

rappresentazioni tradizionali della famiglia d'origine. In ogni caso, la forza che una costellazione emana, a partire da quello scenario, comincia ad agire in profondità con un effetto di riconciliazione .

L' **effetto rivelatore e pacificatore** delle costellazioni va visibilmente ben *oltre la psicoterapia* – da cui si differenzia soprattutto perché non cerca spiegazioni psicologiche delle cause di un malessere – e *oltre la cura medica*, quale che sia l'approccio medico seguito. Anzi, ne facilita l'efficacia, senza che il facilitatore presuma di dovere o potere avere la soluzione “per” il cliente, come se il cliente stesso fosse in un vuoto di legami e la felicità e il successo dipendessero *solo* dalla sua volontà, come sostengono approcci sbandierati che esaltano l'idea che “tutto è programmabile”(!). Durante una costellazione, in realtà, è scioccante vedere come noi non siamo liberi come ci piacerebbe essere.

La vasta portata di movimenti che riguardano l'**anima** e lo **spirito**, rende possibile **trovare aiuto con le costellazioni** praticamente in tutte le relazioni e in tutti gli ambiti della vita.

Dott.ssa **Antonietta D'Angicco**  
**Psicoterapeuta—Spec. Ipnosi Clinica**  
**Master Psicotaumatologia -Costellatrice**



Sito: [www.antoniettadangiccopsiche.com](http://www.antoniettadangiccopsiche.com)  
E-mail: [info@antoniettadangiccopsiche.com](mailto:info@antoniettadangiccopsiche.com)  
Tel. 333 2068359 - 0187 670602



***Ciò che agisce***

Cosa sono le

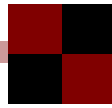
# **Costellazioni Familiari**

di **B. Hellinger**



Antonietta D'Angicco 2009





# Le Costellazioni Familiari

di B.Hellinger

In ogni famiglia tra i componenti ci sono sempre dei **legami d'amore**, al di là di contrasti e conflitti visibili. Ma noi abbiamo l'impressione che i legami a cui diamo valore e importanza cosciente siano gli unici che contano e che hanno un peso. In realtà, ad un livello più profondo della *comune coscienza*, noi siamo **collegati con tutti**, vivi e morti. In una costellazione può affiorare, infatti, un nostro **legame** con persone che non abbiamo mai conosciuto direttamente, o di cui non abbiamo mai sentito parlare, o con persone che vogliamo **dimenticare**.

C'è sempre un **dolore** che ci spinge a ciò, che spinge noi e ha spinto i nostri antenati: pensiamo ad una morte improvvisa o prematura, specie se di parto (ovvero del momento in cui il flusso della Vita si ripropone, si espande oltre noi ma "attraverso" di noi), ad un familiare che si è macchiato di un delitto (magari durante la guerra), ad una persona che ha subito violenza (privata o istituzionale), ad un fratello internato per disturbi psichiatrici, ad un bambino che non è mai nato, ad un figlio illegittimo non riconosciuto, ad un partner a cui abbiamo dovuto rinunciare o, al contrario, da cui abbiamo dovuto fuggire con rabbia, infine ad un operaio che è morto sul lavoro dell'azienda familiare.....,Questo dolore, di fatto, **esclude qualcuno**. Ma nel "**campo**" costituito dalla **famiglia** - come in altri campi - **nulla**

è **dimenticato**, niente è "passato": il disagio personale e relazionale, o la malattia vera e propria, in seguito, attraverso i discendenti, "*guarda*" a quel qualcuno, diventa una inconscia solidarietà con **destini difficili** - questo è l'**irretimento** - affinché noi pure "guardiamo" e ne riconosciamo l'**appartenenza**. Ovvero lo **includiamo** di nuovo, gli diamo un posto.

Le **Costellazioni sistemiche**, secondo il metodo di **Bert Hellinger**, sono un modo di "*mettere in scena*" la *famiglia* - attuale o di origine - o un'*azienda*, o una *eredità contestata* o un *sintomo* o una *scelta decisiva* in qualsiasi campo: lì si mostra qualcosa. Infatti i **rappresentanti**, presi tra i partecipanti, in uno stato adeguato di raccoglimento, cominciano a percepire il **campo cosciente**, ovvero il campo energetico che agisce all'interno di *quel sistema*, familiare o non. Essi, cioè, hanno accesso ai sentimenti e, talvolta, ai sintomi fisici delle persone di cui prendono il posto nella Costellazione. Il facilitatore fa pronunciare delle **frasi** che *rivelano* tali legami e sono mirate ad innescare un cambiamento di **immagini interiori**, che sono alla base del disagio e della richiesta di aiuto: questo provoca immediatamente forti emozioni, "**movimenti**" che anticipano il cambiamento di cui abbiamo bisogno man mano che ci **disidentifichiamo** e ci diamo il permesso di cominciare a vivere la "nostra vita", avendo uno sguardo rispettoso verso tutti quelli che nella famiglia l'hanno resa possibile.

Ciò che la "**Hellinger Scienza**" sottolinea è che, al di là della **coscienza familiare** - che include solo chi per **nascita** o per **legami di destini** appartiene a **quel**

**la famiglia** - e al di là della **coscienza collettiva** - che esclude chi appartiene ad un'altra collettività - nella rappresentazione si manifesta un livello più profondo, un livello che non esclude nessuno, ed è quello di una **coscienza spirituale**, nella quale il movimento verso l'**inclusione** e la **pacificazione** si mostra da sé. Nelle costellazioni in cui diventano visibili dei movimenti spirituali, l'arte consiste nel riconoscere le **connessioni senza interpretarle**. Non è necessario usare simboli, cerimoniali, rituali. I rappresentanti parlano poco, *agiscono* prevalentemente, in un'atmosfera in cui tutti, rappresentanti e costellatore, si percepiscono in uno spazio così forte energeticamente e spiritualmente che non possono che fare quello che fanno. Ci si sente come "presi", presi al servizio di tale **movimento di pacificazione**: qualcosa si muove, un conflitto si scioglie, una contrapposizione diventa superflua. Ci si trova in un ambito "*in cui spazio e tempo non esistono più e in cui il passato, il presente e il futuro si incontrano nello stesso punto*" (B. Hellinger). Ovvero dove è conservato tutto, ciò che è e ciò che sarà.

E' facile intuire che tutto questo non è un metodo che si applica, è qualcosa che può *darsi*, senza meriti e senza l'intenzione di chi conduce la costellazione. In casi simili Hellinger domanda: *Si conduce? o si è condotti?*

Questo tipo di costellazione appare sempre meno come un genogramma vivente, sempre meno un **sistema** spazialmente visibile, e il numero di personaggi in scena può essere decisamente molto ridotto o molto ampliato rispetto alle grandi

