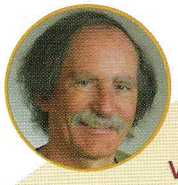
?

Nos difficultés de vie peuvent-elles provenir de notre histoire familiale ?

Rose et Gilles Gandy

Nos problématiques proviennent apparemment de notre environnement. À cet égard, le terrain familial fait partie des premières imprégnations que nous recevons. Mais l'histoire de nos ancêtres ne s'imprime pas que de manière physique et génétique car elle se transmet aussi par l'émotionnel et le mental. Un être humain se compose en effet au moins de trois «corps énergétiques» : le physique, l'émotionnel et le mental. C'est pourquoi l'histoire familiale s'imprime par des symptômes physiques, par des ressentis émotionnels, et aussi par des schémas de pensée ou des traits de caractère. Concrètement, cela signifie que chacun d'entre nous se retrouve à devoir apporter une réponse à un questionnement posé par un ou plusieurs de ses ancêtres. Mais au-delà de cette perception externe («je suis soumis à une influence extérieure»), nous pouvons adopter une attitude interne («mon âme a choisi ces circonstances comme terrain de travail»). Cette nouvelle façon de percevoir l'histoire familiale nous permet alors d'y apporter une réponse positive pour tout le monde.



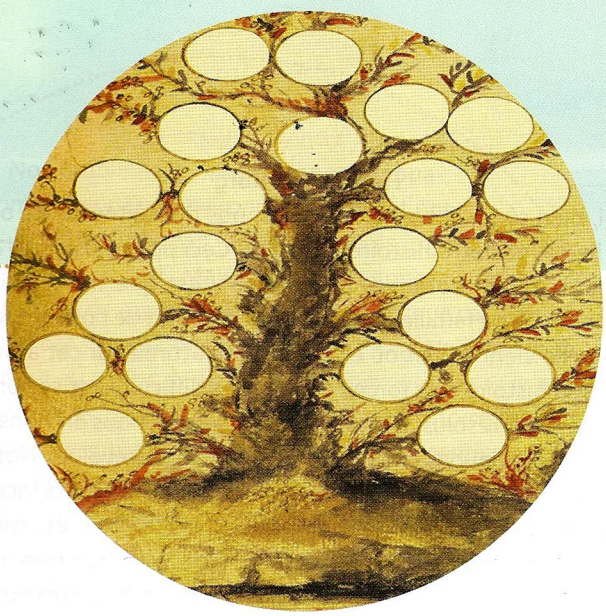
Visarjana Rolf Gaensslen

Pas seulement les difficultés, mais aussi les ressources dont nous disposons sont dans une large mesure déterminées, ou du moins influencées, par le milieu familial et social dans lequel nous sommes nés et par lequel notre apprentissage de la vie a été le plus marqué. Mon expérience en tant qu'animateur de constellations familiales m'a convaincu que le vécu familial, spécialement quand il a été traumatisant (p.ex. décès, maladie grave ou absence d'un parent, déracinement migratoire etc.) joue un rôle essentiel dans le développement de l'individualité d'un enfant, ceci même avant la naissance et ensuite pendant toutes les années formatives de la personnalité, jusqu'à l'adolescence et parfois même au-delà. Par la force des choses et par une série de choix conscients ou inconscients, l'enfant s'inscrit dans l'histoire de sa famille, dans un sens ou dans un autre, soit dans la continuité des traditions familiales, soit dans une attitude de révolte, de rejet ou d'indifférence envers ces mêmes traditions. Ceci dit, chaque être humain dispose aussi d'un degré de liberté, au début plus ou moins grand, qui lui permet de se détacher de manière consciente de l'emprise des empreintes familiales. Mais cette liberté n'est pas acquise automatiquement, elle est le fruit d'un travail sur nous mêmes et elle se mérite par une ouverture du cœur qui nous rend capables de nous réconcilier en amour avec notre passé familial.

Rosemonde Rossel et Samantha Dubois

Nous sommes le fruit de la rencontre d'une femme et d'un homme, donc de l'histoire de deux lignées, avec ses potentiels et ses difficultés. L'éducation, le niveau économique, l'environnement socio-culturel, les traditions religieuses vont obligatoirement avoir une influence sur notre vécu.

Faut-il comprendre notre arbre généalogique pour mieux vivre ?



