétés plus avant. Pour illustrer cette méthode, je l'ai fait ici de manière prudente et limitée. Dans certains cas, seuls, le symptôme et le client sont

constellés. L'exemple suivant montre les mouvements de l'âme lors de la constellation de plusieurs personnes.

Elsa, 39 ans, souffre d'avoir perdu le contact avec son père. Le père a quitté la mère lorsque la cliente avait quatre ans. La mère du père, la grand-mère d'Elsa donc, a été assassinée dans KZ. On a constellé Elsa et la grand-mère. D'abord, elles sont face à face. Puis, la grand-mère tombe lentement vers le sol et Elsa se couche à côté d'elle. Elle se tourne vers sa grand-mère et l'enlace avec amour. A ce moment, je prends un représentant pour le père et je le place devant les deux femmes couchées. Le père s'assied à côté d'Elsa. Elle se redresse et s'assied en s'appuyant contre son père. Elsa et son père s'enlacent et regardent avec respect la grand-mère couchée. Alors la grand-mère ferme les yeux et semble entièrement paisible et détendue. L'image exprime la paix et la joie.

Sans un mot, il était clair que la grand-mère ressentait de la joie lorsque l'amour entre son fils et sa petite fille pouvait circuler et que les deux pouvaient la regarder avec respect.

Quatre semaines plus tard, dans le groupe suivant, Elsa nous tient au courant des changements. Son père a repris contact après tout ce temps, et lui a spontanément montré une lettre écrite par sa mère. Elle se réjouit de cette nouvelle situation et est entièrement libérée des intrications.

Ce week-end là, une autre participante (Lore) nous parle de son père qui faisait partie des SS. Elle se montre assez peu touchée. Elsa, quant à

elle, réagit à ce discours par un haut-le-cœur marqué et sort en courant de la pièce. Durant la ronde suivante, Elsa raconte sa conversation avec Lore au sujet de son père et se montre outrecuidante et très infatuée. Je propose une constellation. Elsa choisit une représentante pour sa grand-mère et Lore, un représentant pour son père. Je place les deux représentants en face à face, et je les encourage à suivre leurs pulsions intérieures. Très lentement et de manière sensible, ils se rapprochent l'un de l'autre, ils s'éloignent ensuite, pour se rapprocher à nouveau. Finalement, l'homme SS s'incline devant la grand-mère juive d'Elsa et il pleure. La femme juive se rapproche lentement d'elle et met la main sur sa tête pendant un long moment. Ensuite, elle recule lentement un peu et l'homme SS se relève en hésitant. Les deux se regardent longuement dans les yeux. J'arrête là.

Le deuxième « mouvement de l'âme » décrit le processus de la réconciliation. Réconciliation d'une part dans le système familial, c'est à dire le système d'Elsa avec son père et sa grand-mère juive. D'autre part, le bourreau et la victime se réconcilient au travers de deux systèmes familiaux différents : celui de la grand-mère d'Elsa et celui du père de Lore. Cette réconciliation travaille comme métaphore pour toutes les parties et même au-delà des personnes directement concernées.

Les constellations familiales traitent souvent d'intrications avec des personnes déjà décédées. Lorsque c'est le cas, le thème de la réconciliation m'accompagne couramment dans le travail de mémoire fait sur le passé,

ainsi que le montrent d'ailleurs les exemples. Au travers de la réconciliation avec les morts, c'est la réconciliation avec les vivants qui m'importe. Lorsque la réconciliation ne survient pas dans la vie réelle, mon expérience me dit qu'elle n'est possible qu'à un niveau supérieur. Ces niveaux sont par exemple l'appartenance à une famille et au destin commun de cette famille. Par la reconnaissance de cette appartenance, le niveau supérieur peut être expérimenté, vécu. Il est complexe d'expliquer ces domaines transcendants, alors qu'ils se montrent simplement dans les constellations, en particulier dans les mouvements de l'âme.

