

Bernard FADDA
Jean Yves KERZULEC

Constellations familiales

Passerelles entre les mondes

A stylized, monochromatic illustration of a landscape with rolling hills and mountains in various shades of gray. In the lower right foreground, there is a small silhouette of a horse.

Éditions
Quintessence

Sommaire

11	Avant-propos	
13	Introduction	
17	L'itinéraire de Bernard	
39	L'itinéraire de Jean Yves	
69	Bert Hellinger et les constellations familiales	
1	L'expérience sud-africaine d'Hellinger	71
2	Les constellations familiales dans l'Allemagne d'après-guerre	72
3	Hellinger et les courants de pensée du xx ^e siècle	74
a.	Le cri primal	74
b.	L'analyse transactionnelle	75
c.	La Gestalt-thérapie	77
d.	L'école de Palo-Alto	79
e.	La thérapie familiale transgénérationnelle	80
1)	La loyauté	80
2)	L'éthique relationnelle	81
3)	La légitimité	82
4)	Trois grandes lois et trois dynamiques	83
5)	La parentalisation	84
6)	Le conflit de loyauté	84
f.	L'hypnose thérapeutique	87
4.	L'influence de Carl Gustav Jung sur la pensée d'Hellinger	89
a.	L'inconscient collectif	90
b.	Les archétypes	92
c.	La synchronicité	97
d.	Le champ morphogénétique	101
5.	Les champs de thérapies et les constellations familiales	104
6.	Les phrases ritualisées	109
7.	Le mouvement de l'Âme	111
8.	Quelques ouvrages fondamentaux d'Hellinger	113

a. « Constellations familiales / Comprendre les mécanismes des pathologies familiales »	113
b. « Les fondements de l'amour dans le couple et la famille / Les Constellations Familiales »	114
c. « Constellations familiales, psychothérapie et cure de l'âme »	114
d. « À la découverte des constellations familiales – De la théorie à la pratique »	115
9. Une vie accomplie	116
119 Le déroulement des constellations familiales	
1. Contextualisation, objectifs et problématiques	119
2. Le déroulé d'une constellation de groupe	122
3. Une expérience de champ morphique	124
4. Les étapes vers la résolution	128
5. L'autre type de placement	130
6. Les constellations familiales en accueil individuel	131
7. L'impact de l'histoire	135
8. Une démarche de paix	136
137 Alexandro Jodorowsky et les actes psychomagiques	
Du réalisme magique dans la littérature latino-américaine aux actes psychomagiques d'Alexandro Jodorowsky	137
1. Le réalisme magique et le réel merveilleux en littérature	139
2. De la thérapie traditionnelle de la parole à la thérapie par les actes	145
3. De l'intrication transgénérationnelle à l'acte psychomagique	147
4. Comment définir l'acte psychomagique	149
5. Quelques problématiques et leurs résolutions psychomagiques	151

1) Problématique en lien avec la violence verbale.....	152
2) Problématique en lien avec le poids de l'Histoire.....	152
3) Problématique en lien avec une perception particulière de l'argent.....	153
4) Problématique en lien avec le noyau sadomasochiste.....	153
5) Problématique en lien avec le noyau narcissique	154
6) Problématique en lien avec le « cannibalisme » affectif.....	154
6. La métagénéalogie, selon Alexandro Jodorowsky	155
7. La filmographie d'Alexandro Jodorowsky et sa finalité.....	158
8. Une discipline à la croisée des chemins.....	163
167 Témoignages	
1. « La mer n'est pas mauvaise et je ne suis pas une mauvaise mère »	167
2. « Un autre espace-temps »	169
3. « Oser exposer sa vulnérabilité »	171
4. « Trouver sa place pour se sentir légitime dans ce que l'on fait »	175
5. « Un grand manteau se dépose sur nous : quelque chose vient d'être réparé »	176
6. « Des constellations, version énergétique »	178
7. « Constellations familiales et mouvement de vie »	182
8. « La culpabilité du survivant - L'argent malsain »	186
189 Épilogue	
195 Conclusion	
199 Annexe : Le rituel des Rogations	
204 Bibliographie	
208 Index	



Avant-propos

Constellations familiales – Passerelles entre les mondes, Théorie et pratique : cet exercice de co-écriture est le fruit d'une collaboration étroite entre Bernard Fadda, constellateur depuis 2005, et Jean Yves Kerzulec, formé à cette pratique en 2020.

