D'OÙ VIENNENT VRAIMENT NOS BLESSURES ?

De la conception à l'âge adulte
- et le chemin pour s'en libérer



Chrystelle Robin

Introduction

Pourquoi est-ce que je reproduis toujours les mêmes schémas ?

D'où viennent ce manque de confiance, cette anxiété, ces conflits qui reviennent avec ceux que j'aime ?

Pourquoi ai-je parfois le sentiment de ne pas être à ma place, voire de me sentir invisible ?

Ces questions, beaucoup se les posent. Les réponses ne se trouvent pas forcément dans le présent : elles peuvent remonter de bien plus loin, dans l'enfance, et parfois même avant la naissance.

Cette lecture propose un voyage aux origines de vos blessures, de la conception à l'âge adulte : comprendre comment ces blessures se sont formées et comment elles agissent aujourd'hui dans votre vie, et découvrir le chemin pour vous en libérer.



1. Avant même de naître : ce que nous recevons

Il existe un moment fondamental dans notre vie : notre arrivée sur terre. Au-delà des différentes croyances liées à notre provenance, nous commençons notre développement dans le ventre de notre mère. À travers le cordon ombilical, elle nous nourrit, ce qui nous permet de grandir.

Mais elle ne transmet pas uniquement cela. Elle nous transmet également toutes les informations qui la concernent et qui concernent sa propre famille - ainsi que celles de la famille de notre père, déjà contenues dans notre acte de création. Elle nous transmet ses émotions liées aux événements vécus pendant la grossesse : son état d'esprit, sa joie, son enthousiasme, mais également ses peurs et ses angoisses.

L'état de conscience dans lequel se trouve notre mère peut même la pousser, inconsciemment, à nous confier une mission : combler un vide qu'elle ressent, donner un sens à sa vie, la sauver, réparer son mal-être. Ainsi, l'embryon peut se trouver déjà chargé d'informations, d'attentes et même d'un rôle à remplir.

2. Les interprétations de l’enfant qui grandit

L'enfant commence sa vie, il grandit, il vit des expériences et il absorbe tout comme une éponge, sans filtre, selon sa sensibilité, ses émotions et les émotions ressenties par les membres de sa famille. On peut comparer un nouveau-né à un ordinateur : vide au départ, il se remplira de « fichiers système », véritables programmes qui deviendront la base de sa personnalité.

Les « fichiers » sont le fruit de l'interprétation de l'enfant dans son for intérieur : l'image qu'il enregistre, les mots qu’il entend, les regards qu’il croise, les gestes, comment il perçoit, ce qu’il éprouve et les convictions qui vont découler de toute cette interprétation. Ces images enregistrées deviendront inconscientes et seront à l'origine de ses choix dans la vie : elles le conditionneront.

3. Ce que devrait être une famille « idéale »

Pour comprendre comment naissent les blessures, regardons d'abord le contexte idéal dans lequel devrait grandir un enfant.

Dans une famille harmonieuse, la mère nourrit et protège son enfant au sein de la maison, au sein du nid. Elle le nourrit d'aliments, mais surtout d'amour : elle le fait se sentir au centre de son attention, écouté, regardé, vu, compris, aimé. Elle répond aux besoins de son enfant, ce qui est nécessaire à sa survie, surtout lorsqu'il est nouveau-né : manger, boire, dormir, avoir chaud et être propre.

Le père, lui, a le rôle ancestral de protéger la famille et la maison, et de porter l'enfant dans le monde, de le lui faire découvrir. Il lui transmet la valeur, le courage et la confiance en soi. Il se tient toujours derrière lui, derrière ses épaules, pour le protéger et le relever chaque fois qu'il tombera, en l'encourageant à recommencer de plus belle en lui disant qu'il finira bien par y arriver.

4. La mère et le père : deux polarités en nous

Ces deux rôles ne s'arrêtent pas à l'enfance : ils deviennent deux polarités qui continuent d'agir en nous, toute notre vie.

