

La demande

1. Mise en place de la demande et choix du constellé

2. « Interrogatoire »

3. Ecoute et acceptation (ou pas) de la constellation

4. Choix du système de constellation et choix des rôles

5. Choix des personnages parmi les autres participants

6. Placement dans l'espace

1. Mise en place de la demande et choix du constellé

• Prendre contact avec la pièce et y mettre « sa patte » (Grigri, autel, ...). Arranger l'espace et

montrer au groupe que c'est important, si nécessaire nettoyer énergiquement le lieu. Placer les participants (en cercle, tous les participants regroupés, ...).

• Mettre l'accent sur la notion de groupe, de Nous >< Moi-Je, mettre de l'intention/emphase sur

l'humain ensemble. Ex: il y a des choses difficiles à traverser en étant seul, il y a des moments

ou on a besoin du groupe pour traverser des expériences difficiles.

• Explications avant de commencer les constellations:

- Bienveillance

- Confidentialité

- Pas de passage à l'acte

- Travail de projection durant les constellations, bien indiquer que quand les rôles sont déposés, on n'utilise plus les noms/qualifications que les participants ont joués des les constellations. Rem: lors de la dépose des rôles, bien s'assurer que les participants sont « revenus » et ne sont plus trop envahis par le personnage qu'ils ont joué.

- Parler du hasard qui n'existe pas. Ce ne sont pas plusieurs constellations mais bien un marathon de constellations.

- Indiquer comment seront choisis les constellés (tarot, Y-king, le premier qui demande, ...)

- Faire un tour du groupe en proposant de parler de:

• son prénom

• son intention (peu de mots)

• comment je me sens (aller dans le détail de la sensation)

• Une question qui revient souvent pour les participants: « est-ce que ce que le participant ressent lui appartient ou appartient au personnage qu'il a joué dans la constellation? ». La réponse peut être: « C'est un mélange entre l'histoire du participant et l'inconscient collectif ET

quand on est choisi pour un rôle c'est qu'il y a une résonance avec la propre histoire du participant. Le participant est choisi à cause de cette résonance, on est tous en lien.

• Préciser que la constellation n'est pas la réalité, ni dans ce qui s'est passé ni dans ce qui se

passera ou pas.

• Préciser que si qqun sort de la réalité du présent (complètement dans ses mémoires sans pouvoir en sortir), on peut arrêter la constellation ou le rôle joué par la personne.

• Indiquer que les rôles les plus difficiles sont les « meilleurs », ceux qui permettent au participant d'explorer des zones d'ombre/cachée de lui.

• Indiquer que l'engagement est important, on ne gagne pas le gros lot en misant 1€. On reçoit

en fonction de ce que l'on met.

"15

lundi 6 octobre 2014

• Indiquer qu'il est important de ne pas raconter sa constelle après l'avoir faite afin de ne pas

réécrire l'histoire.

- Dans la mise en place de la constellation, il est important de repérer les ouvertures (porte, fenêtre, baie vitrée, ...), en prendre conscience et se positionner en conscience par rapport à ces ouvertures (dos à la porte, face à la porte, sur le côté, ...).

- Si qqun n'a jamais fait de constellation, on peut lui indiquer qu'il peut bouger, s'exprimer, répéter

ou pas ce qu'on lui dit de dire ou changer les phrases...

- Poser des questions dans le sens de la demande. Ex: un problème d'engagement vis-à-vis des hommes => ou sont les hommes dans la généalogie.

2. Interrogatoire

Questions automatiques:

- « Qu'est-ce que tu voudrais qu'il change demain après cette constellation? »

2. Ecoute et acceptation (ou pas) de la constellation

- Sentir dans le groupe ce qui se passe. Pour ce travail, c'est l'intérêt du groupe qui va conditionner l'acceptation de la constellation. Si le groupe réagit, est intéressé, attiré, on peut accepter la demande.

- Surveiller la réaction ou non du groupe lors de la demande du constellé.

3. Choix du système de constellation et choix des rôles

- Ce sont les réactions du corps du constellé qui vont nous donner les informations sur le choix

du système de constellation et sur les choix des personnages. Cela peut être des réactions physiques, des micro-mouvements ou des inflexions de voix. Si le corps du constellé réagit bien

que intellectuellement cela pas beaucoup de sens, on prend quand même! Rem: cela part

du présupposé que l'inconscient habite le corps entier alors que le conscient habite seulement

le cerveau.

- Si on n'est pas certain du choix des personnages, on peut faire rentrer des personnages qui

ne « plantent » pas: Papa/maman, le symptôme (qui peut indiquer où se trouve le problème et/

ou quelle est l'intensité de celui-ci), ...

- On peut également rechercher si qqun d'autre a eu le comportement ou le problème dans l'arbre généalogique.

- On peut équilibrer les polarités: Papa versus maman, agresseur versus ressources, mort versus

puissance de vie.

- Lorsque le constellé est trop associé on peut faire rentrer le comportement associé ou l'âge qu'à le constellé qui il est associé. Ex: on fait rentrer le petit constellé qui a 5 ans.

- Lorsqu'il y a des choses évidentes qui sont oubliées, on peut les faire rentrer.

- Vers le haut dans le temps. Ex: mon mari me fait ça. On peut remonter dans le temps et demander si le père, le grand-père ou une autre personne de l'arbre avait le même comportement.

- En fonction des croyances, jugements et projections de la personne, on peut faire rentrer le comportement ou le personnage qui incarne cela. La personne parle d'elle-même, elle projette

sur l'extérieur ce qu'elle vit à l'intérieur, c'est utile de lui renvoyer ce miroir. Cela représente son ombre (si c'est un jugement/croyance négatif) ou sa loyauté (si c'est positif). Ex: ma mère

fait la meilleure cuisine du monde.

4. Le Choix.

- . Demander, en tout cas liberté toujours de refuser un rôle, primordial
- . Les yeux ouverts (montrer du doigt, s'adresser à, aller chercher, etc..)
- . Les yeux fermés (tourner sur soi et montrer du doigt, au touché, à l'odeur, etc...)
- . Qui se sent appelé pour tel rôle ??
- . Certains personnages choisis par un autre personnage.
- . Petits papiers dans un chapeau (qu'une seule, ou plusieurs ou personne ne lit...)
- . etc

5. Placement.

- . Comme ils le sentent
- . En tableau (de famille)
- . Placés par constelleur ou constéllé
- . 1 par 1, ou tous en attente dans un espace ritualisé