

Les droits de l'homme dans la perspective des Constellations familiales

Bert Hellinger, *Mexique 2001*

Conférence de Bert Hellinger, organisée par l'Institut Bert Hellinger du Mexique en collaboration avec la Commission des droits de l'homme de la ville de Mexico.

Je suis reconnaissant d'être ici, car nous sommes tous unis par un thème commun, à savoir le respect de chaque être humain, avec les mêmes droits. Je souhaite partager mon expérience sur la manière dont nous pouvons aider à communiquer sur la base de l'égalité. Ce qui m'a d'abord préoccupé, c'est que nous établissions nos âmes dans le respect de tous les autres.

Un jour, j'ai réfléchi à la grandeur de l'humanité. Qu'est-ce qui fait la grandeur d'une personne, qu'est-ce qui est le plus important pour un être humain ? Ce qui fait la grandeur d'un être humain, c'est précisément ce qui rend tous les humains égaux. Rien n'est plus important que ce qui nous rend égaux à tous les autres.

Mais dans notre âme, il y a des tendances qui vont à l'encontre de cette reconnaissance. Par exemple, lorsque nous faisons une distinction entre les bons et les mauvais, ou dans les religions, lorsque nous faisons une distinction entre les élus et les rejetés. Même dans les familles, nous constatons, par exemple, que le mari pense que sa famille est meilleure que celle de sa femme et vice versa, bien sûr.

Comment se fait-il que le moteur de ces distinctions soit notre conscience ? J'entends par là la conscience qui fait la distinction entre ce qui est bon et ce qui est mauvais. Ainsi, nous avons parfois une bonne conscience lorsque nous nous sentons innocents ou une mauvaise conscience lorsque nous nous sentons coupables. Mais si nous examinons attentivement ce qui se passe lorsque nous avons une bonne ou une mauvaise conscience, nous pouvons constater que nous avons une bonne conscience lorsque nous sommes sûrs d'être acceptés dans notre famille et une mauvaise conscience lorsque nous devons faire face au fait que nous avons perdu le lien avec notre famille.

C'est pourquoi la conscience est ce qui nous lie à la famille.

Dans la même mesure, la conscience nous sépare des autres familles. Elle quitte alors un petit groupe et divise les groupes entre eux. C'est pourquoi, lorsque nous observons une guerre ou un conflit entre des groupes, vous pouvez voir comment ils agissent par le biais de leur bonne conscience, lorsqu'ils blessent d'autres personnes. En effet, lorsqu'ils agissent ainsi, ils sont plus intimement liés à leur propre groupe. C'est pourquoi l'obstacle le plus important à la paix est notre dépendance à l'égard de cette conscience. Si vous comparez, nous pouvons voir que d'autres personnes totalement différentes de nous ont une bonne conscience lorsqu'elles nous font du mal. Comment pouvons-nous surmonter cette distinction ? Comment pouvons-nous nous en remettre pour parvenir à la paix entre les peuples ? Tout d'abord, nous devons considérer les autres personnes individuellement. Cela signifie que je ne dois pas me sentir comme si j'étais un Allemand et que je ne te regarde pas comme un Mexicain, mais me regarder comme une personne et te regarder comme une personne, et alors cela changera. Je vais vous donner un exemple.

Lorsque j'étais en Israël, une femme m'a dit que son père avait été tué par un Arabe. J'ai donc fait une constellation familiale en mettant un représentant pour son père et un représentant pour l'Arabe qui l'avait tué. Pour comprendre cet exemple, il faut savoir que lorsque nous faisons une constellation familiale, les gens choisissent un représentant pour cette personne et les personnes choisies ressentent la même chose que les personnes qu'elles représentent,

sans les connaître. Comment cela est-il possible ? Je ne le sais pas, mais nous pouvons l'observer.

