

Bernard Chaumeil

# Se libérer de sa lignée et guérir son féminin

Les 39 clés de transformation



Secret d'étoiles<sup>★</sup>

© 2021, Secret d'étoiles, Paris  
Dépôt légal : avril 2021  
ISBN : 978-2-8153-1791-7  
N° d'éditeur : SR17917 (R21071)  
[www.secretdetoiles.com](http://www.secretdetoiles.com)

Bernard Chaumeil

**SE LIBÉRER DE  
SA LIGNÉE ET GUÉRIR  
SON FÉMININ**

Les 39 clés de transformation

Secret d'étoiles<sup>★</sup>



# SOMMAIRE

Préambule.....	7
LE CORPS DE SOUFFRANCE, QU'EST-CE QUE C'EST ?.....	7
DE QUOI SE NOURRIT-IL ?.....	11
COMMENT PEUT-ON LE GUÉRIR ?.....	11
COMMENT UTILISER CE LIVRE COMME OUTIL DE TRANSFORMATION ? .....	13
LIBÉRER SA PUISSANCE DU FÉMININ .....	19
CHAPITRE 1 :	
<b>LES BLESSURES ARCHÉTYPALES.....</b>	<b>21</b>
1. L'identité féminine.....	22
2. C'est une fille... ..	26
3. La force de la morale .....	29
4. Les loyautés familiales et culturelles.....	34
5. Le désir.....	40
6. La peur de la sexualité féminine .....	45
7. La petite fille .....	50
8. La victimisation .....	55
9. La courtisane.....	59
10. Le féminisme.....	62
11. Le lien à la lune.....	66
12. Le lien à la Terre mère .....	70
13. Le féminin sacré.....	75

CHAPITRE 2 :

<b>LES BLESSURES SOCIÉTALES</b> .....	81
1. L'adultère.....	82
2. La perte de l'enfant .....	86
3. L'avortement et la fausse couche.....	92
4. L'enfant handicapé .....	96
5. Le viol, l'abus .....	100
6. La prostitution .....	105
7. L'abandon .....	110
8. Le divorce .....	115
9. La toute-puissance du père ou de la mère... ..	123
10. Le féminin et la relation homosexuelle... ..	128
11. Le masculin et la relation hétérosexuelle ... ..	132
12. Le devoir, le sacrifice.....	138
13. Du pouvoir à la puissance .....	142

CHAPITRE 3 :

<b>LES BLESSURES DE LA CHAIR</b> .....	147
1. L'utérus.....	148
2. Les maladies de l'identité féminine .....	152
3. Apparence, disgrâce et réparation .....	159
4. L'infection urinaire .....	163
5. La migraine .....	166
6. La contraception .....	170
7. La césarienne.....	174
8. L'accouchement .....	178
9. La mère amante .....	182
10. L'hystérectomie ou « la grande opération »... ..	187
11. Les menstruations .....	191
12. La ménopause .....	197
13. Le corps, tout simplement .....	200
Conclusion .....	203

# PRÉAMBULE

Je suis thérapeute et je travaille sur la transformation de la souffrance. Je mets en lien l'histoire et les blessures afin de comprendre et de libérer ce qu'on appelle « le corps de souffrance ». Celui-ci se constitue très tôt, dès la conception ou les premiers jours de vie, et s'installe dans les premières années de la petite enfance. Il se développe en trois « couches » : l'individuel, le familial et le collectif. Je vous invite à partir à la découverte de cette notion si riche de sens. En vous libérant de votre corps de souffrance, je vous promets que vous retrouverez toute votre puissance de femme ! Considérez ce livre comme un levier de transformation profonde, une exploration de votre parcours de vie, pour vous autoriser enfin le changement.

## **LE CORPS DE SOUFFRANCE, QU'EST-CE QUE C'EST ?**

### **| ON NAÎT AVEC...**

En venant au monde, vous appartenez à une lignée et héritez d'une histoire familiale. Certaines naissances sont plus difficiles que d'autres pour de multiples raisons :

un accouchement long et difficile, une césarienne, un contexte familial particulier avec le décès d'un parent, une grossesse qui n'était pas prévue ou mal vécue... Autant de situations qui semblent finalement relativement communes. Ce sont pourtant ces situations qui peuvent provoquer la constitution d'un corps de souffrance dès la naissance, voire dès la conception. Ces situations s'apparentent à des **blessures** avec lesquelles il faudra vivre et grandir. Tout au long de votre vie, vous y serez confrontée et elles pourront se raviver sans que vous en ayez vraiment conscience. Vous héritez donc ainsi d'un corps de souffrance « personnel », propre à chacun d'entre nous.

