

**Extrait**

**Le Secret  
De La Constellation  
Familiale**



**Voici Votre Chance De Vivre  
Des Relations Plus Harmonieuses**

Anneliese TSCHENETT

[www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com)

**Extrait**

# **Le Secret De La Constellation Familiale**

**Voici Votre Chance De Vivre  
Des Relations Plus Harmonieuses**

Par Anneliese Tschenett,  
Constellatrice familiale

*Toute ma Gratitude aux personnes  
rencontrées lors de mon travail.*

*Grâce à elles, j'ai appris  
beaucoup sur le fonctionnement  
du système familial.*

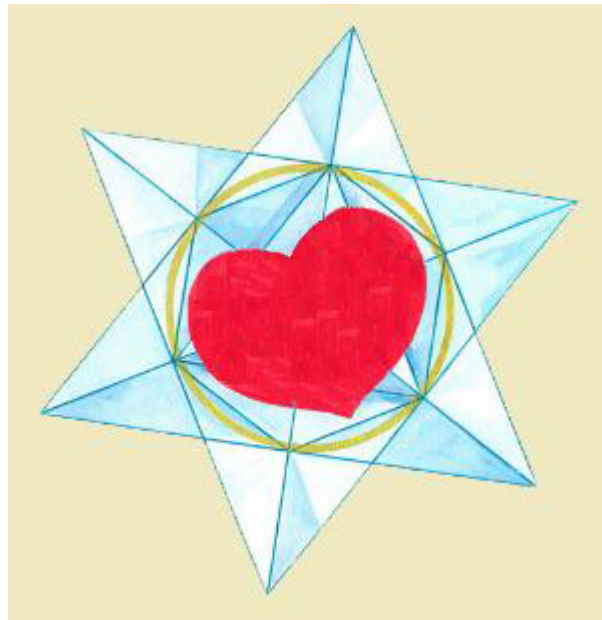
**[www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com)**

**À LIRE**  
**IMPORTANT**

Ce présent livre est un cadeau.

**Vous pouvez également l'OFFRIR à  
qui vous le souhaitez.**

**D'autres cadeaux sont encore à  
découvrir en fin de document.**



---

## Sommaire

<b>Remerciements</b> _____	<b>6</b>
<b>Introduction</b> _____	<b>7</b>
<b>Qui suis-je ?</b> _____	<b>8</b>

### **Chapitre I : Exemple pratique :**

<b>La première Constellation Familiale de Marie-Claire</b> __	<b>10</b>
Les premiers pas .....	10
Début de la Constellation : Exposé du problème.....	11
Les représentants et leur rôle .....	11
Le travail sur l'origine de la thématique.....	13
En résumé : Le déroulement d'une constellation .....	14

### **Chapitre II :**

<b>Qu'est-ce qu'une Constellation Familiale ?</b> _____	<b>15</b>
La Constellation Familiale, une thérapie .....	15
Origine de la constellation et la connexion aux ancêtres.....	16
L'importance et le rôle du thérapeute.....	16
La transformation des informations .....	17

### **Chapitre III :**

<b>Le mystère de la Constellation Familiale</b> _____	<b>19</b>
Les informations du champ morphogénétique.....	19
La capacité de ressentir .....	20

### **Chapitre IV :**

<b>Les mécanismes secrets de la Constellation Familiale</b> _	<b>22</b>
L'héritage et l'impact des mémoires familiales .....	22
Ce qui gouverne le système familial .....	23
Les 6 Lois fondamentales dans la Constellation .....	24
1. La base de tout système familial, c'est l'Amour .....	24
2. La loi d'appartenance .....	24
3. La loi de la place juste .....	25

