



Seminario

“Rituali e Costellazioni Sistemiche Familiari”

Con Victoria Sneh e Daniela Poggiolini



**Costellazioni familiari sistemiche di Bert Hellinger e lo sciamanesimo
Due vie antiche per la conoscenza, per la consapevolezza e per la guarigione
dell'anima e del corpo.**

**"Mi considero un uomo fra gli uomini,
uno che oscilla con gli altri.
Sono una persona, che cerca l'armonia,
che aiuta a svelare qualcosa di nascosto.
E' a ciò che servono le Costellazioni Familiari,
a portare alla luce qualcosa.
Ma non è nemmeno questo.
In effetti mi sento al servizio di qualcosa che non capisco."**

Bert Hellinger

“Le costellazioni familiari praticate oggi in tutto il mondo vengono generalmente chiamate metodo Hellinger e indicate come costellazioni familiari secondo Bert Hellinger.

“Le costellazioni familiari sono Bert Hellinger”, scrive Bert Ulsamer nel suo ultimo libro pubblicato di recente. Hellinger nel corso dei suoi lunghi anni di studio e con la pratica è giunto alla comprensione che mettendo in scena diversi membri della famiglia, si possano modificare molti destini pesanti.

Con le **Rappresentazioni Familiari Sistemiche di Bert Hellinger** e con le successive sue **Costellazioni Spirituali**, è possibile intraprendere un viaggio nel tempo e nello spazio, per agevolare, supportare o iniziare un percorso di consapevolezza e di guarigione non esclusivamente interiore.



Grazie alla **rappresentazione simbolica** (la realtà è sempre rappresentata da simboli e segni convenzionali e non, reali ed anche arbitrari, e quindi non necessariamente somiglianti alla realtà. Pensando al linguaggio, simbolo per eccellenza, per esempio possiamo accorgerci che, tra esso e la realtà, esiste una mediazione data dal significato e della forza della parola che cambia a seconda di chi la verbalizza e di chi l'ascolta. Quando il linguaggio viene interiorizzato, esso diviene strumento cognitivo intrecciato alle esperienze che ne modificano la struttura di base. Il sistema di codifica della realtà, molto flessibilmente, consente lo sviluppo di categorie concettuali che usano caratteristiche percepibili per inferirne altre: i dati attuali sono elaborati grazie a conoscenze non estrapolabili dalla percezione della realtà presente, si può cioè andare oltre l'informazione data; trascendere la realtà per inserirla in sistemi più ampi.)

Le Costellazioni hellingeriane ci offrono l'opportunità di entrare in una visione oggettiva, alternativa, delle dinamiche nascoste che legano una persona alla propria famiglia o al proprio sistema di appartenenza, svelandone eventuali segrete e irretimenti, squilibri e blocchi al libero flusso dell'amore. Durante le Costellazioni è possibile cogliere l'occasione di conoscere la nostra propria realtà allargata, oltre ciò che sappiamo.

Farsi carico di ruoli e sofferenza altrui, nel tentativo inutile di salvare qualche cosa o qualcuno, sacrificandosi rinunciando anche alla vita, non è solo inutile ma spesso deletereo perché tutto ciò rallenta lo scorrere del destino. Una frase che risuona nell'animo di chi è irretito e che impedisce il vivere la propria vita, è **"lo al posto tuo"** è addirittura può portare a voler morire al posto di qualcun altro.

Questo è un "irretimento" ed è totalmente inconscio, prenderne consapevolezza è il primo passo, indispensabile, per essere liberi, uscendo dal retaggio di un amore che può fare ammalare. Questo pseudo-amore, portato alla luce, diviene un mezzo forte ed efficace per trasformarsi in **amore che guarisce.**

Le **Rappresentazioni Sistemiche** ci aiutano ad individuare il modo più diretto e veloce (sempre soddisfacente) per trovare un vero contatto con se stessi e con gli altri là fuori nel mondo. Le costellazioni Sistemiche sono realmente un dono che ci arriva da Hellinger, un dono arricchito continuamente da quel processo creativo ed etico che ci consente di riconoscere i nostri limiti e riprendere o restituire il giusto posto nel sistema.

Ogni famiglia è realmente un sistema (come il sistema solare o quello intergalattico ed anche più semplicemente una squadra, un gruppo, il corpo umano, un ambiente di lavoro, una realtà scolastica, una stirpe, una razza, una nazione, il nostro sistema terra...). Esso possiede un proprio Campo Cosciente, con il quale, attraverso l'atto del volere e l'intenzione, si può entrare in contatto per ricevere informazioni significative ed utili su ciò che disturba o favorisce l'equilibrio nelle relazioni tra i suoi componenti andando oltre il tempo e lo spazio.