Les « mouvements de l'âme », comme les appelle Bert Hellinger, vont bien au-delà de nos théories et de nos représentations du bien et du mal. Ils nous montrent à quel point nous sommes liés dans les grands mouvements, dans lesquels nous devons nous couler.

Processus de la symbolique du symptôme pour la préparation de la constellation du symptôme.

Il est très utile de rechercher un symbole pour le symptôme et de travailler avec celui-ci.

1. le symbole, par exemple une balle de couleur pour la migraine, extériorise ce symptôme. Cela signifie que le symptôme est perçu par le client comme une balle, hors du corps. Grâce à cela, le client peut construire une relation avec ce symptôme. Cette symbolique peut être créée de diverses manières, comme la peinture, le travail avec l'arbre généalogique, la symbolisation mentale ou la recherche d'un symbole concret.

2. Par la symbolisation du symptôme, un travail caché, en liaison directe avec l'inconscient peut prendre place. Les conflits de loyauté au niveau conscient, comme la souffrance portée pour l'amour d'un membre de la famille, peuvent être court-circuités.

Symptomtrance

La première étape dans ce travail est la détermination précise du symptôme. La signification du symptôme, et son degré d'importance pour le client sont déterminants. Si le client a des symptômes divers, je recherche avec lui si et comment ils sont reliés, comment ils se « conditionnent » l'un l'autre. Avec l'aide d'une technique de relaxation corporelle, je conduis le client dans un rêve éveillé, à travers brouillards et forêts, jusqu'à ce qu'ils atteignent une clairière. Une fois arrivés là, je les encourage à rechercher un endroit paisible, et de penser au symptôme. A ce moment, je dis : « pendant que tu regardais la clairière, le symptôme est apparu ». le symptôme apparaît presque toujours comme un symbole, une figure, une personne, une fée, quelque chose d'abstrait, par exemple, un « trou noir ». Le but essentiel de cette préparation, c'est de pouvoir continuer le travail. Dans la constellation, je peux alors prendre un représentant pour consteller ce symptôme.

Le symptôme d'Andréas, 24 ans, célibataire sans enfants, c'était « la panique ». Dans le rêve éveillé, il a vécu la panique comme un « trou noir ». J'ai désigné un représentant pour le trou noir et un pour Andréas. J'ai donné aux représentants, la

consigne de suivre leurs impulsions et de trouver eux-mêmes leur position. Ils se sont rapprochés lentement, pleins d'amour. Lorsque le symptôme s'est couché par terre, le représentant d'Andréas s'est couché à côté, lentement et prudemment. De manière non verbale, il demandait au symptôme la permission de se blottir contre lui. Les deux représentants se sont enlacés. Ensuite, Andréas s'est levé doucement. Le symptôme est resté couché, détendu, les yeux fermés. Après qu'Andréas ait pu intégrer cette image de paix, il a pu s'en détourner et regarder son avenir.

Quatre semaines plus tard, Andréas est revenu dans le groupe. Il rayonnait et nous expliqua qu'il n'avait plus eu d'attaques de panique. Depuis, je n'en ai plus entendu parler.

Ni le client ni moi ne savions d'où venait le symptôme, ni quelle intrication l'avait amené. Bert Hellinger dirait sans doute, « l'âme sait ce que cela signifie ». L'inconscient a réagi, et il n'était pas nécessaire dans ce cas, d'apporter une solution au conscient.

Auparavant, j'ai décrit comment j'utilisais le rêve éveillé en préparation pour la constellation finale. Dans la plupart des cas, j'ai constaté que seule cette mentalisation permettait de trouver une solution à l'intrication. Pour expliquer ce phénomène, je reviens encore une fois au processus de la mentalisation. Lorsque le symptôme apparaît, je demande au client de donner au symptôme ce dont il a besoin pour aller mieux. Il n'est pas nécessaire de détailler avec précision ce dont le symptôme pourrait avoir besoin, cela vient tout seul dans la visualisation. La plupart du temps, c'est l'amour, l'attention, le

dévouement. Je demande au client de laisser les transformations s'effectuer comme dans un rêve, et de les accepter. A la fin du rêve éveillé, je leur suggère de s'incliner devant leur symptôme. De la sorte, la constellation a déjà lieu dans cette représentation.

