

# Se libérer de ses ancêtres

La psychogénéalogie vise à faire « la paix » avec un passé qui parfois peut entraver notre vie propre. Les ateliers de constellations systémiques ancestrales vont permettre de mettre en évidence ces liens anciens et de les dépasser.

Chacun à la naissance, prend place dans un système familial marqué par un ensemble de croyance et des schémas de pensée. C'est une mémoire qui s'est structurée autour d'événements marquants, souvent douloureux ou vécu comme tel : maladie, accident, décès prématuré ou encore adoption, inceste, crime, etc.

Nous appartenons à ce champ de force et par résonance nous vivons sous son influence. C'est ce qui peut amener certaines personnes à revivre ce qui s'est mal passé pour un ancêtre. La psychogénéalogie, vise à enlever cette empreinte du passé car nous avons rarement conscience de ces dynamiques. Par un travail avec les constellations ancestrales, notamment familiales, les événements qui ont marqué négativement des membres de notre famille et qui ont tendance à se reproduire dans notre propre vie, vont retrouver la place qui doit être la leur et nous permettre la réalisation de ce que nous sommes vraiment. Dans le cadre des représentations et constellations, on appelle cela être intriqué avec un membre de son système familial.

Le travail des représentations permet de

prendre conscience des perturbations qui nous influencent et qui viennent de ces systèmes auxquels nous appartenons. Ces perturbations nous atteignent à des niveaux divers : dans le corps physique (maladies, accidents), dans le monde émotionnel (pensées, comportement) dans tous les autres domaines de la vie (relations, profession, social).

## Révéler les influences

L'approche systémique révèle que la raison de ces limitations n'est pas liée à ce que nous avons fait dans cette vie, mais à ce que d'autres ont fait dans notre système. Certains répètent l'échec des parents ou grands-parents. D'autres, arrivent dans un poste de travail, et soudain rien ne marche comme prévu, sans raison apparente. Par l'approche des constellations systémiques ancestrales, les influences ou les dynamiques cachées de notre système ancestral, cause de nos problèmes, seront démasqués. Ensuite, ce qui est séparé sera reconnecté.

Ce travail n'est pas une recherche de la vérité, mais de l'harmonie et de l'équilibre. Concrètement les séances se passent de la façon suivante : lors d'un atelier, le

demandeur choisit certains participants pour représenter des membres de sa famille et il les positionne intuitivement dans la salle. La mise en scène qui en résulte a pour effet d'exposer au grand jour les loyautés inconscientes. Une fois que les personnes sont toutes placées, il se produit une chose tout aussi étonnante qu'intéressante : les représentants commencent à ressentir dans leur corps des sensations, des émotions, parfois, même des pensées et une impulsion à des mouvements qui, en réalité, appartiennent aux membres ou ancêtres du système familial du client qu'ils représentent. Ces réactions, que l'on appelle des perceptions représentatives nous guident vers une solution aux problèmes exposés par le client.

## Le cas d'Yvette

Ce fut ainsi le cas pour Yvette une jeune femme de 28 ans qui ne parvenait pas à équilibrer sa vie affective : « *Je me suis toujours sentie seule et ma mère semblait toujours prise ailleurs. Elle avait peu de temps et d'attention pour mon frère et moi* ». Ses arrière-grands-parents, d'origine italienne, ont dû émigrer pour raison économique. La constellatrice lui propose de mettre en place une représentante pour elle-même, sa mère et sa grand-mère. Le pays d'origine, l'Italie est bientôt lui aussi représenté par une autre personne. C'est alors que la représentante d'Yvette se jette au pied de cette personne et pleure. Elle vient de « rejouer » un souvenir douloureux d'Yvette : son arrière-grand-mère est décédée alors qu'elle fuyait l'Italie. Son arrière-grand-père dut continuer son voyage vers la France avec son enfant de deux ans : sa grand-mère. Cette histoire douloureuse fut longtemps un secret dans la famille. La mise en lumière de cet événement et la résolution de ce qu'il cachait ont permis à Yvette, quelques mois plus tard, de se marier.

● **Suzanne Mourier,**  
psychopraticienne intégrative.  
[www.smourier.fr](http://www.smourier.fr)


## Les trois sources des influences ancestrales

Il existe trois sources de problèmes et de souffrance que les constellations systémiques ancestrales cherchent à régler :

### ● La racine du sang et de la famille

La vie nous a été donnée, et notre force vitale vient de nos ancêtres, via nos parents. Si nous sommes en lien avec eux, cette force peut couler harmonieusement vers nous. La majorité des problèmes vient du fait que nous sommes déconnectés de certains membres de notre famille d'origine. Ces problèmes ne sont pas liés à la personne de l'ascendant. Les constellations nous montrent par exemple qu'une mère ne pouvait pas faire mieux. L'intrication est une rupture dans la lignée des ancêtres et fait que le lien est coupé, que la force n'arrive pas.

### ● La racine de la terre et des ancêtres

Il peut s'agir aussi de notre lien à la terre de nos ancêtres. Certains ancêtres ont pu s'exiler. Ou pour d'autres raisons la force de la terre de nos ancêtres ne nous nourrit plus. Se reconnecter à cette deuxième force est une nécessité pour se réaliser, quand nous sommes au  avec des problèmes récurrents de réalisation.

### ● La racine spirituelle ou la sagesse

Il s'agit de rétablir la connexion avec celui ou celle que nous sommes réellement, notre Essence.