Magali Niklaus

La généalogie est un outil parmi d'autres pour comprendre d'où nous venons. L'arbre généalogique est utile pour mettre en évidence des événements dramatiques qui ont traumatisé notre système familial. Cette connaissance permet de poser des hypothèses sur d'éventuelles loyautés que nous pourrions perpétuer sans le savoir. Mais la compréhension seule ne suffit pas, c'est la conscience dans sa dimension psychocorporelle et spirituelle qui aide à mieux vivre. Il existe d'autres outils, tels que l'interprétation des rêves, ou encore la constellation familiale, le dialogue intérieur qui, s'ils sont intégrés dans un chemin de conscience, nous aident à comprendre d'où nous venons et à mieux vivre.

Rose et Gilles Gandy

L'arbre généalogique est surtout à appréhender dans sa dimension symbolique. Il signifie que les ancêtres sont nos racines, notre alimentation, et cela depuis l'origine du monde (nous sommes tous des descendants d'Adam et Eve). En cela, nous devons le vénérer pour être correctement nourris, ce qui explique le commandement de Moïse : « Honore ton père et ta mère afin de vivre vieux. » Ceci constitue la première circulation énergétique collective depuis le big-bang et c'est souvent là que nous disons « non », nous coupant ainsi de l'alimentation avec la source de vie. Dans un premier temps, le travail sur l'arbre généalogique consistera donc à remettre du lien avec les ancêtres. Ensuite, il existe une circulation dans l'autre sens : chaque prise de conscience effectuée par un membre de la lignée peut bénéficier à tout l'arbre. Autrement dit, si notre incarnation « porte ses fruits », l'arbre en profite dans sa globalité.

Michaël Katzeff

Lorsque nous pouvons donner ou redonner une place, une bonne et juste place (!) à chaque membre de notre famille, sans en négliger un membre, « indésirable », décédé, avorté, oublié ou exclu, alors toute notre familiale, actuelle et d'origine, ainsi que chaque membre de notre système familiale s'en porte mieux. Quelque chose s'apaise, pour chacun d'entre nous comme pour l'ensemble de la famille. Chacun trouve ou retrouve un meilleur équilibre au sein de sa famille, d'origine ou actuelle. Chacun gagne en force et en santé pour sa propre vie, personnelle, familiale, relationnelle et professionnelle. Certains destins malheureux et parfois récurrents ou certaines identifications avec des membres de notre famille ou avec certain destins lourds ne doivent plus se rejouer. Chacun peut alors vivre son histoire personnelle et ne plus devoir rejouer quelque chose qui ne lui appartient pas. Cela donne un autre goût et d'autres horizons à notre liberté.

Visarjana Rolf Gaensslen

Bien plus qu'une connaissance purement intellectuelle, l'expérience directe des énergies qui sont en jeu dans le champ familial, telle qu'elle est possible dans le cadre d'une constellation familiale, est une méthode parmi d'autres pour augmenter notre degré de liberté et pour renforcer les ressources qui nous permettent une vie créative toujours plus consciente et autonome, dans la joie et dans le partage. Trop souvent on focalise trop sur les faiblesses et blessures qui sont causés par les intrications du passé familial dont on aimerait se débarrasser, en oubliant que la famille est aussi la source de nos forces, de nos dons et talents, de notre énergie vitale et créatrice.

Hélène von Burg

Pour moi, l'exploration des racines familiales fait partie de la démarche de connaissance de soi et de transformation intérieure. Dans son histoire, et à travers les générations, notre famille a porté son poids d'amour, de richesses et de difficultés qui nous ont soutenus, enrichis et freinés. Il est important de pouvoir en comprendre le sens, de poser un regard neuf sur ce qui a été vécu et véhiculé inconsciemment, qui nous a influencé ou nous influence encore. Ce travail de clarification permet de mettre plus de conscience dans nos vies. Notre arbre généalogique est comme un village ou un pays dans lequel nous nous sommes insérés . D'une part, c'est bien de connaître son village et son pays, et bien au-delà, de découvrir le sens plus profond de notre vie, de nos difficultés, de nos quêtes, de nos amours et de nos fascinations. Et finalement, cette nouvelle compréhension nous permet de mieux comprendre les membres de notre famille, en particulier nos parents, de les accepter plus profondément, de leur pardonner si c'est ce qui se présente à nous, et de nous pardonner à nous-mêmes !

Rosemonde Rossel et Samantha Dubois

Nous utilisons le génogramme, soit l'arbre généalogique commenté des éléments marquants, comme une carte de lecture dans le but de donner du sens à notre vécu et nous inciter à effectuer un travail de correction pour transformer ce qui nous pose problème. Le vécu de nos ancêtres sert de repères pour comprendre nos propres ressentis et réactions.

Un secret familial doit-il toujours être mis à jour ?