Dans cet exemple, le représentant de l'Arabe était de ce côté et celui de l'Israélien était de l'autre côté et ils se regardaient face à face. Ils n'ont rien fait. Je n'ai rien eu à faire, parce qu'une fois que les deux personnes se sont trouvées là, le mouvement de l'âme dans chacune d'elles les pousse dans une certaine direction et nous n'avons qu'à regarder pour voir quelle pourrait être la solution, ou quelle devrait être la solution. Au début, chacun avait peur de l'autre et le représentant des Arabes s'est déplacé un peu dans cette direction et n'était pas en mesure de regarder l'Israélien dans les yeux, mais une fois qu'il l'a regardé dans les yeux, tout a soudainement changé. Très lentement, il s'est dirigé vers l'Israélien qu'il avait assassiné, et sa victime l'a également regardé avec amour. C'est incroyable, mais c'est exactement ce qui s'est passé. Au bout d'un moment, ils se sont embrassés très fort. Puis le représentant de l'Israélien s'est allongé sur le sol comme un mort, et il l'était vraiment, et l'Arabe s'est également allongé à côté de lui. Et ils étaient allongés l'un à côté de l'autre, en paix. Cela montre qu'au-delà de la conscience, si nous retirons les distinctions entre le bien et le mal, entre les victimes et les agresseurs, il existe un mouvement de l'âme qui conduit à la réconciliation, au-delà de la compréhension habituelle.

Permettez-moi de vous donner un autre exemple.

J'ai travaillé un jour dans une prison à Londres, et l'un des prisonniers qui avait tué une autre personne voulait travailler avec moi. Je lui ai dit que je ne travaillerais qu'avec lui et l'homme qu'il avait tué. Mais je lui ai d'abord suggéré de mettre une photo de la personne qu'il avait tuée dans sa cellule. Car cela signifiait qu'il devait vraiment regarder sa victime. On pourrait penser que c'est très difficile pour lui, mais ce n'est pas le cas. Il m'a immédiatement dit : "Oui, c'est une bonne idée. Je peux avoir une photo de lui, parce que je viens de regarder les journaux où ce meurtre a été mentionné et je peux avoir cette photo, et je vais la mettre sur le mur de ma cellule".

J'ai alors choisi deux représentants, un pour lui et un pour la personne qu'il avait assassinée et, une fois encore, je ne suis pas intervenu. J'ai laissé la constellation suivre son cours d'elle-même. Très vite, l'homme qui le représentait a été pris d'une douleur très profonde, il s'est mis à pleurer bruyamment, puis il s'est effondré sur le sol. La victime s'est retournée et, voyant que l'autre ressentait une douleur aussi profonde, elle est descendue vers lui, l'a réconforté, ils se sont regardés dans les yeux, se sont embrassés. Puis l'homme qui a été tué s'est levé et s'est éloigné.

Nous voyons là que l'on entre dans un mouvement profond de l'âme. Il y a un mouvement irrésistible vers la réconciliation, si nous regardons l'autre dans les yeux et si nous permettons à l'autre de nous regarder dans les yeux.

Très récemment, j'ai vécu une expérience où cela a pris une dimension politique. Lors d'un congrès en Allemagne, il y avait deux Israéliens qui avaient créé un institut pour promouvoir la paix. Ils se sont tous deux adressés au public et ont ensuite animé un atelier au cours duquel ils ont parlé de leurs expériences et des méthodes qu'ils appliquent. Il est important de savoir comment les gens pensent différemment, comment chacun aborde un certain événement et ils ont donné comme exemple l'expulsion des Palestiniens d'Israël. Les Palestiniens ont dit qu'ils avaient été chassés, expulsés et menacés, et qu'ils étaient donc partis. Les Israéliens pensent que les Palestiniens sont partis d'eux-mêmes. Ils ont tous deux une vision différente du même événement. Ils voulaient se comprendre mutuellement, chaque partie exprimant ce qu'elle ressentait à ce sujet. Les Israéliens craignaient que les Palestiniens ne revendiquent le retour en Palestine, garanti par une résolution des Nations unies. Mais les choses ont changé entre-temps. À l'époque, 300 000 Palestiniens vivaient en Palestine. Aujourd'hui, la population

est passée à 5 millions d'habitants. Nous pouvons maintenant imaginer les craintes des Israéliens si le retour en Palestine est garanti : que leur arrivera-t-il ?