La mère est reliée à tout ce qui est matrimonial, c'est-à-dire la relation. Elle représente tout ce qui est féminin en nous, que l'on soit un homme ou une femme : le ressenti, la connexion au cœur et au divin. Les perceptions, les intuitions, la féminité, la tendresse, l'affection, la capacité d'accueillir l'autre, et toutes les qualités du cœur : la compassion, l'empathie, la gratitude.

Notre relation à notre mère est fondamentale : elle sera déclinée dans toutes nos relations futures. Le nouveau-né a une perception de fusion avec sa mère : il se sent partie de son corps. C'est en grandissant qu'il commence à se distinguer et à prendre conscience d'être un être à part. Il s'éloigne de sa mère pour expérimenter, puis revient vers elle dès qu'il a peur, dès qu'il a un besoin ; et sa mère l'accueille à bras ouverts, toujours présente et disponible pour lui. Si l'attachement et le détachement ont été équilibrés, alors il est probable que la relation à l'autre sera équilibrée.

Mais si la mère est absente physiquement ou émotionnellement, alors qu'il a besoin d'être rassuré, qu'il a peur, faim ou froid, l'enfant pourra se sentir abandonné, seul, impuissant, voire désespéré. Si la mère est en colère ou violente, le traumatisme peut s'avérer important et façonner sa personnalité : il pourra endosser une armure, car il croira alors que le monde et les êtres humains sont hostiles et dangereux, et qu'il faut s'en défendre.

Comme le montre Mark Wolynn dans son livre *Cette douleur n'est pas la mienne*, une séparation précoce entre la mère et son bébé - une hospitalisation, une absence prolongée, une séparation de longue durée - peut marquer profondément un tout-petit. Le bébé connaît l'odeur de sa mère, sa voix, son lait, le contact de sa peau : tout son monde repose sur cette présence familière, dont il dépend entièrement. Lorsqu'elle disparaît soudain, il peut vivre cette séparation comme une menace pour sa vie et, si elle se prolonge, sombrer dans le désespoir. Un enfant croit souvent que tout ce qui arrive se produit grâce à lui ou à cause de lui : il pourra donc se croire la cause d'un problème ou d'une émotion de ses parents.

Le père, lui, est relié au patrimoine : tout ce qui concerne l'action, le travail, l'argent et le matériel en général, ainsi que toutes ses déclinaisons comme le succès, la volonté, l'atteinte des objectifs. Son instrument est le cerveau. Notre relation à notre père est importante : elle déterminera notre réussite ou notre échec dans le travail, l'organisation, et notre relation à l'argent - également liée à la valeur que l'on se donne, souvent proportionnelle à la valeur que nous ont donnée nos parents et à la quantité d'amour reçue de leur part (ce que nous avons interprété !).

Sans nous en rendre compte, nous rejouons ces relations tout au long de notre vie. Les sentiments que nous éprouvons envers les autres sont souvent les mêmes, ou très proches, de ceux que nous avons éprouvés envers nos parents. Il est utile, lors d'une altercation par exemple, de toujours se demander : qui est-ce que je perçois derrière cette personne ? J'éprouve ici de la colère, de la peur, un sentiment d'impuissance ; devant qui, enfant, ai-je éprouvé exactement les mêmes sentiments ? Ma mère, mon père, un frère ou une sœur, ou un autre adulte important de mon enfance ?

Quoi qu'il arrive, nos parents représenteront inconsciemment notre modèle d'homme, de femme et de couple, tant que nous ne les remettrons pas en cause. Choisir l'opposé, c'est encore être conditionné, car nous répondons à la matrice familiale dont nous ne sommes pas détachés. Dans *Les quatre accords toltèques*, Don Miguel Ruiz écrit : « Quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle. » C'est une prise de conscience essentielle dans notre relation à nos parents. À part dans certains cas isolés, ils n'ont sans doute jamais agi contre nous, pour nous faire volontairement souffrir. Ils nous ont parfois blessés, sans le savoir et sans le vouloir, étant eux-mêmes conditionnés, souvent aveugles et reproduisant ce que leurs parents leur avaient enseigné en matière d'éducation sans trop de remise en question.