### | IL CONCERNE LA LIGNÉE...

Certaines blessures se transmettent de génération en génération, y avez-vous déjà songé ? Vous êtes-vous déjà interrogé sur votre lignée de femmes : vos cousines, vos tantes, votre mère, vos grands-mères, vos arrière-grands-mères ? Observez-vous des similitudes dans vos parcours de vie respectifs ? Perte d'enfants successives, fausses couches, avortements subis, violences conjugales... En étudiant votre corps de souffrance, les schémas répétitifs peuvent prendre tout leur sens.

Chaque femme est porteuse d'un héritage familial composé des expériences de sa lignée. Celui-ci constitue à la fois un potentiel de développement et un corps de souffrance familial. Il se manifeste par des blessures inconscientes que chaque femme de la famille rencontrera d'une manière ou d'une autre. Et ce depuis la nuit des temps... La femme va ainsi faire l'expérience dans sa vie de ces blessures « héréditaires » dans le but de les dépasser. Cela se reproduira de génération en génération tant

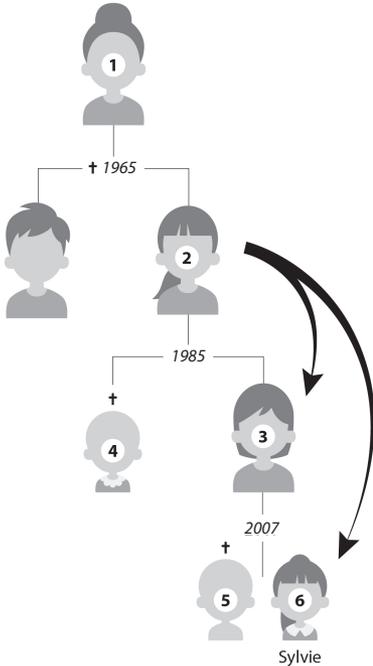
qu'une des femmes de la lignée ne s'en sera pas débarrassée. C'est l'objectif des thérapies du transgénérationnel. Prenons l'exemple de cette lignée de femmes (voir l'encadré en page 10).

**| ET SI NOTRE ADN ÉTAIT EMPREINT D'UNE MÉMOIRE COLLECTIVE COMMUNE BIEN PLUS LARGE ?**

Chaque femme porte en elle une partie du corps de souffrance collectif féminin, qui se construit dans le temps par les lignées des femmes de la famille, mais aussi, sur un plan bien plus large, par celles d'autres familles de même appartenance culturelle. C'est un corps de souffrance qui se construit depuis la nuit des temps, une mémoire collective associée à des facteurs culturels du groupe socioculturel auquel la femme appartient. Pourquoi ? Parce que ces appartenances familiales ou culturelles installent des loyautés dans le conscient et l'inconscient de chaque individu. Chaque femme, dans sa démarche individuelle, sera un jour ou l'autre confrontée à cette mémoire collective riche d'émotions, d'expériences et d'actions.

Dès la naissance, chaque petite fille est reliée à cette fabuleuse mémoire identitaire.

$$\begin{array}{c}
 \text{Corps de souffrance} \\
 = \\
 \text{corps de souffrance personnel} \\
 + \\
 \text{corps de souffrance familial} \\
 + \\
 \text{corps de souffrance collectif}
 \end{array}$$



**1965** Grand-mère = **Individu 1.**

Meurt en accouchant de jumeaux : 1 garçon et 1 fille = **Individu 2.**

**1985** **Individu 2** met au monde une fille = **Individu 3**, puis, en retour de couches, tombe enceinte d'une petite fille qui meurt à la naissance = **Individu 4.**

**2006**

**Individu 3** est enceinte de jumeaux = **individus 5 et 6.**

À 5 mois de grossesse, une des jumelles décède = **Individu 5** et le médecin recommande à **Individu 3** de garder l'enfant mort jusqu'à la naissance de l'autre, car il y aurait un risque en avortant **Individu 5** de perdre aussi **Individu 6.**

**2007**

**Individu 3** accouche avant terme des 2 enfants, de la morte et de la vie. **Individu 6**, appelée innocemment Sylvie (« si elle vit »), est en réanimation, extrêmement fragile.