Ils m'ont donc invité à envisager une solution à partir des constellations familiales. J'ai choisi cinq représentants pour les Palestiniens, et j'ai choisi des Juifs pour qu'ils aient la possibilité de ressentir ce que ressentent les Palestiniens. De l'autre côté, j'ai choisi cinq représentants pour les Israéliens. L'un devant l'autre. Ils se sont regardés à très courte distance. Je ne suis plus intervenu, j'ai laissé la constellation suivre librement son cours. Un Israélien a essayé de contacter l'un des Palestiniens, mais l'autre a refusé parce qu'il avait peur. Il ne voulait pas que j'intervienne. Une femme a regardé le sol. Quand quelqu'un regarde le sol, on sait que cette personne regarde un mort. J'ai donc choisi un homme pour s'allonger au milieu, sur le sol, le dos contre le sol, pour représenter un mort. Mais il n'a pas été dit si cette personne représentait un mort palestinien ou un mort israélien.

Lorsque les représentants, petit à petit, ont pu exprimer leurs sentiments, le sentiment le plus profond était un deuil profond, un deuil pour leurs morts. Pour les morts des deux côtés. L'un des Israéliens a fondu en larmes. Au bout de quinze minutes, j'ai arrêté tout le mouvement et j'ai demandé à chacun des représentants ce qu'il avait ressenti pendant la constellation. À la surprise des Israéliens, aucun Palestinien n'a demandé le retour en Palestine. Ils ont vu que c'était impossible. Les représentants des Israéliens ont pu voir pour la première fois à quel point la blessure était profonde du côté palestinien, le deuil qu'ils ont dû faire pour avoir été éloignés de leurs maisons et la douleur pour toutes les injustices qu'ils ont dû subir pendant cette période. En même temps, les Palestiniens pouvaient comprendre que beaucoup d'Israéliens, la plupart d'entre eux, étaient également des réfugiés parce qu'ils ne pouvaient pas vivre dans leur pays d'origine et qu'ils avaient peur d'aller dans un autre pays après les expériences qu'ils avaient vécues en Allemagne. Soudain, les deux parties se sont regardées comme des êtres humains qui ont souffert et ont été capables de reconnaître leurs souffrances respectives et il est apparu clairement que, sur cette base, il serait possible de trouver une solution. Mais la condition préalable est que chacun considère l'autre comme un être humain qui souffre comme lui. Et que chacun veuille être reconnu comme un être humain avec les mêmes aspirations et le droit d'être considéré comme un être humain. Ce n'est que sur cette base qu'il sera possible de parvenir à la paix.

Je vais vous donner l'occasion de poser des questions et je poursuivrai ensuite sur la base des questions qui seront posées.

Une femme : Comment tout cela fonctionne-t-il dans les familles ?

Hellinger : Dans les familles, nous faisons la même chose. Par exemple, si un enfant a été maltraité. J'ai en mémoire une femme qui a été donnée par sa mère à plusieurs de ses amants et qui a un jour essayé de tuer sa propre fille. Si vous entendez cela, vous penserez probablement que la mère est une mauvaise personne et vous aurez beaucoup de sympathie pour la pauvre petite fille. À ce moment-là, vous faites la distinction entre les bonnes et les mauvaises personnes, les victimes et les coupables. Vous vous sentirez peut-être en colère contre la mère et le conflit commencera. Et à ce moment-là, vous devenez des coupables pour quelqu'un d'autre.

Quelle est la solution dans ce cas ? Je permets à cette femme, la fille, de s'incliner devant sa mère, de la regarder dans les yeux, de s'incliner profondément et de lui dire : "Maman, merci pour la vie". Sentez-vous le changement dans l'âme ? La mère doit alors regarder sa fille d'une autre manière. Elle s'est mise à pleurer et a dit à sa fille : "Je suis désolée". La femme s'est alors levée et la mère et la fille se sont serrées dans les bras l'une de l'autre. La fille a dit à sa mère : "Je vais faire quelque chose de bien de ma vie pour que tu n'aies pas honte de ce qui s'est passé". Elle a donc pu quitter sa mère et tout ce qui s'était passé dans sa jeunesse, elle a pu le

laisser derrière elle. J'ai fait un petit exercice avec elle. Je lui ai dit : "Imaginez maintenant que vous avez grandi comme n'importe quelle autre fille, très bien protégée par votre père et votre mère. Très innocente. Et comparez cela avec votre vie réelle, avec tout ce que vous avez dû traverser. Si vous comparez ces deux filles, laquelle d'entre elles est la plus innocente ? et elle a dit : "Moi".