« - *C'est quoi, les constellations familiales ?* ». Telle est la question maintes fois entendue et à laquelle les auteurs s'engagent à répondre dans cet essai.

Quels chemins de vie, sans doute tracés depuis l'enfance, ont préparé les auteurs à la découverte puis à l'intégration de cet outil de « réparation » que constituent les constellations ?

Qui est Bert Hellinger, théoricien à l'origine de cette pratique systémique ? Et le psychomagicien Alexandro Jodorowsky, l'autre « spécialiste » en la matière ?

Quelles raisons peuvent bien pousser une personne à s'adresser à un constellateur ?

Quels objectifs se fixe celui-ci quand il est consulté ?

Comment se déroule une constellation ?

Autant de questions que se sont posées les deux auteurs de cet ouvrage avant de se livrer mutuellement à un exercice d'interviews et d'écriture.

Bernard maîtrise et enseigne les connaissances qui l'autorisent à pratiquer des séances de constellations familiales.

Jean Yves découvre tout juste une pratique dont il a immédiatement perçu le bien-fondé, la profondeur et la portée.

Tout d'abord, en face-à-face, ils ont mené un projet de questions / réponses. Dans un second temps, ils ont transcrit les paroles de chacun, dans un souci de complémentarité, en veillant à ce que le lecteur comprenne clairement les tenants et les aboutissants de cette méthode, tout en le familiarisant avec le lexique et les notions clés.

Conscients que leur thèse pourrait susciter bien des résistances rationalistes, tous deux écrivent dans un souci de rigueur et d'honnêteté intellectuelle.

Dans cet essai, ils se préservent d'une subjectivité complaisante et font en sorte d'éviter les clichés ou les projections qui parasiteraient leurs propos. Ils ne revendiquent aucune forme de prétention scientifique ni ne s'approprient le statut de psychologues ou de thérapeutes. En revanche, ils s'attachent à toujours argumenter, justifier et référencer leurs allégations.

- ⋮ Le lecteur peut aborder cet essai selon l'entrée qu'il souhaite, sans
- ⋮ avoir à suivre scrupuleusement le plan proposé : sa lecture n'en sera
- ⋮ pas altérée.

Avant d'exposer plus précisément les fondements des constellations familiales, de décrire leur mise en pratique et de développer leur finalité, les auteurs ont tenu à plonger dans leurs souvenirs d'enfance et de jeunesse : ils ont cherché à discerner ce qui a pu les prédisposer, dans les arcanes de leur vie respective, à être ouverts à ces savoir-faire et savoir-être, afin de mettre cette technique « libératrice » au service des personnes sollicitant ce type d'aide dans leur vie quotidienne.



Introduction

- Bernard, pourquoi cette volonté d'écrire sur les constellations familiales ?

J'avais à cœur d'écrire un témoignage : la rédaction de ce livre me permet de témoigner de la pertinence et de l'efficacité des constellations familiales en tant qu'outil libérateur. Dans la vie de chaque individu, rien n'est définitivement figé : tout peut être transformé, tout peut être « réparé ».

De façon schématique, cette « méthode » s'apparente à une thérapie de groupe : elle met en place une dynamique visant un mieux-être chez la personne constellée, laquelle cherche à résoudre une problématique qui l'affecte dans sa vie.

Me fondant sur mon vécu, sur 20 ans d'expérience et de pratique des constellations familiales, je suis guidé par la nécessité de rédiger un ouvrage de vulgarisation porteur d'espoir. Mon témoignage a pour objectif de transmettre un message d'esérance.

Par cette transmission, j'aspire à célébrer la Vie dans sa dimension non seulement humaine et quotidienne mais aussi transgénérationnelle, interculturelle et spirituelle.

Témoignage – Transmission – Célébration :
trois maîtres-mots, trois vecteurs qui motivent
la rédaction de cet essai.