Rose et Gilles Gandy

Le problème des secrets de famille, ce n'est pas tant l'acte qui a été posé, mais la charge de culpabilité qui se transmet de génération en génération dans le silence. En effet, quand on garde un secret, c'est toujours par culpabilité. Les générations à venir vont donc incarner et ressentir cette culpabilité alors qu'elles n'ont commis aucune faute. Elles en viennent à s'auto punir par des maladies ou des vies difficiles alors qu'elles ne sont responsables de rien. Le fait de dévoiler le secret familial va surtout permettre, par une prise de conscience, de libérer cette charge émotionnelle. Cela constitue une première étape nécessaire mais pas suffisante. La vraie guérison viendra ensuite, lorsque les descendants seront capables de considérer le secret en question de manière neutre, c'est-à-dire dans un « amour compassion » (ou par un « pardon »). Tant que le jugement persiste, la culpabilité se renforce. Ainsi, le descendant né d'un viol ne pourra se libérer vraiment qu'en sortant du jugement bien/mal et de l'identification au vécu de son ancêtre.

Rosemonde Rossel et Samantha Dubois

Un secret de famille cache avant tout une souffrance (honte, culpabilité) ou une volonté de se protéger ou de protéger quelqu'un d'une vérité que l'on a jugé à un moment donné impossible à exprimer ou à entendre. Ce sont des choses à respecter. Ce serait une erreur que de vouloir mettre à tout prix à jour un secret de famille, car il a eu sa raison d'être, il faut être préparé aux conséquences pour soi et pour les autres. Toutefois, la mise en lumière d'un secret de famille est le plus souvent très libératrice.

Le vécu de nos ancêtres, alors qu'ils ne sont plus, peut-il influencer l'orientation de notre vie ?

Visarjana Rolf Gaensslen

Oui, l'expérience des constellations familiales le démontre encore et encore, et là aussi dans les deux sens. Les intrications de nos ancêtres, tout aussi bien que leurs dons et leurs talents, peuvent réapparaître des générations plus tard.

Magali Niklaus

Oui, il est possible que le vécu d'ancêtres décédés que nous n'avons pas connus influence notre vie. Il s'agit en particulier des situations de traumatismes collectifs, tels que les vécus de guerre, les déportations, les génocides, ou encore lorsqu'un ancêtre a été exclu de la famille parce que son destin fait peur – suicide, décès en bas âge, internement psychiatrique, faillite, meurtre etc... Un tel événement se grave dans l'inconscient familial et disparaît dans l'ombre, mais son énergie hante la famille comme un fantôme. Le système familial oriente tous ses efforts de vie pour éviter la situation traumatique, transmettant aux descendants des souffrances inconscientes.Cette énergie refoulée resurgit parfois une ou deux générations après, car l'inconscient ne connaît pas le temps et cherche à rééquilibrer.

Michaël Katzeff

Si certains de nos ancêtres ou de nos grands parents, peut-être même nos propres parents ont vécu l'holocauste, comment nous transmettront-ils la force et la paix nécessaires et nourrissante pour notre propre existence ? Comment, comme héritier d'un tel destin, vivrons-nous l'exclusion ? Quel sera notre rapport à la guerre ou au pouvoir ? Comment prendrons-nous la force de nos ancêtres, inconnus, absents ou même présents mais certainement abîmés ? Si nous savons qu'un de nos parents est mort du sida, quel sera notre rapport à la sexualité, à la multiplicité des rapports, au préservatif ou à ceux qui sont également atteints du sida ? Quel sera notre rapport à l'amour, cet acte sexuel délicieux et si précieux, cet état d'âme merveilleux ? Si ma grand-mère a été violée, ma propre mère abusée, comme fille et comme femme, comment vivrai-je mon rapport à l'homme et à la sexualité ? Comment regarderai-je celui qui a abusé, même s'il s'agit d'un proche que j'aime ? Et quelle orientation suivra le fil de mon existence ?...