Symbole concret pour le symptôme

Par cette méthode de travail avec le symptôme, apprise pendant une formation de PNL, je propose au client de créer un vrai chemin, et de s'y représenter le symptôme. Ensuite, ils devront s'imaginer que le symptôme les appelle. En souvenir, ils pourront prendre un symbole de la nature avec eux. Cela peut être une branche, une feuille, une pomme de pin, une cannette rouillée, etc. Ensuite, le client devra traiter cet objet soigneusement et le porter avec lui. Cette tâche a pour but de percevoir son symptôme différemment, et de ne plus le traiter comme un ennemi mais comme un ami, et par conséquent, de développer une relation avec lui.

Un homme de 52 ans, marié, un fils, souffre de psoriasis. Etonnamment, la maladie a empiré lorsqu'il s'est marié et a ainsi connu le bonheur. Dans le rêve éveillé, il voyait le symbole comme un hérisson, qui demandait de l'attention de sa part. Il a pris sa tâche de « thérapeute » au sérieux, et s'est proposé pour accompagner son hérisson chaque jour. Le psoriasis a disparu. Cette guérison a tenu, et le hérisson a aussi disparu ensuite de sa constellation.

Là non plus, l'intrication qui était la cause de la maladie n'a pas été éclaircie. Pourtant, la maladie a guéri par le biais de ce travail symbolique.

Un couple est marié depuis 30 ans. Ils ont deux enfants adultes. L'époux ne pouvait pas être fidèle. Il avait toujours des relations extra-conjugales. Le client a nommé son symptôme : « peur de la proximité » et pendant la constellation, il est devenu évident qu'il portait cette peur de la proximité à la place de son épouse. De comprendre que son symptôme bien que lui appartenant, était en fait une expression de son amour pour sa femme, a choqué le client. La phrase réparatrice était : « je me suis confondu avec toi, je suis ton mari ». Après trois mois, j'ai rencontré ce client, et il m'a informée qu'il avait une excellente relation avec son épouse depuis cette constellation.

Ce cas montre que les sentiments peuvent aussi être repris entre époux.

Cas pratiques.

Notes de fin

Le courage de regarder

La phrase « je voulais faire une constellation familiale depuis longtemps, mais je n'osais pas », je l'ai entendue bien souvent ! La cause de cette réserve s'explique par la peur de perdre son appartenance au système familial. Spécialement lorsque la constellation se passe en groupe, beaucoup de clients ont des réserves et expriment celles-ci la plupart du temps au début du séminaire.

Au début de chaque séminaire, je fais une Trance, dans laquelle je donne de l'espace à l'angoisse. Dans leur représentation des relations, les clients peuvent aller chercher l'« autorisation de consteller » d'un membre de la famille. De la sorte, le « blocage » est pris au sérieux et les angoisses ont leur espace. De surcroît, les clients doivent trouver un certain courage pour participer à une constellation familiale. Ils doivent surmonter leur angoisse de découvrir un secret familial jusqu'alors tabou. Le regard sur les intrications de sa propre famille est souvent très désagréable, et parfois même douloureux ou choquant.

Dans bien des cas, la pression de la souffrance est l'incitant majeur de la décision de participer à une constellation familiale. Faut-il vraiment que la souffrance soit forte à ce point pour qu'il y ait une raison de consteller ?

Même suite à la lecture de beaucoup d'exemples dramatiques, les lourds destins de ces familles ne constituent en aucun cas une condition nécessaire à la

participation à une constellation familiale. Les problèmes dits « normaux », de tous les jours, de crises, de non résolu peuvent être constellés. Dans ces histoires là, on se heurte aussi au mur de la loyauté, protection de l'appartenance au système familial.