---

L'identification.....	26
L'intrication.....	26
4. La loi de la hiérarchie .....	27
5. La loi du donner et du recevoir .....	28
6. La loi d'équilibre .....	29
<b>Chapitre V :</b>	
<b>Pourquoi la Constellation Familiale est-elle efficace ?</b>	<b>31</b>
<b>Chapitre VI :</b>	
<b>Les autres applications de la Constellation</b>	<b>33</b>
<b>Chapitre VII :</b>	
<b>La Constellation Familiale sans le groupe :</b>	
<b>La Constellation en individuel</b>	<b>34</b>
<b>Libérez les mémoires bloquantes à distance</b>	<b>34</b>
<b>Conclusion</b>	<b>36</b>
<b>Ressources</b>	<b>37</b>
Témoignages :.....	37
Blog et Facebook :.....	37
En cadeau pour les représentants.....	37
Prochaines dates des Constellations Familiales.....	38
Formation pour devenir constellatrice/constellateur familial.....	38
Contact .....	38
<b>Table des Matières</b>	<b>39</b>

## **Remerciements**

Tout ma gratitude à mon compagnon Guillaume Putrich.

Avec ses compétences de traduction et de rédaction, il m'a énormément soutenu dans la réalisation de ce livre.

Merci aussi à Liliane, Annick et Pierre pour leur soutien.

## Introduction

**A**vez-vous des difficultés relationnelles dans le domaine affectif, familial ou professionnel ?

Que faire pour trouver une solution ?

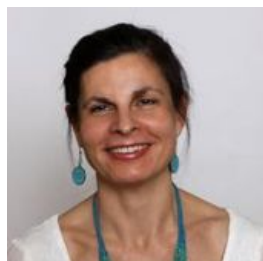
Il faut d'abord comprendre que votre problème relationnel actuel trouve sa source dans votre histoire familiale.

Vos expériences de vie, comme celles de votre « clan » familial, sont enregistrées comme mémoires dans votre inconscient. Certaines mémoires, qui peuvent remonter à plusieurs générations, handicapent votre vie ou vos relations.

Il s'agit donc de transformer et de libérer ces mémoires, en vous réconciliant avec elles.

Vous avez, avec la Constellation Familiale, un moyen très efficace pour transformer ces mémoires et apporter une bonne solution.

## Qui suis-je ?



Mon nom est Anneliese Tschenett.

Originaire du Tyrol du Sud (Italie), je parle l'allemand, l'italien et le français. J'ai le diplôme allemand de Heilpraktiker (traduction officielle en français : naturopathe) avec une orientation en psychothérapie.

Je pratique la Constellation Familiale depuis 1999. J'ai suivi deux écoles de formation différentes en Allemagne pour devenir Constellatrice Familiale. En plus, j'ai eu la chance d'assister, à 3 reprises lors de stages, au travail de Bert Hellinger, considéré comme le fondateur de cette méthode.

Je travaille régulièrement avec des groupes. J'ai animé des week-ends de Constellations Familiales en Italie, en Allemagne et en France. J'apprécie beaucoup le travail en groupe.

J'ai également une grande expérience dans la psychosomatique (dans la relation entre la psyché et le corps), car j'ai travaillé 10 ans dans un cabinet de naturopathie en Allemagne avec des gens souvent très malades. En complément de la Constellation Familiale, j'utilise des outils



comme la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) et l'hypnose ericksonienne.

Souvent les personnes que je rencontre s'intéressent au travail des Constellations, veulent en savoir plus et me posent des questions.

L'intention de ce livre est d'apporter une réponse à ces questions.

Je vous présente mon approche personnelle des Constellations Familiales à travers mes expériences acquises avec ce travail.

## **Chapitre I**

### **Exemple pratique :**

### **La première Constellation Familiale de Marie-Claire**

**D**écouvrons ensemble la Constellation Familiale à travers l'histoire de Marie-Claire.

#### **Les premiers pas**

« C'est la première fois que Marie-Claire vient faire une Constellation Familiale. Elle est très intimidée. Elle se sent un peu stressée.

C'est sur les conseils de son amie Camille qu'elle est venue ce soir, elle lui a dit qu'une Constellation Familiale lui ferait du bien.