Être parent est le rôle le plus difficile en soi. Beaucoup d'êtres humains traversent la vie sans prendre conscience qu'un jour, il est nécessaire de s'éveiller pour enfin changer les choses : ne plus laisser les événements extérieurs décider pour soi et se reproduire inlassablement, surtout s'ils sont néfastes pour nous et notre entourage. Il est nécessaire d'avoir le courage de transformer, de se libérer et d'évoluer. Et quoi qu'il arrive, il vient un jour où l'on peut remercier ses parents pour tout ce qu'ils ont fait pour nous et qui est inestimable : tout le temps passé avec nous, l'énergie consacrée, le travail effectué pour nous nourrir et nous faire vivre dans de bonnes conditions, nous faire étudier… Et au-delà, le remerciement le plus important, quoi qu'il se soit passé, est pour le don de la vie : sans notre mère et notre père, et tous les ancêtres derrière eux, nous ne serions pas incarnés dans l'école de la Terre, afin que notre âme puisse expérimenter et apprendre tout ce que la vie humaine peut apporter.

5. Quand l'expérience devient traumatisante

Qu'est-ce qu'un traumatisme ?

Un traumatisme survient à la suite d'un événement qui provoque une souffrance à l'intérieur d'un être vivant. Lors d'un événement douloureux, le traumatisme est la blessure que l'enfant garde à l'intérieur de lui-même, fruit de l'interprétation de cette expérience unique, selon son âge et selon sa sensibilité. Le traumatisme peut être de différentes échelles : d'un regard, un geste déplacé, une punition, jusqu'à la violence, la maltraitance physique, psychique, des abus, une maladie, une séparation, un décès.

Prenons l'exemple d'un enfant qui assiste régulièrement aux disputes de ses parents. L'enfant les regarde, il est terrorisé et se sent impuissant. Il entend les reproches qu'ils se font, il voit parfois la violence physique. Il peut éprouver un sentiment d'invisibilité, ses parents étant trop occupés à se disputer. Et pourtant, il sait qu'il est né de l'amour entre ces deux personnes.

Selon sa sensibilité, des équations peuvent se créer : « amour = violence », « mon existence est une erreur », « je suis invisible ». Ces équations naissent parce que l'enfant se vit naturellement au centre de tout : comme nous l'avons précédemment évoqué, l'enfant peut se sentir responsable de tout ce qui se passe de bien autour de lui, mais également coupable (« C'est de ma faute ») de tout ce qui s'y passe de douloureux. La vision enseignée du bien et du mal a souvent ses limites : « tu obéis, tu es gentil, tu travailles bien à l'école et tu seras récompensé - tu désobéis, tu es méchant, tu as de mauvaises notes et tu seras puni » peuvent être à l'origine de croyances néfastes d'un enfant sur lui-même.

De plus, ce qui se passe dans la maison de l'enfance devient souvent la vision que l'enfant aura du monde lorsqu'il sera adulte. Cela dépendra de ce qu'il a enregistré comme « fichiers système ».

6. Se conformer pour être aimé : le renoncement à soi

Pour un enfant, ses parents sont comme des dieux : ils donnent la vie, ils donnent l'amour, et sa survie dépend de leurs bons soins.

Et souvent, l'enfant comprend qu'ils peuvent aussi retirer cet amour si son comportement n'est pas « adéquat ». Lorsqu'il s'exprime naturellement, un enfant peut être réprimandé et se sentir coupable, honteux et refusé. Alors il répondra aux attentes de ses parents. Il peut alors renoncer à sa nature profonde, à la direction de son cœur, cette boussole qui devrait guider sa vie, pour se conformer, pour être à l'image et à la ressemblance de ceux qui l'ont créé.

Le cerveau, cet instrument merveilleux mais qui n'est qu'un instrument, se mettra alors au service de la personnalité pour la rendre conforme à ce qu'on attend d'elle, afin d'assurer sa survie, au détriment du cœur, qui se refermera pour ne plus souffrir.

