

# Les Rituels en constellation

Dans un rituel, il y a un protocole, un canevas préétabli. Le canevas est secondaire par rapport au primaire qui est la connexion au plus grand (Dieu, la nature, l'univers, ...). Il est dès lors important de mettre l'emphase sur le Sacré. Il faut également éviter la dispersion et se focaliser sur le canevas/chemin.

## 1. Quand et pourquoi

Un rituel signe la fin d'une constellation ou remplace une constellation classique.

On peut faire un rituel de:

- Célébration (fête connectée à plus grand)
- Initiation (passage)
- Reconnaissance

Le rituel est:

- Valable pour toute l'humanité
- A un effet au niveau de l'inconscient collectif
- Utile lorsqu'il y a besoin de divin pour passer à autre chose
- Utile pour appuyer un travail de constellation

## 2. Outils

Liste des « outils » utilisés en rituel:

- Tambour (énergie Yang): besoin de force, de « passer » qqchse
- Bol tibétain (Energie Yin): besoin d'unification
- Voix (chant, Ohm, ...)
- Objets: Coussin, pierre, chapelet, ficelle (pour créer des ligne, démarcation, espace rituel, ...)

## 3. Ritualiser la relation

« Est-ce que tu peux signer avec le corps, faire un geste avec le corps, afin que ça soit vécu avec le corps », cela peut être fait en « chargeant » (mettant de l'emphase sur) le mouvement que fait le corps en trois temps:

- Imaginer/visualiser le mouvement que va faire le corps
- Faire réellement ce mouvement

- Faire des aller/retour de ce mouvement: « Reviens en arrière puis recommence le mouvement », on peut le faire faire 3 fois et à la troisième fois: « Tu le fais comme si c'était la première fois »

#### 4. Ritualiser le groupe/le champs

Proposer au groupe de sentir/vivre l'évènement ensemble, c'est utile que tous ceux qui participent soient « dedans ». Rien n'est imposé et ceux qui ne veulent pas peuvent rester dehors. Il est important que ceux qui sont dehors se réunissent en groupe et ne soient pas seuls. Ils font partie de l'expérience, on garde un oeil sur eux (comme en constelle), cela promet d'inclure tout le monde.

#### 5. Exemples

- Célébration

Intégrer la joie essentielle.

- Passage (développé durant la formation Rituels)
  - Accouchement/naissance
  - Désenvoutement
  - Mineur
  - Enterrement
- Reconnaissance
  - Rituel des lignées: disposer face à face en une file de chaque côté la lignée des hommes bienveillants et en face la lignée des femme bienveillante. La première personne de chaque côté s'appuie corporellement sur toute sa lignée qui est dans son dos. Le poids est réparti sur toutes les personnes composant la lignée. Puis on change et on fait passer tout le monde un par un.
  - Touché(s) de reconnaissance: un ancêtre homme prend les testicules du constellé dans la main. Il est important que ce soit un touché juste de reconnaissance du masculin, une validation du masculin. Cela peut-être d'homme à homme ou parfois de femme à femme. Cela est fait devant témoin. On peut introduire le rituel par « Es-tu prêt à vivre un rituel de transmission masculine? »
  - Porté(e): Permet de vivre la confiance du bébé, une confiance corporelle total. On cherche le plaisir de se laisser porter en toute sécurité et en même temps, cela informe le constellé que la dépendance n'est pas dangereuse. Il est important de faire participer beaucoup de gens qui représentent des personnages importants de l'arbre dont le constellé a besoin. On peut commencer par terre si le constellé est « en bas âge » ou sur une chaise dos aux représentant s'il est plus vieux, dans ce cas on repose la

personne debout quand c'est fini. On peut porter avec les mains ou avec une couverture. On peut aller jusqu'à faire sauter le constellé.

- Unbroken ancestors: ce rituel est fait sur un point précis où le constellé est « cassé »/fragile (ex: sexualité). Le constellé choisit plusieurs (au moins 5) ancêtres « incassés », c-à-d qui n'ont pas eu le problème dans leur vie ou qui ont vécu une vie harmonieuse face à cette thématique. On peut retourner jusqu'à l'âge des cavernes... Le constellé rentre en contact avec tous ces ancêtres un par un ET **additionne** toutes les énergies qui lui sont transmises par ces ancêtres. Puis fait un pont vers le futur à la fin du rituel.
- L'arbre (généalogique): ce rituel est utilisé dans le cas d'un problème de place du constellé. Choisir tous les ascendants jusqu'aux arrière-grands-parents et compléter avec les lignées d'hommes et de femmes et les placer dans la pièce sous forme d'arbre généalogique (père à droite, mère à gauche). Le rituel se déroule en 3 étapes:
  - Le constellé regarde son arbre d'abord les pieds au sol puis debout sur une chaise afin de voir tout le monde et de se rendre compte que tous les membres de son arbre sont nécessaires pour qu'il (elle) soit en vie. Le constellé nomme tous ses ancêtres puis ceux-ci disent « Tu es (le prénom du constellé) ».
  - Le constellé se promène dans son arbre
  - Le constellé se met dos à son arbre et sent ce que cela lui fait d'avoir tous ses ancêtres derrière lui (elle). Tous les membres de l'arbre se mettent derrière lui (elle) et avance en même temps que lui (elle). Il (elle) expérimente la joie d'avoir tout son arbre qui le (la) suit puis la joie d'être dissocié de son arbre car un moment le constellé poursuit son chemin seul(e). Il peut ensuite reprendre de marcher avec son arbre puis sans etc...