Elle se retrouve donc ce soir chez Anneliese, constellatrice familiale depuis 1999.

Marie-Claire rejoint un groupe d'une dizaine de personnes. L'ambiance est bienveillante. Certains sont des habitués de la Constellation, d'autres comme elle viennent pour la première fois.

Marie-Claire n'a qu'une vague idée de la Constellation Familiale. Camille lui a juste dit que c'était un travail de groupe.

Quelques personnes du groupe font une Constellation Familiale afin de résoudre leur problème. Bien que le terme

Constellation Familiale fasse référence à la famille, ils n'ont pas besoin de venir avec des membres de leur famille. Les autres assistent et peuvent s'ils le souhaitent participer au travail.

### **Début de la Constellation Familiale : Exposé du problème**

La soirée de Constellation Familiale commence. Les personnes sont assises en cercle.

Ce soir, c'est Marie-Claire qui commence. Elle explique brièvement devant Anneliese et le groupe la thématique qui la préoccupe.

Marie-Claire est un peu gênée de parler d'elle devant des inconnus, mais elle est encouragée par l'attitude compréhensive du reste du groupe.

Elle commence par raconter qu'elle a un problème relationnel avec son père, ne le voit plus depuis dix ans, qu'elle en souffre, et qu'elle n'a plus de nouvelles. Elle aimerait rétablir le contact avec son père, être plus en paix.

Après l'avoir écoutée attentivement, Anneliese lui demande ce qui s'est passé dans sa famille d'origine, s'il y avait un divorce, ou des événements difficiles, traumatiques.

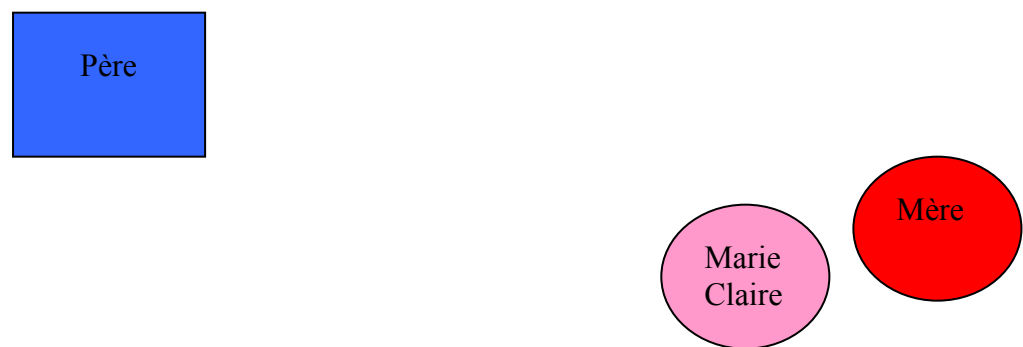
### **Les représentants et leur rôle**

Elle lui demande ensuite de choisir dans le groupe des personnes pour représenter plusieurs membres de sa famille : une personne pour son père, une personne pour sa mère, pour elle-même.

Les personnes choisies dans le groupe sont appelées des représentants.

Marie-Claire place tous les représentants choisis dans la pièce, selon son ressenti.

Au début, elle place le représentant du père très éloigné de ceux qui représentent sa mère et elle.



Positions géographiques des représentants dans la pièce

A partir d'un moment, Anneliese demande aux représentants ce qu'ils ressentent, quelles sensations physiques, quelles émotions, quelles pensées les traversent.

C'est-à-dire, qu'est-ce que Marie-Claire ressent par rapport à son père, à sa mère ? Qu'éprouve la mère par rapport à sa fille, au père ? Quels sont les sentiments du père ?

La représentante de Marie-Claire se sent proche de sa mère, mais toute son attention est dirigée vers le père. La mère se sent perturbée, elle a une sensation de froid. Le père se sent exclu, a un sentiment de ne pas appartenir à la famille. Il ne sent pas de lien avec sa fille.