Hélène von Burg

Pour moi, les orientation de notre vie ont un lien direct avec nos ancêtres ! Par exemple, une de mes grand-mères est morte une semaine après la naissance de son 7ème enfant. Elle avait 36 ans, je ne l'ai donc jamais connue et j'ai très peu entendu parler d'elle, ma mère l'ayant elle-même très peu connue. Or, alors que je créais et animais une maison d'accueil familial à Treyvaux avec ATD Quart Monde, j'ai été amenée à accueillir une fratrie de 7 orphelins. Je m'en suis occupée comme de mes propres enfants pendant un an, jusqu'à ce qu'une solution favorable se présente à eux et qu'ils puissent rester ensemble. C'était comme un acte de réparation de l'expérience de ma grand-mère. Bien sûr, je n'en avais pas conscience sur le moment ! Avec les personnes qui ont suivi mon cycle *Ma famille*, arbre initiatique, racines intérieures, j'ai souvent été témoin de ces liens subtils entre des êtres à travers les générations, et comment l'orientation de la vie des uns et des autres avait un lien direct avec la vie des ancêtres de la famille. Je pense qu'il faut voir ceci dans un contexte plus large. Les enfants qui naissent – comme nous l'avons fait – héritent d'un contexte qui a été déclenché bien avant eux ! Nous sommes tous des héritiers. Nous héritons du monde dans lequel nous nous insérons, et plus particulièrement du monde qu'ont créé nos ancêtres, et des actes qui n'ont pas pu aboutir à travers eux.

Rosemonde Rossel & Samantha Dubois

Comme l'a découvert le groupe de recherche du Professeur Alain Malafosse, du Département de psychiatrie de l'Université de Genève au début 2012, les traumatismes laissent une empreinte sur l'ADN, qui peut se transmettre jusqu'à trois générations au moins .

Rose et Gilles Gandy

Évidemment, puisque le vécu de l'arbre imprime le moindre de ses rameaux, chaque membre du clan familial va être influencé par l'histoire de ce clan. Ainsi, il faut quelquefois plusieurs générations avant qu'une personne décide de remettre en cause le choix de vie d'un patriarche (cela se matérialise souvent dans les histoires de maisons familiales, d'entreprise reçues en héritage, etc.). Nous voyons alors à l'œuvre un autre mécanisme naturel, celui de la destruction. Un ancêtre essaie de réaliser un rêve et transmet ce projet à sa descendance avec l'ordre de le perpétuer. Deux ou trois générations obéissent à cet ordre, puis viendra un descendant qui cassera le mythe de manière consciente ou la plupart du temps inconsciente. Cette brisure est souvent jugée négativement par le clan alors qu'en fait, elle est libératrice et permet à la descendance de vivre pleinement sa vie sans obéir à des ordres anciens. La Vie n'aime pas la répétition et préfère l'évolution...

?

Nos problèmes familiaux peuvent-ils avoir une influence sur notre santé physique ?

Hélène von Burg

Depuis que je travaille dans le domaine de la connaissance de Soi et du développement personnel (voilà 20 ans) cette question du lien entre le corps physique et les autres dimensions de notre être – nos émotions, notre mental, nos pensées et frustrations, notre vécu intérieur – a beaucoup évolué dans notre société occidentale. Il est de plus en plus admis que notre corps vit avec toutes nos dimensions et exprime physiquement l'énergie qui peut être bloquée à cause d'émotions, stress ou conflits intérieurs qui ne trouvent pas de solution. Ceci fait intimement partie de l'histoire de chacun, ainsi que le décodage que nous faisons du langage du corps. Notre corps participe à nous guider vers la solution de nos conflits intérieurs. Je connais une jeune femme qui a déclaré un cancer de la peau sur la tempe, qui a pu être réparé. 10 ans avant, son père s'était suicidé d'une balle dans la tempe, exactement au même endroit. Quel mystère ! Cet événement a pourtant permis à cette personne de confronter et guérir en elle la blessure affective du décès de son père. J'irai encore plus loin. Je pense que notre corps participe et nous guide dans le but de notre vie. Nous sommes un, ce qui se manifeste au niveau physique commence plus profondément dans notre conscience !

Rose et Gilles Gandy

Comme nous l'avons largement décrit dans notre ouvrage *(Lignées familiales, comment trouver la paix ?)*, beaucoup de nos problématiques physiques ont pour origine des pollutions énergétiques dans les lignées familiales. Cela explique que des symptômes graves ne peuvent pas être traités par la médecine. Ces symptômes se focalisent surtout sur les reins (c'est par là que nous recevons l'énergie de nos ancêtres), la zone sexuelle et la gorge (l'énergie se transmet par le sexe), les jambes et les pieds (ils représentent notre enracinement) et la zone cardiaque. Quand des symptômes persistent malgré les traitements et le travail sur soi réalisé par la personne, c'est souvent parce que les causes échappent à nos perceptions. En l'occurrence, si l'origine remonte à 20 générations, il faudra aller traiter cette cause et ne pas se contenter de soigner les conséquences actuelles. La problématique thérapeutique consiste à agir à la fois sur le passé, mais à travers un acteur conscient actuel (la personne qui consulte et demande de l'aide).