Quando ci si connette al **Campo Cosciente**, o **Campo Morfico o Morfogenetico**, è possibile mettere in scena, e vedere rappresentato dinamicamente, qualunque sistema; non soltanto quindi la propria famiglia d'origine o attuale ma anche il sistema corpo relativamente ad una patologia o il sistema lavoro o altro.

Hellinger suggerisce di cercare le soluzioni possibili ai vari disagi o problemi indagando su:

- Famiglia d'origine e attuale
- Coppia e relazioni
- Lavoro, colleghi, dirigenti, mobbing
- Separazioni o perdite dolorose
- Casa, città, nazione di residenza (orientamento e scelta)
- Situazioni di vita difficili
- Stress, ansia, senso di colpa, aggressività, insicurezza
- Senso di non appartenenza



- Problemi alimentari
- Carenza della gioia di vivere
- Situazioni spiacevoli che si ripetono ciclicamente
- Destino e legami karmici
- Altro ancora...

Il compito del *costellatore* (colui o colei che conduce l'incontro) consiste nel facilitare la comprensione del messaggio nascosto dietro e dentro problemi, disagi, patologie, sofferenze... il Protagonista (ovvero chi chiede la costellazione) in contatto con se stesso, il proprio cuore ed il "campo" viene invitato a rivolgere uno sguardo attento verso la Soluzione indicata. Essa si paleserà attraverso il linguaggio silenzioso del corpo (la comunicazione Non Verbale ed i movimenti dell'Anima) e sarà percepita, nel suo affiorare alla coscienza, da ciò che c'è... le dinamiche offerte della rappresentazione sistemica stessa; ed è proprio questa nuova *consapevolezza, vista e vissuta*, ciò che porta alla risoluzione, essendo in parte già essa stessa *La Soluzione del problema presentato*. L'attenzione è sempre rivolta verso la soluzione, il problema qui diviene uno strumento di possibile apertura di nuove conoscenze. È importante dare a se stessi la possibilità di aprire il nostro cuore alla comprensione più profonda di ciò che veramente va letto.

Cosa si fa...

Il *COSTELLATORE*, dopo un brevissimo colloquio col *Cliente*, *invita i presenti ad un* momento di concentrazione e di centratura (cosa che farà, con tutto il gruppo, guidandolo in questo attimo altamente meditativo), e dopo aver invitato tutti i presenti a lasciar andare ogni forma di giudizio e *70* preconconcetto, chiede che ognuno sia disponibile - ovvero al "servizio" - con amore e umiltà.

- Invita quindi il cliente a formulare una domanda che sia conforme con la cosa più importante per la persona stessa, e si accerta che ci sia la volontà ed il desiderio di arrivare ad una soluzione;
- sceglie o fa scegliere i vari rappresentanti tra i presenti e lascia che essi scelgano dove posizionarsi nello spazio o li posiziona (a seconda del da farsi... ed esempio se occorre mettere le madri di fronte alle figlie per comprendere dove c'è una interruzione dell'amore)
- si fa da parte e segue, insieme al *cliente*, il succedersi degli eventi.

Da questo momento in poi, ciò che i rappresentanti percepiscono, fanno e dicono, mentre sono in contatto o in relazione con sentimenti ed emozioni relative al membro familiare che rappresentano, (spesso riproponendone in modo inspiegabile le parole e gli atteggiamenti), sono notizie utilissime, un bene prezioso per l'interessato.

Il resto del gruppo partecipa in rigorosissimo silenzio, e diviene *Testimone di ciò che c'è*.

Il Costellatore, ad un certo punto, può decidere se il cliente può prendere il suo posto nella rappresentazione per sentire su se stesso, psicologicamente e fisicamente, ciò che ha appena visto e compreso emotivamente.



NOTA:

Come in ogni Lavoro a carattere spirituale, anche in questo occorre che l'approccio sia assolutamente motivato e serio; ogni curiosità che da sola può impedirvi il raggiungimento della meta, deve essere lasciata andare, le domande che al termine della costellazione possono essere fatte sono certamente solo sul metodo/modello mai sui fatti delle persone.