Je vais vous montrer comment les constellations familiales fonctionnent pour la paix au sein d'une famille, mais les mêmes principes et les mêmes procédures s'appliquent aux relations dans des groupes plus larges et aussi entre les peuples et les nations.

Est-ce que je l'ai expliqué ? D'accord.

Une autre femme : Ce que vous avez expliqué sur le conflit entre Palestiniens et Israéliens se déroule dans un cadre expérimental, pas exactement sur le champ de bataille, pas dans l'expérience quotidienne et la vie réelle. Comment transférez-vous ces expériences ou ces méthodes au niveau de la vie réelle ?

Hellinger : Tout d'abord, je dois mentionner que je reste humble. Je ne pense pas détenir la clé de la solution aux problèmes du monde. C'est bien au-delà de mes capacités, mais j'ai montré, parfois devant de très grandes audiences, ce qui doit changer dans le cœur des gens pour parvenir à la paix. Pour en revenir à l'exemple que j'ai donné à propos des Palestiniens et des Israéliens, le professeur israélien qui a organisé cette constellation a montré un exemple concret. Ils ont réuni des femmes israéliennes qui ont perdu des enfants pendant la guerre et des femmes palestiniennes qui ont perdu des enfants pendant la guerre. Elles se sont réunies et ont pleuré leurs enfants ensemble.

Au congrès que j'ai mentionné, il y avait un homme né en Palestine mais originaire du Liban. Il a participé à la guerre civile, il a perdu beaucoup de choses là-bas, puis il est venu en Allemagne. Il avait beaucoup de haine pour Israël et se sentait Palestinien. Nous avons placé les représentants des pays. Un pour Israël, un pour la Palestine, un pour le Liban et un pour l'Allemagne. Et que s'est-il passé ? Le représentant d'Israël s'est senti très faible. Il s'est mis à terre et le représentant de l'Allemagne s'est approché de lui et a essayé de l'aider, mais il n'a pas pu parce qu'il se sentait trop faible et qu'il n'avait pas le droit. Très lentement, étape par étape, Israël et l'Allemagne se sont regardés dans les yeux et la constellation a clairement montré que le conflit le plus important n'était pas entre les Palestiniens et les Israéliens, mais entre Israël et l'Allemagne. Il était entre Israël et l'Allemagne. L'Allemagne et Israël se sont embrassés et, à ce moment-là, Israël a pu se lever et faire face au Liban et à la Palestine. Mais Israël avait très peur. Il est descendu de la scène, il ne pouvait pas regarder. Je l'ai donc ramené, pour le confronter, et très lentement, il s'est dirigé vers le Liban et la Palestine. Puis je les ai mis sur un pied d'égalité : Israël, le Liban et la Palestine. C'est ainsi qu'ils ont pu être en mesure de négocier. L'homme pour qui j'ai créé cette constellation s'est senti en paix avec la Palestine, le Liban, Israël et l'Allemagne. C'est un exemple, d'accord ?

Une autre femme : Ma question est la suivante : les représentants font-ils partie du processus ou sont-ils plutôt des observateurs ?

Hellinger : Le représentant d'une constellation n'est plus lui-même. Il est totalement habité par le problème ou la personne qu'il représente. Cela montre que nous sommes connectés à tout le monde. Dans notre philosophie, nous avons généralement l'idée que notre âme est emprisonnée dans notre propre corps et que nous n'en savons pas plus que ce qui a déjà été dit, ou que nous en faisons l'expérience dans l'immédiat. Les constellations familiales révèlent qu'à un niveau très profond, nous sommes en relation très intime avec tout le monde et que nous pouvons nous sentir exactement comme une autre personne. Dans une constellation, une personne sait ce qui s'est passé avec une autre personne. Non seulement elle se sent comme une autre personne, mais parfois elle présente même des symptômes de cette

personne. Son visage se transforme en celui d'une autre personne, sa voix change. Avec les constellations familiales, nous obtenons une image claire de ce qui était caché auparavant, c'est pourquoi elles sont si impressionnantes pour tous ceux qui les regardent. Et ce ne sont pas seulement les personnes qui représentent la personne qui sont touchées par une constellation, les personnes qui regardent une constellation sont également impliquées.