Je suis conscient que mon enthousiasme appelle des réserves et je me dois de tempérer des attentes qu'il me faudra prendre soin de ne pas décevoir.

Depuis longtemps, je souhaitais écrire sur le thème des constellations familiales. J'emprunte ici à Ernst Bloch¹ la définition qu'il donne de ce genre littéraire qu'est « l'essai » et c'est volontiers que je partage avec

¹ Ernst Bloch (1885-1977) est un philosophe allemand, naturalisé suisse. Dans son œuvre, il tente de jeter un pont entre la théorie de l'émancipation prolétarienne et l'imaginaire qui soutient sa pratique. À travers son « utopie concrète », il esquisse la reconquête de l'homme par lui-même.

vous cette « étrange passion de dire ma vie, comme cela, sur-le-champ et entièrement² ».

- Sur quelles bases se fonde le propos de cet essai ?

Je me suis essentiellement appuyé sur l'observation des comportements pour mettre en théorie notre propos.

Ma pratique ne se fonde pas sur une approche purement scientifique mais sur une approche empirique et pragmatique : je m'appuie sur des faits avérés, constatés, sur les données factuelles et les indications particulières que m'offre en permanence l'expérience des constellations familiales.

Mes connaissances sur le thème sont toujours extraites ou induites des constances observées dans les comportements humains lors des constellations.

- Quel est le titre de l'ouvrage ? Pour quelles raisons l'avoir choisi ?

Constellations familiales : Passerelles entre les mondes – Théorie et pratique.

Ce titre revêt avant tout une dimension relevant à la fois du domaine de la pensée, de l'esprit et de l'âme. Notre réflexion et notre témoignage s'ouvrent sur une perspective à la fois historique, collective et individuelle qui transcende la réalité immédiate. Selon nous, le monde des vivants est inséparable du monde des ancêtres et des civilisations anciennes. Or, il apparaît que notre monde actuel a perdu toutes ces connexions spirituelles que les Anciens savaient célébrer et entretenir pour préserver un équilibre à la fois personnel, familial, clanique et sociétal. Quelles que soient les croyances et les appartenances, les constellations familiales ont une portée universelle.

Par conséquent, il nous semble primordial de puiser à nouveau dans ces pratiques ancestrales, de réactiver ces connaissances héréditaires que la société actuelle a oubliées, de retrouver les chemins de cette sagesse qui savait tendre vers l'harmonie et la paix, sources d'équilibre et de sérénité. Ce type d'organisation n'existe plus car nous nous sommes coupés de ces traditions qui donnaient cohérence, cohésion et sens à la vie. Sans traditions, nous nous retrouvons perdus dans un monde errant.

Notre propos consiste, entre autres, à prendre en considération ces mondes anciens dont les pratiques ont disparu au fil des générations. Il ne s'agit pas de les reproduire à l'identique mais, dans une certaine

² Bloch Ernst, *Traces, Spuren*, 1930.

mesure, de les réactualiser en retrouvant leur valeur éducative – voire « initiatique » –, leur utilité première.

Le titre *Constellations familiales – Passerelles entre les mondes* résume le fond même des constellations dont la pratique a déjà fait ses preuves, tout en permettant d'aborder des perspectives insoupçonnées pour qui ignore la nature de cette méthode de remédiation rapide.

- À qui souhaitez-vous vous adresser ? Quel est le public visé ?

- Comme il s'agit d'un ouvrage de vulgarisation, il vise un public large, sans restriction.
- Cet essai s'adresse aux personnes en recherche d'une meilleure connaissance de soi, en quête d'un mieux-être, ouvertes à la réflexion, à la pensée, à la philosophie : elles y trouveront peut-être des réponses à leur questionnement.
- Il est destiné à toute personne s'intéressant de près ou de loin à son arbre généalogique.
- Il intéressera quiconque se sent concerné par l'Histoire, les événements historiques, le poids des guerres qui ont jalonné les 150 dernières années et dont l'impact affecte encore aujourd'hui bon nombre de gens, même inconsciemment.
- Toute personne voulant comprendre les causes de son mal-être se sentira impliquée à la lecture des propositions d'interprétation et des solutions que présente cet ouvrage.
- Bon nombre de thérapeutes sont susceptibles d'y trouver une source d'informations utiles : ils prennent de plus en plus en considération les propositions de remédiation brève que proposent les constellations familiales.