7. La peur de l'exclusion : un instinct de survie

Pourquoi l'enfant va-t-il si loin dans le renoncement à lui-même ?

Parce qu'il existe chez le petit enfant un puissant instinct de survie. L'exclusion est une peur animale : un animal exclu ou abandonné, sans nourriture, sans eau, dans le froid, risque de mourir et est en plus une proie facile pour les prédateurs. Ce même instinct vit en l'enfant que nous avons été. Pour rester protégé et en sécurité, il est prêt à tout, même à se dénaturer, pour devenir ce qu'on lui demande d'être, afin d'être accepté et inclus dans le clan.

8. Reproduire les schémas à l'âge adulte

Devenus adultes, nous continuons à vivre au travers de ces équations ou fichiers système. Nous reproduisons automatiquement ce que l'on a connu. Une personne pourra se demander pourquoi, à chaque relation de couple, la même violence revient. Pourquoi le même scénario se rejoue, encore et encore.

C'est là que prennent racine bien des difficultés d'adulte : le manque de confiance en soi, l'anxiété, le besoin de tout contrôler, la difficulté à dire non, l'épuisement, jusqu'au burn-out parfois, les blocages qui se répètent dans le couple, le travail ou l'argent.

Nous vivons alors notre vie en répondant aux attentes des autres et en nous appuyant sur des croyances forgées par l'interprétation d'événements vécus enfant, avec la compréhension d'un enfant de deux, trois, quatre ou cinq ans, souvent très loin de la réalité.

9. Le cerveau, l'instrument qui a oublié le cœur et l'âme

Qu'est-ce qui nous empêche de discerner aujourd'hui ?

Notre cerveau, cet instrument formidable, mais qui reste un instrument, emprisonne notre âme, notre cœur, qui ont accès à une multitude d'informations. À la source de ce flux de pensées ininterrompu, qui nous emporte comme une barque à la dérive d'une tempête à l'autre, il nous fait croire que c'est en satisfaisant des besoins suggérés, conditionnés et matériels que nous trouverons la paix, la sérénité et le bonheur. Mais souvent, une fois ce besoin satisfait, l'insatisfaction revient.

Le cerveau est comme une base de données : il a mémorisé des informations selon la culture et la conscience de chacun. Ces informations sont limitées. Le cerveau devrait être au service de l'âme pour accomplir la mission pour laquelle celle-ci est venue sur la Terre.

Ce sont les talents et les dons hérités dans l'âme qu'il nous faut réaliser, pour apporter notre propre contribution, celle qui permettra à l'humanité d'évoluer dans une autre direction que celle imposée actuellement.

10. Sortir de l'illusion et prendre soin de l'enfant

L'illusion que notre cerveau entretient, c'est la représentation dans laquelle nous vivons avec une personnalité souvent éloignée de notre nature profonde, une personnalité persuadée qu'elle doit se défendre et se protéger. Mais de quoi ? Il suffit de se demander ce qui nous fait le plus souffrir, ce qui nous terrifie, pour commencer à le percevoir.

Par exemple : si je suis terrorisé à l'idée de me sentir inadéquat, parce qu'être inadéquat signifierait être discrédité, décevoir ou être exclu de ma famille, de mon groupe d'amis ou de mon travail, alors je ferai tout pour être exactement ce que l'autre attend de moi, afin d'être intégré, accepté et aimé.

C'est pour cela que le travail sur soi est nécessaire : tout cela est le fruit d'une interprétation et de la reproduction d'images souvent bien loin de la réalité dans laquelle nous vivons aujourd'hui. C'est comme regarder, toujours à travers les mêmes lunettes, un film que l'on se projette, souvent très éloigné de la vérité. Ce qui nous empêche d'entrer en contact avec notre nature profonde, c'est cette narration répétée encore et encore jusqu'à devenir « LA vérité » : le film de notre vie, qui ne contient pourtant aucune objectivité, puisqu'il est le fruit de l'interprétation de l'enfant que nous étions.