4 générations pour une même histoire qui touche le conflit vie-mort.

7 personnes concernées. La dernière, Sylvie, est celle qui peut libérer la lignée. Mais elle manque de force et d'amour, car sa mère n'a pas fait le deuil de sa sœur morte et ne s'est pas non plus réjouie de la naissance de sa fille vivante. L'archétype gémellaire met en évidence le conflit vie-mort.

La blessure de l'accouchement tragique touche la blessure sociétale de la perte de l'enfant et renvoie à la blessure archétypale de l'utérus familial. Elle se répète sur 4 générations identifiées.

## DE QUOI SE NOURRIT-IL ?

Le corps de souffrance réclame toujours plus de souffrance. Tout est prétexte à le réveiller. En cela, la souffrance provenant du passé est alimentée par le présent. Chaque personne est donc responsable de ce qu'elle provoque chez les autres par les pensées qu'elle génère. En d'autres termes, **le corps de souffrance est accro à la négativité, à la dévalorisation, au conflit et au chagrin.**

Il s'apparente à une entité vivante, lourde et négative qui coexiste avec l'individualité de chacun, évolue et se transforme, comme une sorte de spectre qui se superpose à la personne et lui impose des réactions. En cela, **il sépare l'individu en deux : d'un côté, l'ego souffrant ; de l'autre, la présence totale.**

On peut le considérer comme une entité malveillante qui parasite la personne et doit être écartée comme on le ferait avec une force extérieure envahissante. On peut aussi l'analyser en détails.

## COMMENT PEUT-ON LE GUÉRIR ?

La plupart du temps, on lutte contre lui, on se révolte, on s'en plaint, on le subit et on se débat. Pour s'en débarrasser, il faut commencer par le reconnaître.

### | PAR SA RECONNAISSANCE

La recherche de ce corps de souffrance révèle ce qui est caché et mettre les âmes à nu est souvent difficile. Il faut du courage, de la patience et du discernement (trois qualités féminines) pour briser les secrets de

famille (inceste, abus ou autres maltraitances) et retrouver la juste histoire. Seulement à ce moment-là, on peut retrouver son rôle et le glorifier. Ce processus n'est pas inné. En effet, toute transformation commence par un changement intérieur et tout changement nécessite un apprentissage. Il est utopique de croire qu'à la naissance nous savons penser, dire, agir et aimer. Nous avons tous ces capacités en nous, mais il nous faut les retrouver et chaque vie nous en donne un peu plus l'opportunité. L'affrontement avec la blessure, puis l'acceptation de celle-ci permettent de s'en rendre libre.

### **| PAR SA LIBÉRATION**

La libération du corps de souffrance de chacun permet la libération de tous. Chaque groupe socioculturel porte un corps de souffrance. Ainsi, par nature, l'homme porte son corps de souffrance et la femme le sien. Nous alimentons et provoquons le corps de souffrance de l'autre. Les blessures de l'homme sont réactivées par les comportements de la femme et les blessures des femmes sont alimentées par les comportements des hommes. Dans l'idéal, nous devrions être capables de nous aider mutuellement à déconstruire nos corps de souffrance respectifs. Il en est de même pour le corps de souffrance collectif, propre aux femmes d'une même culture, d'une même religion, d'une même époque. Toute femme est reliée à lui. Il l'atteint et elle peut le contacter. Comme une sorte de plafond, il s'impose dans la démarche personnelle de la femme et provoque deux voies possibles.

- La première est d'abandonner la démarche de libération dans un sentiment d'impuissance. Ce plafond, comme un envoûtement (un seuil infranchissable), s'impose comme une fatalité. Il induit le sentiment d'injustice, d'impuissance et il rend triste ;
- la seconde est de dépasser l'intention égotique pour intervenir sur le collectif. L'intention égotique est un désir de la personnalité. Il part de l'intention personnelle de se faire du bien, de s'affranchir, de contacter sa puissance. Si dans cette recherche individuelle, la femme se rend compte que toutes les femmes pourraient avoir accès à ce qu'elle atteint, alors son désir égotique devient un désir de faire du bien à toutes les femmes.