- Dans quelle mesure le lecteur peut-il se sentir concerné par les thèmes traités ?

Lorsque l'on aborde pour la première fois le thème des constellations familiales, on se sent interpellé dans son for intérieur par leur teneur et les enjeux qu'elles véhiculent. À titre d'exemples, comment ne pas s'interroger en prenant conscience que les raisons de son mal-être ou de ses blocages sont peut-être dues à des drames familiaux antérieurs, à un ancêtre oublié, à des faits de guerre ; ou bien à un héritage mal distribué au moment d'une succession remontant à plusieurs générations ; ou encore à des non-dits, à des secrets de famille, à des actes d'inceste, à

des avortements, à des fausses couches, à des faillites, à des suicides, à des meurtres, à de l'argent mal gagné... ?

« Quand l'impensable devient pensable³ », revisiter l'histoire familiale en établissant des liens de cause à effet avec sa propre histoire prend alors une importance capitale, inédite, souvent surprenante.

Au-delà de ces liens que d'aucuns pourraient juger trop mécaniques, il s'agit aussi de trouver des corrélations plus subtiles, plus actuelles, dans le domaine de la recherche moderne, comme dans celui des neurosciences, par exemple.

Riches de sens, les constellations familiales offrent la possibilité d'aller au plus profond de soi.

Prendre conscience de cette multiplicité d'aspects et tenter de les comprendre en les mettant en interaction, en les analysant, est loin d'être anodin ! Comment ne pas se sentir intéressé, concerné, voire bouleversé ?

³ Tisseron Serge, *Les secrets de famille*, Que sais-je ? Presse Universitaires de France / Humensis, 2011.



Bert Hellinger

et les constellations familiales

Le psychanalyste allemand Anton Bert Hellinger (1925-2019) a élaboré et développé une méthode appelée à l'origine « placement familial », plus communément nommée aujourd'hui « constellations familiales ».

- ⋮ Ce processus thérapeutique met tout d'abord en lumière nos déséquilibres cachés, sources de nos souffrances dans notre vie personnelle,
- ⋮ qui trouvent leur origine dans notre arbre généalogique. Dans un second
- ⋮ temps, il vise la transformation, pour un mieux-être, de nos problèmes
- ⋮ d'ordre psychologique – familiaux et / ou professionnels –, de nos
- ⋮ angoisses, de nos conflits intérieurs et de nos autres névroses.

Hellinger est parti du postulat que la plupart de nos difficultés sont liées à notre propre histoire familiale. La mise au point de cet outil thérapeutique est le fruit d'un long cheminement qui s'inspire des découvertes d'autres médecin-psychiatres tout au long du xx^e siècle. L'influence du psychanalyste suisse Carl Gustav Jung (1875-1961) est particulièrement marquante car celui-ci a été l'un des premiers à prendre conscience de l'impact de nos ancêtres dans notre vie.

Le thérapeute allemand n'oublie pas que ses découvertes trouvent leur source chez les Zoulous parmi lesquels il a passé quinze années de sa vie, en Afrique du Sud : ce sont eux qui lui ont fait prendre conscience des liens profonds et invisibles, unissant les vivants et les ancêtres. Selon lui, **les constellations familiales nous libèrent des liens gênants qui nous lient à nos ancêtres et nous permettent de trouver un nouvel équilibre par l'amorce d'un processus de changement.**

L'émergence de nouvelles thérapies en Amérique du Nord et en Europe de l'Ouest, dans le courant du xx^e siècle, révolutionne le travail thérapeutique. Hellinger s'en empare pour parfaire sa méthode. Il parvient à faire la synthèse entre des croyances ancestrales et des courants de pensées modernes. Ces ponts entre des sociétés dites premières et des

sociétés avant-gardistes ont favorisé l'élaboration d'une méthode d'un syncrétisme étonnant.