Bello è pensare di far parte di uno Spazio Sacro, di essere un ponte per chi ha bisogno di aiuto e di conseguenza, obbligatoriamente è indispensabile osservare il massimo rispetto verso ciò che emergerà dalla rappresentazione. **Tutto quello che emergerà (anche se tra i presenti possono non esserci professionisti con l'obbligo del segreto professionale) sarà tenuto nel cuore di ciascuno e nel cuore del gruppo, non solo per rispetto della privacy ma per vera scelta.**

Di solito il consiglio è quello di evitare di parlare di quanto visto accadere, delle emozioni percepite e degli eventi emersi, lasciando che i particolari dell'esperienza, per almeno 7 giorni, continuino a fluire nella mente e nell'anima. Ogni parola e ogni verbalizzazione toglie energia a quanto potrà ancora accadere... la nuova consapevolezza acquisita ha bisogno di silenzio interiore per non bloccarsi e per permettere che possa continuare a lavorare in noi e per noi. Il conscio e l'inconscio insieme hanno necessità di confrontarsi e confortarsi a vicenda avvalendosi di tutto quel materiale prezioso e così tanto delicato. Vedere "ciò che è", oltre ogni giudizio ci può aiutare realmente a vivere la nostra vita osservando con nuovi occhi, ascoltando con nuove orecchie, percependo con un nuovo moto nel cuore.

NOTA 2:

Non ci sono controindicazioni per mettere in scena, o vivere da costellanti le vicende proprie e altrui. A volte, le sensazioni fisiche che si sperimentano durante la rappresentazione a cui siamo stati chiamati, sono un bellissimo pretesto per mettere ordine nelle cose della nostra vita, quanto accade rafforza, stupisce e arricchisce. Tutto questo è una grande privilegio, potenza in modo molto profondo. I gruppi si creano in fretta e si percepisce in modo significativo un nuovo e positivo legame tra tutti, un senso strano uguaglianza nella diversità.

NOTA 3:

I risultati ottenuti sono sempre permanenti, una sola messa in scena del proprio momento/situazione difficile può essere veramente risolutiva. Certamente è importante non aspettarsi miracoli immediati anche se a volte ci sono... più spesso è necessario un certo tempo perché la situazione possa essere visibilmente cambiata. Tutto quello che avviene durante le "rappresentazioni", anche se difficile da comprendere subito pienamente, è molto naturale, come sono naturali le ENERGIE che muovono il campo e noi, come naturale è l'Amore.

Di solito, prima di mettere in "scena" la propria costellazione, è bene leggere qualche libro su questo argomento e/o sperimentare di persona assistendo alle costellazioni di altri. Sette presenze a rappresentazioni, sono un bel numero (7 come anche il 21, sono numeri sacri e agevolano il mutamento).

"Le Costellazioni Familiari" di Bert Hellinger, rappresentano un eccellente modo per avvicinarsi a ciò che è nascosto, per scoprire cosa guarisce e ci fa stare bene.

I movimenti dell'anima, quando si impara a leggerli, aiutano non solo nelle costellazioni ma anche nella vita. Essi sono le parole silenziose che possono guidare i passi dei terapeuti, dei medici degli infermieri e di tutti coloro che sono a contatto con le persone e la sofferenza.

(...) E' stato evidenziato che i movimenti verso la soluzione non possono essere gestiti da coloro che credono di poter trovare soluzioni per gli altri. Queste ultime scaturiscono direttamente dai movimenti dell'anima." (Bert Hellinger)



I movimenti dello spirito

Le Costellazioni Spirituali, sono la naturale evoluzione del metodo di Hellinger.

Quando ci si accosta alle costellazioni come conduttori non si sa mai veramente cosa ci proporrà il "CAMPO"... è infatti esso che decide quali costellazioni sono necessarie in quel momento e per quella persona. Dopo aver risolto le problematiche più "UMANE", si può accedere ad un altro livello di percezione in cui le parole sono pressoché assenti. Ogni movimento non è più accompagnato da parole, non va più spiegato, le costellazioni dello spirito vanno solo "vissute" si entra nello spazio del silenzio là dove accade ciò che deve accadere, e va "VISTO" ciò che si deve vedere.

**"Quando le condizioni sono giuste perché accada qualcosa,
quel qualcosa succederà senza grossi sforzi.
Quando le condizioni non sono giuste, nemmeno gli sforzi più grandi la faranno succedere.
Muoversi con il vento richiede sensibilità alle condizioni del momento:
ci sono tempi in cui riposare e ritirarsi, e tempi in cui spostarsi con grande energia
(Paul Ferrini)**