Il est donc fondamental de remettre en lumière les traumatismes de cet enfant, ces équations inconscientes qui peuvent être à l'origine de tout ce qu'il développera ensuite : d'un sentiment permanent de ne pas être à la hauteur et de tout faire pour l'être, à la peur d'être abandonné, à la crise existentielle qu'il traversera une fois adulte, le mal-être qu'il développera, l'échec dans lequel il se retrouvera.

C'est de cet enfant qu'il s'agit de prendre soin : ne plus lui faire subir ce qui l'a fait souffrir, ne plus le laisser seul et abandonné à lui-même, le remettre au centre de notre attention, répondre à chacun de ses besoins, devenir les parents qu'il a toujours rêvé d'avoir, lui retirer toutes les attentes, les rôles, les conditionnements. Le libérer de ce fardeau, celui des informations familiales qu'il porte sur son dos. Le regarder en le chérissant, en l'aimant, en l'écoutant, en le comprenant, en l'acceptant tel qu'il est, parfait car unique.

11. La Métamédecine : quand le corps prend la parole

Mais que se passe-t-il quand nous n'écoutons rien de tout cela ? C'est alors le corps qui parle.

Chaque symptôme est un message. Notre corps est l'expression de notre état de conscience, de nos ombres et de nos lumières. C'est une antenne qui reçoit énergétiquement toutes les informations reliées à notre famille, à la conscience collective, aux autres.

Lorsque notre âme, prisonnière, bâillonnée, ne parvient plus à communiquer avec une personnalité trop forte, régie par un cerveau qui contrôle tout et ne laisse aucun silence pour l'écouter, alors elle s'exprime autrement : à travers un symptôme, un mal-être, une maladie. Cela conduit la personne à s'arrêter. Tout ce qu'elle avait construit, tel un château de cartes, s'écroule lorsqu'elle se rend compte qu'elle ne contrôle plus rien et qu'elle doit répondre à la crise qu'elle traverse. L'introspection peut alors commencer.

C'est précisément le travail d'une consultation en Métamédecine : remonter à la cause profonde d'un mal-être, d'un symptôme ou d'une maladie. Bien souvent, on y retrouve des émotions accumulées, ou des convictions nées d'un traumatisme d'enfance, ces fameuses équations que l'on continue de porter à l'âge adulte.

Il est important de commencer à parcourir notre labyrinthe intérieur et inconscient, avec le fil d'Ariane qui nous mènera jusqu'à ce que l'on croit être le Minotaure, ce monstre que l'on pense devoir tuer. Or ce monstre n'en est pas un. Lorsque l'enfant a inconsciemment refermé son cœur meurtri par la souffrance et la tristesse, c'est comme s'il avait emprisonné cette part de lui-même, essentielle, mais jugée trop sensible, trop fragile, trop vulnérable pour survivre. En la retrouvant, on découvre le trésor : celui qui contient toutes les informations nécessaires à notre libération.

12. Le système familial : quand le fardeau vient de plus loin

Au-delà du travail à faire sur soi-même et sur son histoire personnelle, qui sert à se libérer des conditionnements et à enlever un masque pour retrouver sa nature profonde, il existe également tous les fichiers système concernant sa propre famille. Car certains blocages, certains fardeaux, certains destins qui semblent nous appartenir viennent en réalité d'un ancêtre.

Lorsqu'un ancêtre traverse un traumatisme (guerre, faillite, suicide, perte d'un enfant, mort accidentelle) et que ce traumatisme n'est pas élaboré, il se transmet de génération en génération. La douleur est souvent si vive qu'elle est passée sous silence, en particulier dans les générations passées, pour qui la survie primait sur les émotions.

Cette souffrance se transforme alors en une sorte de corps de douleur, qui demande à être vu et reconnu. Elle se transmet jusqu'à ce qu'un descendant s'arrête, reconnaisse cette souffrance et rende à son ancêtre son histoire. C'est ce geste qui répare.