### **Le travail sur l'origine de la thématique**

A partir de là, Anneliese effectue un travail avec les représentants. Il s'agit d'un travail pour reconnaître la dynamique qui est à l'origine de cette thématique père/fille.

Anneliese constate que le père de Marie-Claire est lui-même « coupé » de son père (le grand-père de Marie-Claire). De même le grand-père avec son père (l'arrière-grand-père de Marie-Claire). Car cet arrière-grand-père est mort très jeune pendant la guerre et son fils (le grand-père de Marie-Claire) n'a pu avoir un lien paternel avec son père car il n'était plus présent. Cette absence de lien, ce traumatisme, s'est répercuté d'une génération à l'autre. Marie-Claire, en tant que fille unique, est influencée par ce schéma.

Lors du travail pendant la Constellation, les mémoires traumatiques se libèrent, les liens se rétablissent à nouveau.

A la fin de la Constellation, un sentiment général d'apaisement règne dans le système familial de Marie-Claire. Et l'amour entre le père et Marie-Claire, ainsi que l'amour entre père/grand-père et grand-père/arrière-grand-père peut à nouveau circuler.

Les liens sont rétablis.

Ce rétablissement du lien entre Marie-Claire et son père dans la Constellation ouvre la porte à leur rapprochement dans la vie de tous les jours. (rencontre et communication avec son père).

Note : Marie-Claire et Camille sont deux prénoms de substitution utilisés pour cette histoire.»



### En résumé : Le déroulement d'une constellation

- La personne qui fait une constellation familiale expose sa thématique, « là où ça fait mal ».
- Le thérapeute l'invite à choisir, dans le cercle des participants, plusieurs personnes qui vont représenter des membres de sa famille (père, mère, frère, sœur, soi-même, grands parents ... )
- La personne place ensuite les représentants choisis dans la pièce selon son propre ressenti.  
Une fois positionnés, les représentants ressentent alors, en général, des émotions, des sentiments, comme celui de ne pas se sentir à la place juste, sentiment d'instabilité, ou encore des sensations physiques comme par exemple une pression, du chaud, du froid.
- Ils expriment ce qu'ils ressentent à l'endroit où ils ont été positionnés.
- Le thérapeute effectue un travail à l'aide des représentants. Avec le positionnement et le ressenti des représentants, il s'agit de reconnaître d'abord la dynamique qui est à l'origine du problème. Puis, une fois la cause identifiée, le thérapeute aide à libérer et à transformer les mémoires concernées.
- A la fin de la Constellation, les représentants des membres familiaux se sentent plus à leur juste place, en paix et en harmonie avec l'ensemble. C'est comme si un nouvel ordre plus juste s'établissait.

**Retrouvez les autres chapitres du livre**

**en vous inscrivant gratuitement à ma newsletter  
« Réconciliation, libération, renouveau »**



**En plus du livre complet  
Le secret de la Constellation Familiale,  
vous recevrez 2 cadeaux supplémentaires,  
dont la méditation Réconciliation.**

Cette méditation guidée vous aidera à vous connecter à l'Amour inconditionnel en vous, à voir les personnes, les événements de votre passé ou de votre présent à travers cet Amour inconditionnel, et à vous réconcilier avec eux.

**[Cliquez ici pour y accéder](#)**

**Ou sur <http://www.duchnapur.com>**

## Ressources

### Témoignages :

Vous pouvez prendre connaissance ici de témoignages de personnes qui ont fait des Constellations Familiales. Cela peut vous apporter un autre éclairage sur cette approche.

[www.duchnapur.com/constell/temoignages](http://www.duchnapur.com/constell/temoignages)

### Blog et Facebook :

Vous pouvez également trouver plus d'informations sur la Constellation Familiale et mes autres activités, en consultant :

mon blog : <http://www.duchnapur-blog.com>

ou ma page Facebook :

<http://www.facebook.com/ConstellationFamilialeAnneliese>

Si vous avez aimé ce livre sur la Constellation Familiale, merci d'aider à sa diffusion en mettant un J'aime ou un commentaire sur [la page Facebook du livre](#) ou en le partageant sur les réseaux sociaux. Un grand merci à vous.