On remarque que les femmes sont plus présentes dans les constellations familiales que les hommes. Cette proportion coïncide avec les expériences dans d'autres thérapies. Les raisons sont multiples. Premièrement, les femmes reconnaissent plus facilement que les hommes qu'elles souffrent. D'autre part, les femmes se sentent, en comparaison avec les hommes, bien plus responsables de l'harmonie de leurs relations.. Elles dirigent la famille et leur couple à un niveau psycho-hygiénique. Enfin, la structure de notre société, toujours patriarcale pourrait être à la base également de cette différence. Les hommes ont beaucoup plus de possibilités de compenser leurs problèmes. Les conflits ne sont pas traités en direct dans la famille, mais plutôt à l'extérieur, dans des salles de sport, dans l'univers du travail. J'ai toujours pu observer ces dynamiques, et mon but est de rendre responsabilité et conscience aux hommes comme aux femmes, afin qu'ils puissent harmoniser leurs relations familiales.

Le courage d'une psychosomatique globale

Le courage est aussi la condition sine qua non pour les thérapeutes et les médecins, de quitter les chemins connus, et d'aborder une nouvelle approche dans les traitements. D'un côté, la psychosomatique est de plus en plus acceptée par le corps médical et thérapeutique, d'autre part, elle reste la plupart du temps limitée aux plaintes pour lesquelles on ne trouve aucune cause organique, c'est

à dire les « dérangements fonctionnels ». Ce n'est que lorsque toutes les recherches médicales et toutes les thérapies habituelles ont été effectuées sans succès que les médecins prescrivent une psychothérapie, et que les clients se tournent alors vers les constellations familiales.

Afin de changer cette croyance qui dit que « lorsque plus rien n'a d'effet, on peut essayer la psychothérapie », l'attitude des patients et des médecins doit changer. Pour le patient, le diagnostic de sa maladie est souvent un soulagement. De la sorte, ils peuvent inconsciemment rester fidèle aux fondements de l'amour dans leur système familial, et remettent consciemment la responsabilité de leur guérison aux mains de leur médecin traitant.

Mon expérience me montre que les intrications qui se matérialisent dans des dysfonctionnements organiques sont justement les plus lourdes et les plus profondes, et donc les plus urgentes à traiter. Comme je possède les acquis médicaux, et que je les estime, les constellations familiales sont pour moi un merveilleux complément. Dans ce sens, je voudrais répéter : le corps et l'esprit sont identiques. C'est pour obtenir une reconnaissance de cette phrase, par le corps médical, que j'ai voulu écrire ce livre.

Le courage de l'amour

Cet amour crée notre vie. L'amour est à la base de nos ardeurs, de nos souhaits, et donc de toutes les intrications. Cette constatation s'est cristallisée pendant mon travail de 16 années avec les constellations familiales de Bert Hellinger.

Je voudrais encore montrer que les symptômes et la maladie sont l'expression de liens d'amour, de l'amour de tous les membres d'une tribu. Ces liens ont pour but de compenser les lourds destins. Ils fonctionnent sur la base

de la relation, de l'ordre et de la compensation. Lorsque la compensation est perçue comme une possibilité de réconciliation dans le système, alors la maladie et les symptômes sont le chemin de cette réconciliation. Beaucoup de constellations familiales montrent cette dynamique. Elle est toujours inconsciente et se décrit comme un processus : en constellant, on fait un premier pas pour amener l'inconscient à la conscience.

Le deuxième pas, c'est de voir ce qui est visible, et de reconnaître que le symptôme ou la maladie est une expression des liens d'amour.

La troisième étape, c'est de pouvoir vivre ce qu'on a reconnu. Il faut reconnaître que des événements terribles, tristes qui surgissent dans un système familial sont des expressions de l'amour. Donner la place à ces sentiments est le chemin de la réconciliation. La constellation prépare ce chemin de réconciliation. Si cela fonctionne, je peux je prendre avec gratitude ce que j'ai reçu, être en accord avec mon destin et vivre une vie « complète ». Lorsque je m'ouvre à cette forme d'amour, je mets un processus en route, qui m'accompagne toute ma vie.

D'une part,