Mark Wolynn le souligne dans *Cette douleur n'est pas la mienne* : la répétition n'est pas toujours une copie exacte de ce qu'a vécu l'ancêtre : elle peut aussi en être une conséquence, comme lorsqu'un descendant « paie », sans le savoir, la faute d'un aïeul. C'est l'une des formes de la loyauté inconsciente, à l'origine de bien des souffrances familiales.

13. Les « ordres de l'amour » de Bert Hellinger

Il existe des lois invisibles (ou « ordres de l'amour ») qui régissent tout système familial et veillent à le maintenir en équilibre. Mises en lumière par Bert Hellinger, elles sont au fondement des constellations familiales.

Premier ordre : personne dans l'arbre généalogique ne peut être exclu
Chaque membre de la famille a droit à sa place dans l'arbre généalogique : l'oncle parti en Amérique, l'enfant illégitime, un premier amour, un enfant mort-né, les fausses couches, les avortements, les personnes qui se sont suicidées ou sont mortes accidentellement… Ce sont tous ceux dont on ne parle plus, parce qu'en parler ravivait une souffrance qu'il valait mieux oublier pour aller de l'avant, surtout autrefois, lorsque les émotions ne s'exprimaient pas et que la priorité était de survivre. Lorsqu'un membre est exclu ou oublié, il est fréquent qu'un descendant reprenne sur ses épaules le destin de « l'oublié » en portant son « corps de douleur » (douleur, non-dits, secrets, maladies), par loyauté inconsciente, pour ne pas oublier les souffrances ou l'injustice subie dont on ne peut plus parler.

Deuxième ordre : l'équilibre entre donner et recevoir

Une relation reste équilibrée lorsque l'on donne et reçoit dans une juste mesure. Dans un couple, l'un donne, l'autre rend un peu plus, et la relation se construit ainsi. Lorsqu'une blessure survient, comme une trahison, la personne blessée rend un peu moins que ce qu'elle a subi : la justice est faite et l'équilibre se rétablit.

La relation entre parents et enfants fait exception. Comme une cascade descend d'une montagne, les parents donnent à leurs enfants, qui donneront à leur tour à leurs propres enfants et à leurs projets de vie. Cette cascade ne se remonte pas. Il en est ainsi, car les enfants ne pourront jamais rendre à leurs parents tout ce que les parents leur ont donné. Lorsque les parents vieillissent et se trouvent dans le besoin, il ne s'agit pas de leur rendre par obligation, mais de leur offrir de l'amour et de la présence.

Troisième ordre : chacun à sa place

Chaque membre de la famille doit occuper sa propre place. Le père protège la famille, accompagne ses enfants dans le monde et leur transmet la confiance en eux. La mère nourrit ses enfants, d'amour comme de nourriture.

Lorsqu'une personne quitte sa place, le système se déséquilibre. C'est le cas, par exemple, d'une mère qui n'a pas reçu l'amour de sa propre mère. Elle ressent un vide et demande inconsciemment à sa fille de le combler. La fille prend alors la place de sa grand-mère et donne à sa mère, au lieu de recevoir d'elle. Deux ordres sont ainsi transgressés. Devenue adulte, cette jeune femme risque de vivre des relations dans lesquelles elle donne sans recevoir, ou en ne recevant que des miettes.

14. Les codes familiaux auxquels nous sommes fidèles

Chaque famille transmet également ses propres codes : codes de pauvreté, de misère, de relations malheureuses.

Prenons l'exemple d'une famille aisée dont l'arrière-grand-père perd tout lors de la crise de 1929 : faillite, pauvreté, misère. Un code familial secret se met alors en place, associant la réussite matérielle au danger ou à l'échec. Des décennies plus tard, un descendant pourra tenter de créer sa propre entreprise et se retrouver bloqué, encore et encore. Après plusieurs tentatives qui lui demandent énormément d'énergie, il se découragera et se vivra en situation d'échec, sans comprendre pourquoi il n'arrive pas à réussir ce qu'il entreprend. Il sera alors nécessaire de mettre en lumière ce code, inscrit dans toute la lignée - masculine, dans cet exemple.

