

- Vous avez besoin de comprendre pour quelles raisons vous n'arrivez pas à vous sortir de certains schémas répétitifs ?
- Vous avez besoin d'obtenir des ressources pour vous libérer de ces répétitions ?

*« Les ateliers de life en lives » en psychogénéalogie vont vous aider à retrouver votre liberté d'être et accéder à votre bien-être !*

#### Objectifs :

- « Comprendre en quoi mon histoire familiale influe sur mes ressources et mes freins »
- « M'affranchir du poids familial pour affirmer qui je suis et libérer mon potentiel »

**Lors de ces ateliers, chacun travaille sur sa propre histoire familiale. La force du groupe et les exercices proposés sont des éléments indissociables pour sa propre progression et celle des autres.**

Ces ateliers ont été conçus de manière à vous permettre de :

- mettre en lumière vos schémas de fonctionnement (croyances, schémas répétitifs, forces, dysfonctionnements, ...),
- entrer dans un processus de réparation pas à pas, grâce à des exercices concrets en individuel et en groupe,
- évoluer vers vous-m'aime.

*Plongez dans le passé pour soigner votre présent !*

*Comment y participer ?*

*Simplement en vous connectant sur la page facebook de « La méthode Souche » à l'heure du rendez-vous. BIEN ENTENDU LES LIVES SONT GRATUITS*

#### Programme

##### **Atelier 1 - J'ai mal à mon arbre généalogique ! juillet**

Mon arbre généalogique est symboliquement, le "lieu" où se retrouve tous les ancêtres de ma lignée paternelle et maternelle. Et c'est dans ce "lieu", que je peux ouvrir mon inconscient familial, avec l'aide de mes aïeux, pour commencer à résoudre le problème qui m'encombre.

*Quel est donc ce schéma répétitif qui m'emprisonne et qui m'empêche de trouver ma liberté d'être ?*

*Un travail préparatoire sera demandé : recherche de dates pour la constitution de votre arbre généalogique.*

##### **Atelier 2 - Les fantômes familiaux août**

Dans l'histoire de nos familles, nous pouvons retrouver des "mal-morts". Les "mal-morts", sont des ancêtres qui sont morts prématurément. Et l'arbre généalogique, dans l'inconscient familial, va demander à un nouveau-né, de vivre la vie que n'a pas pu vivre le "mal-mort".

Ainsi, nous pouvons ne jamais trouver notre place dans notre vie, avoir l'impression que quoique nous fassions, nous n'arrivons pas à prendre le contrôle sur notre vie.

*Suis-je relié-e à un fantôme ?*

### **Atelier 3 - ADN familial et vie utérine : duo gagnant ? septembre**

C'est au travers de l'ADN de nos parents, que nous héritons des gènes de nos ancêtres et ce, jusqu'à nos ancêtres homo sapiens !

Dans mon ADN, j'hérite de tout ce qui compose mon appartenance à l'espèce humaine ainsi que les caractéristiques physiques familiales : la couleur de mes yeux, la forme de mon nez, etc. Egalement, mon état de santé (fonctionnements et dysfonctionnements) et mes comportements possibles (c'est ainsi que nous retrouvons des lignées de personnes souffrant de dépression, alcoolisme, fille-mère, pouvoir patriarcal, abandon, décès précoces, etc).

De plus, le fœtus que j'étais, s'est "chargé" du désir (ou non désir) de ma venue. Et du contexte émotionnel, familial et sociétal dans lequel ont évolué mes parents.

Le nouveau-né, à sa naissance, sera donc porteur de l'héritage transgénérationnel contenu dans son ADN ainsi que son vécu intra-utérin.

*Qu'est-ce que je porte depuis ma naissance ?*

*Un travail préparatoire vous sera demandé.*

### **Atelier 4 - Généalogie des émotions et des comportements : mon enfance et mon adolescence octobre**

**Chaque famille a une fragrance, une note de musique : c'est une façon de fonctionner qui lui est propre et qui est régie suivant des codes que tout le monde connaît inconsciemment : tout ce que l'on a le droit de faire, ce qui nous est interdit ainsi que nos devoirs qui nous incombent. Toutes ces règles, que nous encodons dans notre petite enfance et que nous mettons à l'épreuve lors de notre adolescence, sont regroupées dans notre inconscient familial et se nomme le code de lois familiales.**

*Mais que devient ce code de lois à l'âge adulte ? S'en est-on libéré-e ? Ou nous contraint-il dans nos choix ?*

### **Atelier 5 - Mon corps : le messager de mon héritage familial ? novembre**

De la gestation à environ 10 ans, le corps est le canal principal par lequel je communique et enregistre les informations. C'est par lui que je peux "sentir" l'autre ou les événements qui m'entourent. J'ai une compréhension "corporelle" de ce que je vis. Après 10 ans, une formidable évolution neurologique est en marche ! Ma perception et ma compréhension prennent alors une autre dimension. Cependant, mon corps continue à me transmettre des informations sur mon vécu antérieur, en réponse à mon présent. Sans oublier les informations sur le corps contenues dans mon ADN ...