Les recherches de Bert Hellinger sont concomitantes de celles d'Alexandro Jodorowsky¹. Quand cet artiste psychomagicien d'origine chilienne évoque nos ancêtres, il parle « d'arbre magique » présent et vivant à l'intérieur de chacun nous. Il soutient qu'il est toujours possible d'évacuer les souffrances enfouies, notamment par la mise en scène d'actes psychomagiques.

∴ Hellinger propose des constellations de nature systémique² et phénoménologique³, en lien avec les êtres de la famille qui nous ont précédés.
∴ Simultanément, elles revêtent une dimension spirituelle, quasi magique, quand on observe son déroulement et les résultats obtenus. Jodorowsky, quant à lui, se prévaut de la psychomagie, actes imprégnés du réel
∴ merveilleux surgi des profondeurs de l'âme latino-américaine.

1 Partie concernant Alexandro Jodorowsky, p. 137.

2 La technique systémique consiste avant tout à considérer chaque type de phénomène comme un système : un ensemble complexe d'interactions, souvent composé de sous-systèmes, le tout au sein d'un système plus grand. Cette manière de définir, d'étudier ou d'expliquer le phénomène se distingue des approches traditionnelles qui s'attachent à découper un système en parties, sans considérer le fonctionnement et l'activité de l'ensemble, c'est-à-dire le système global lui-même. (Cf. Wikipédia.)

3 La phénoménologie est un courant de pensée du xx^e siècle, fondé par Edmund Husserl dans l'optique de faire de la philosophie une discipline scientifique. Elle tire son nom de sa démarche, qui est d'appréhender la réalité, telle qu'elle se donne, à travers les phénomènes. (Cf. Wikipédia.)

1. L'expérience sud-africaine d'Hellinger

Après des études de philosophie, de théologie et de pédagogie, Bert Hellinger est ordonné prêtre en 1952 et entre dans la congrégation des Missionnaires de Mariannahill, un ordre trappiste. Il est nommé à la direction d'une école en Afrique du Sud qu'il dirigera pendant 16 ans, jusqu'en 1968.

Au cours de son séjour, il découvre les pratiques ancestrales des peuples dits primitifs qu'il côtoie au quotidien : c'est de l'observation du culte que les Zoulous rendent à leurs ancêtres qu'il va élaborer les fondements théoriques et pratiques de sa méthode thérapeutique. De l'étude du comportement spécifique de ces indigènes, lors de leurs rituels, il tire des conclusions qui vont venir nourrir le système qu'il met en place à partir des années 1970.

⋮ Hellinger découvre que les Zoulous savent intuitivement qu'un ancêtre
⋮ passé dans l'autre monde n'est pas en paix. Cela se manifeste concrè-
⋮ tement, tant au niveau clanique que familial et personnel : c'est tout le
⋮ système qui se trouve ébranlé par ce mal-être de l'ancêtre. En consé-
⋮ quence, certains villageois souffrent personnellement de perturbations
⋮ qui les déséquilibrent au quotidien, déstabilisant ainsi la vie sociale du
⋮ village. Familièrement parlant, des gens du village ne vont pas bien.

Pour remédier à ce malaise, les habitants doivent procéder à des rites : il leur faut honorer leurs défunts en leur rendant hommage, en les bénissant avec amour et respect. C'est tout le clan qui les fête. À titre d'exemples, ils se regroupent en cercle, chantent et dansent en chœur, selon les règles coutumières de leur ethnie. Ils peuvent aussi avoir recours au sorcier qui, par des incantations et des rituels spécifiques, intercèdera auprès des dieux en faveur de l'ancêtre en souffrance pour que son âme soit apaisée. Hellinger observe que les effets produits par ce cérémonial sont toujours positifs car porteurs de conséquences tangibles : la vie sociale du village retrouve son fonctionnement harmonieux et les villageois concernés ne souffrent plus de troubles comportementaux ou, tout au moins, s'en trouvent soulagés. C'est comme si les ancêtres, apaisés, devenaient bienfaisants vis-à-vis de leurs descendants.

Pour Hellinger, il apparaît évident que ces cérémonies ritualisées mettent en lien deux mondes, celui des vivants et celui des ancêtres, et qu'elles produisent des effets bénéfiques sur le plan collectif, familial et individuel.