Pourquoi reste-t-on inconsciemment fidèle à un tel code ? Parce que, comme nous l'avons vu, notre survie - au niveau de l'instinct animal - dépend de notre intégration au clan. Et le clan a ses lois, ses codes, que nous respectons sans même le savoir.

Heureusement, certains descendants s'incarnent pour désamorcer ces codes et restituer à l'ancêtre concerné ce qui lui appartient. C'est précisément ce que permettent les constellations familiales, qu'elles soient individuelles ou en groupe : à travers des mouvements réparateurs, elles créent une nouvelle image, fondée sur l'équilibre et la prospérité.

Une série diffusée sur Netflix sous le titre « Le chemin de l'olivier » illustre entre autres ce que peuvent apporter les Constellations Familiales. Faire une constellation, c'est honorer ses racines, rendre à chacun ce qui lui appartient, et permettre aux branches nouvelles de pousser librement, tournées vers la lumière.

15. Ne pas avancer seul

Il est très difficile de trouver les réponses seul et isolé. Il est souvent nécessaire d'être soutenu et accompagné par d'autres, qui ont déjà parcouru ce chemin et peuvent guider grâce à leur expérience. Il est important de se fier à son instinct, à son intuition et aux « signes » (souvent appelés « coïncidences ») pour trouver la personne la plus adaptée, quelle que soit sa méthode.

Beaucoup d'êtres humains se sont aujourd'hui éveillés et c'est souvent en traversant des situations difficiles et des remises en question profondes qu'a pu naître cet éveil : la mise en lumière des ombres, la reconnaissance des conditionnements, des convictions inconscientes et des codes familiaux, le repositionnement, tout ce qui a permis la libération de l'âme, son alignement avec la personnalité, et la possibilité, enfin, d'exprimer ses dons.

Conclusion

Le premier pas

Vous venez de parcourir un chemin : de la conception à l'âge adulte, des interprétations aux équations, du langage du corps aux lois du système familial. Peut-être certains passages ont-ils résonné en vous. Peut-être avez-vous reconnu une équation, un code familial, une place que vous occupez sans l'avoir choisie.

C'est déjà un premier pas. Prendre conscience, c'est commencer à se libérer. Et prendre conscience de son histoire familiale, c'est relier le passé au présent.

Le pas suivant ne se fait pas seul. Une constellation familiale pour l'histoire familiale, une consultation en Métamédecine pour l'histoire personnelle : ce sont des espaces où regarder, avec douceur et sécurité, ce qui demande à être vu et où rendre symboliquement à chacun ce qui lui appartient.

Aller plus loin avec moi

Je peux vous accompagner de plusieurs façons :

- En séance individuelle, à Saint-Malo ou à distance.
- En constellation de groupe, à Saint-Malo et en Bretagne.
- Site : www.chrystellerobin.fr
- Email : info@chrystellerobin.fr
- Réservation : www.medoucine.com/consultation/saint-malo/chrystelle-robin/23021

À propos de l'auteure

Je m'appelle Chrystelle Robin. Je suis facilitatrice en Constellations Familiales et consultante en Métamédecine. Après avoir vécu 26 ans en Italie, je suis revenue dans ma ville natale, Saint-Malo, pour y poursuivre ce qui est devenu ma vocation : accompagner les personnes sur le chemin de la conscience, de l'éveil, de la libération intérieure et de l'évolution personnelle.

Mon parcours s'est construit à travers l'expérience directe de plusieurs approches qui ont transformé ma propre vie : les Constellations Familiales, la Métamédecine, le ThetaHealing, le Reiki, entre autres. Chaque méthode rencontrée m'a permis de me libérer de blessures profondes et d'aller à la rencontre de qui je suis vraiment. Aujourd'hui, je mets ces outils au service des autres.

Ce document est offert à titre informatif. Il ne remplace en aucun cas un avis, un diagnostic ou un traitement médical. En cas de symptôme ou de maladie, consultez votre médecin.