*Qu'a enregistré mon corps dans mes 1ères années de vie ? Ressemble-t-il à qui je suis ?  
Peut-il me parler avec le diabète de mamie, le cancer d'oncle Bertrand ou les douleurs de tata Jeannette ?*

*Pour quelles raisons s'exprime-t-il avec des maux ?*

### **Atelier 6 - Mon/mes amour(s) : un choix familial ? décembre**

Les questionnements sur le couple nous animent très régulièrement : "Qu'est-ce qui fait que mes couples se défont ? Pourquoi j'attire toujours le même genre de personne ? Pourquoi ne suis-je pas épanoui-e dans mon couple ? Pour quelles raisons je ne trouve pas de compagnon ? Mais pourquoi je n'arrive pas à rompre ? Qu'est-ce qui provoque ma jalousie ? Mon infidélité ? Mes peurs ? Qu'ai-je fait pour mériter cela ? Comment me sortir de l'emprise ? ..."

J'explique souvent que la rencontre amoureuse, ce sont 2 arbres qui se rencontrent : en miroir ou en opposition . Car le couple est fortement imbriqué dans notre maillage

familial ...

*Et si j'assainissais mon couple/mes relations amoureuses ?*

### **Atelier 7 - Ma relation à l'argent : janvier**

J'entends souvent : "Pourquoi suis-je toujours fauché-ée ? Pourquoi dépense je plus que je ne gagne ? Dès que je mets de l'argent de côté, un pépin me tombe dessus ! Les gens qui ont beaucoup d'argent sont souvent malhonnêtes, non ? L'argent change une personne ! Pourquoi je n'arrive pas à dépenser mon argent ? J'épargne au maximum sinon j'ai peur ! ..."

L'argent est souvent une source de conflit intérieur (ma valeur et mon compte en banque) et extérieur (mon compte en banque et le regard supposé de l'autre). Pourtant, l'argent est une énergie comme les autres, qui circule donc librement entre les personnes. Cependant, force est de constater que tout le monde n'est pas égal face à l'argent.

Savez-vous que les croyances face à l'argent découlent souvent de dettes, faillites, dilapidation d'héritages vécus par nos ancêtres ? Mais aussi de la façon dont nos ancêtres ont gagné leur argent : par une forte valeur travail ou au contraire par l'exploitation d'autrui ?

*Que se rejoue-t-il dans ma relation à l'argent ?*

### **Atelier 8 - Mes relations familiales et sociales : suis-je moi-même ? février**

**Les querelles familiales (dont souvent on ne connaît plus l'origine), les relations fusionnelles, les exclusions, les liens rompus, etc. nous conditionnent dans notre relation à l'autre, même en dehors de la famille. Mais pour quelles raisons prenons nous le parti de tel ou tel membre de la famille ? Pourquoi sommes nous entourés-es de beaucoup d'amis-es ou au contraire isolés-es ? Qu'est-ce qui fait que nous rencontrons toujours les mêmes problèmes avec nos collègues ? ...**

*Quel est donc mon schéma relationnel ? Et me correspond il ?*

### **Atelier 9 - Que suis-je venu-e faire dans cette famille ?! mars**

Chaque individu composant la famille a un rôle bien défini. De façon inconsciente et parfois consciente, nous savons pour quelle(s) raison(s) nous avons "atterris" dans cette famille : remplacer un enfant décédé ; maintenir l'harmonie et la joie dans la famille ; ouvrir la communication ; rester célibataire pour veiller au bien-être des parents ; défendre le droit des femmes ; révéler des secrets ; etc. Mettre en lumière son contrat familial, permet de se positionner face à lui. Et, en conscience, de l'accepter ou de le refuser ou de modifier les termes, selon qui je suis et ce que je veux pour ma vie.

*Quel est mon contrat familial ?*

### **Atelier 10 - Je prends les commandes de ma vie ! avril**

Votre travail en psychogénéalogie est terminé. Vous avez mis en lumière vos comportements inconscients, vos schémas répétitifs. Vous avez compris le fonctionnement de vos ancêtres. Vous vous êtes compris. Et vous avez trouvé vos réponses.

*Et si maintenant nous ancrions ces changements dans votre vie, pour transmettre du nouveau à votre descendance ?!!*

**Matériel à prévoir**

**De quoi prendre des notes (format A4 de préférence), stylo, crayon de papier, gomme, règle, surligneurs, scotch**