Si vous avez encore un peu de patience, je vais continuer et vous donner d'autres exemples de mon travail en Amérique du Sud, qui est plus proche de vous. Je commencerai par l'exemple d'une constellation que nous avons faite le mois dernier à Buenos Aires.

Certaines personnes, membres des Montoneros, luttèrent pour la liberté et travaillaient dans le domaine social, mais certains d'entre eux ont dû quitter le pays et se sentaient très supérieurs aux autres. À ceux qui soutenaient la dictature. Comme vous le savez, pour moi, ces distinctions ne comptent pas et je voulais comprendre ce qui se passait réellement. J'ai donc mis les représentants des Montoneros de ce côté et les représentants de ceux qui soutenaient la dictature de l'autre côté, loin les uns des autres. Et au centre, j'ai choisi un homme couché sur le dos pour représenter l'Argentine. Ensuite, je ne suis plus intervenu, j'ai laissé la constellation se développer d'elle-même.

Certains d'entre eux se sont sentis très blessés et pleins de douleur, surtout parmi les Montoneros. Mais peu à peu, ils ont commencé à s'approcher de l'Argentine et à la tirer, les uns dans un sens et les autres dans l'autre. Quel était leur véritable intérêt ? Se souciaient-ils vraiment des droits de l'homme ? Non, ils voulaient avoir l'Argentine pour eux et ne s'intéressaient pas aux autres. En ce sens, les deux camps étaient identiques. À ce moment-là, j'ai arrêté et j'ai demandé au représentant de l'Argentine de se lever. J'ai placé les partisans de la dictature dans un demi-cercle de ce côté et les représentants des Montoneros dans un demi-cercle de l'autre côté, et j'ai demandé à l'Argentine ce qu'elle pensait. Il m'a répondu qu'ils devaient tous s'asseoir. Ils se sont tous assis et ils se sont sentis tout petits aux yeux de l'Argentine, qui a alors retrouvé sa dignité. Et sur le sol, tout le monde s'est senti en paix et c'est là que l'on montre la situation d'une manière très simple ; et quel est le résultat ? Aucune des deux parties n'a pu se sentir supérieure. Les deux parties ont dû admettre qu'elles faisaient quelque chose de mal, qu'elles agissaient de manière égocentrique, que ce n'était pas dans l'intérêt du pays. C'est ainsi qu'ils sont devenus petits et calmés.

S'ils peuvent considérer l'Argentine de cette manière, ils peuvent se réunir à nouveau dans l'intérêt du pays. C'est ce qu'ils ont en commun.

Puis-je vous donner un autre exemple ?

J'ai fait une constellation à Sao Paulo, au Brésil. Une femme m'a dit que son fils était addicté aux drogues et alcoolique. Nous avons réuni la famille. D'abord le représentant de ce toxicomane. Il se comportait bizarrement, on voyait que son âme était ailleurs. J'ai alors demandé ce qui s'était passé dans le passé de sa famille. La mère a dit que le grand-père était un homme très riche, qui avait beaucoup d'esclaves et les maltraitait. J'ai alors choisi cinq ou six représentants des esclaves et le fils les a embrassés avec un amour profond, mais sa mère, son père et l'arrière-grand-père, que nous avons également inclus dans la constellation familiale, n'ont pas bougé du tout. Cela montre que l'injustice commise dans le passé n'est pas oubliée. Plus tard, plusieurs générations plus tard, un enfant aura de la sympathie pour eux et les imitera pour l'injustice qui leur a été faite.

C'est pourquoi, lorsque nous voulons œuvrer en faveur des droits de l'homme, nous ne pouvons pas nous contenter de le faire dans le présent, nous devons également nous pencher sur les droits de l'homme de ceux qui ont subi des injustices pour nous ou pour ceux qui nous ont précédés, et qui ont payé le prix de notre bien-être. Ce n'est qu'alors que notre cœur sera

suffisamment ouvert pour restaurer les droits de l'homme dans le présent et pour œuvrer en faveur d'une paix véritable. C'est ici que je peux conclure mon discours.