### En cadeau pour les représentants

Si vous avez envie d'assister aux Constellations Familiales, venez découvrir le cadeau que je fais aux personnes qui viennent en tant que représentants :

[www.duchnapur.com/constell/cadeau\\_representants](http://www.duchnapur.com/constell/cadeau_representants)



### **Prochaines dates des Constellations Familiales**

Si vous souhaitez connaître l'actualité des constellations familiales, être au courant des prochaines dates, ou venir faire une constellation familiale, vous pouvez consulter la page :

[www.duchnapur.com/constellations\\_familiales](http://www.duchnapur.com/constellations_familiales)

ou aller voir le calendrier de l'ensemble de mes activités

<http://www.duchnapur.com/constell/calendrier>

### **Formation pour devenir constellatrice/constellateur familial**

Si vous voulez vous former à la constellation familiale, merci de consulter la page suivante :

<http://www.duchnapur.com/constell/formation>

### **Contact**

Pour toutes questions ou demandes, je vous invite à aller sur la page de contact de mon site.

<http://www.duchnapur.com/constell/contact>

En vous remerciant de votre intérêt,

Bien à vous,

Anneliese Tschenett

---

## **Table des Matières**

<b>Remerciements</b>	<b>6</b>
<b>Introduction</b>	<b>7</b>
<b>Qui suis-je ?</b>	<b>8</b>

### **Chapitre I : Exemple pratique :**

<b>La première Constellation Familiale de Marie-Claire</b>	<b>10</b>
Les premiers pas .....	10
Début de la Constellation : Exposé du problème.....	11
Les représentants et leur rôle .....	11
Le travail sur l'origine de la thématique.....	13
En résumé : Le déroulement d'une constellation .....	14

### **Chapitre II :**

<b>Qu'est-ce qu'une Constellation Familiale ?</b>	<b>15</b>
La Constellation Familiale, une thérapie .....	15
Origine de la constellation et la connexion aux ancêtres.....	16
L'importance et le rôle du thérapeute.....	16
La transformation des informations .....	17

### **Chapitre III :**

<b>Le mystère de la Constellation Familiale</b>	<b>19</b>
Les informations du champ morphogénétique.....	19
La capacité de ressentir .....	20

### **Chapitre IV :**

<b>Les mécanismes secrets de la Constellation Familiale</b>	<b>22</b>
L'héritage et l'impact des mémoires familiales .....	22
Ce qui gouverne le système familial.....	23
Les 6 Lois fondamentales dans la Constellation.....	24
1. La base de tout système familial, c'est l'Amour .....	24
2. La loi d'appartenance .....	24

---

3. La loi de la place juste .....	25
L'identification.....	26
L'intrication.....	26
4. La loi de la hiérarchie .....	27
5. La loi du donner et du recevoir .....	28
6. La loi d'équilibre .....	29

**Chapitre V :**

**Pourquoi la Constellation Familiale est-elle efficace ? \_31**

**Chapitre VI :**

**Les autres applications de la Constellation \_\_\_\_\_33**

**Chapitre VII :**

**La Constellation Familiale sans le groupe :**

**La Constellation en individuel \_\_\_\_\_34**

**Conclusion \_\_\_\_\_36**

**Ressources \_\_\_\_\_37**

Témoignages .....	37
Blog et Facebook .....	37
En cadeau pour les représentants.....	37
Prochaines dates des Constellations Familiales.....	38
Formation pour devenir constellatrice/constellateur familial.....	38
Contact .....	38

**Table des Matières \_\_\_\_\_39**

@2011 [www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com) Tous droits réservés pour tous pays

Les photos de cet Ebook proviennent des sites Fotolia et [www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com). Copyright Fotolia et [www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com)