## **COMMENT UTILISER CE LIVRE COMME OUTIL DE TRANSFORMATION ?**

Je vous propose de vous pencher sur les différentes blessures qui peuvent constituer votre corps de souffrance. Ayez à l'esprit que même s'il s'est créé en plusieurs étapes au fil du temps, on peut s'en séparer en un instant de présence consciente, c'est-à-dire en ayant la prise de conscience, la compréhension juste de ce qui se passe.

### **| METTRE DES MOTS SUR LES DIFFÉRENTES BLESSURES**

#### **Les blessures archétypales**

Perpétuées à travers le temps, les blessures archétypales sont devenues de véritables schémas inconscients. Un archétype est un schéma collectif universel nourri par des comportements humains. Au-delà des pensées et des

idées, il siège dans l'inconscient collectif (particulièrement l'inconscient du groupe socioculturel auquel on appartient) et influence nos comportements de civilisation en civilisation. Ces blessures archétypales provoquent des émotions, des pensées et des comportements. Elles sont tellement « vécues » qu'elles laissent une empreinte sur les descendants de ces groupes socioculturels qui ont souffert. L'épigénétique (discipline de la biologie qui étudie la relation entre les événements vécus et les émotions qui en découlent sur des générations, créant un comportement réversible et adaptatif) confirme l'idée de cette transmission de génération en génération d'une blessure marquante vécue par une génération.

### **Les blessures institutionnelles ou sociétales**

Ce sont des expériences institutionnalisées qui résultent de conflits, de batailles. Elles sont encadrées par des lois qui changent selon les mouvements de pensée et les pouvoirs en place. Elles sont porteuses d'une charge émotionnelle et mémorielle très lourde qui se déclenche inconsciemment dès qu'on y est confronté : mariage, divorce, PMA...

### **Les blessures de la chair**

Elles marquent le corps physique. Elles s'inscrivent dans la mémoire cellulaire de la personne, envahissant son corps ou un organe, et s'activent dans les générations suivantes, comme une sorte de code « psycho-somato-génétique » : un diabète qui se transmet, un utérus familial blessé, une sexualité censurée...

## LA LOYAUTÉ, UN FREIN

L'épigénétique reconnaît que ces émotions transmises dans l'inconscient peuvent être libérées. Tout groupe socioculturel est porteur de blessures communes qui touchent chaque individu. Quand l'individu rencontre sa blessure, il rencontre inévitablement la blessure du groupe. Ce rapport de force entre la blessure individuelle et la blessure collective peut décourager et désamorcer les tentatives de libération. C'est à ce moment-là que l'on installe une sorte de loyauté qui peut, de manière perverse, empêcher le détachement à la blessure commune : « Si tu pardonnes, tu nous trahis. » Alors qu'en pardonnant à nos bourreaux, je t'aide toi aussi à t'affranchir de ta blessure.

## | S'APPROPRIER DES CLÉS DE TRANSFORMATION

### Voyez la vérité en face

La vérité voit au-delà de la blessure : elle perçoit le contexte, l'histoire et tous les co-acteurs. En considérant la vérité, on prend du recul, on voit plus loin et plus justement l'ensemble de la situation. Ainsi, on ne pourra pacifier un conflit, une blessure, sans considérer l'ensemble des partenaires.

### Rendez-vous consciente de vos comportements destructeurs

Repérer le comportement négatif, c'est la clef pour pouvoir le dissoudre avant qu'il ne vous envahisse

complètement. Il est facile d'observer quel genre de situation déclenche en vous une émotion disproportionnée (colère, chagrin, peur...). Si votre conscience observe, votre corps de souffrance ne pourra pas prendre de l'ampleur puisqu'en braquant la lumière de la clairvoyance sur lui, vous évitez qu'il contrôle vos pensées. Résultat : il s'apaise et attendra une autre opportunité, car il apparaît quand on est moins conscient.

### **Apprenez l'intelligence émotionnelle**

Pour libérer la souffrance émotionnelle, il convient de vivre l'émotion au lieu de vouloir l'annihiler à l'aide du déni, de la retenue, de la pudeur ou encore de médicaments, d'alcool ou de drogue (car ces substituts ne font qu'anesthésier les ressentis, mais ne les chassent pas). Ne pas vouloir ressentir une émotion ne l'élimine pas. Au contraire, ce comportement l'amplifie : tout ce à quoi on s'oppose se renforce. Autrement dit, plus vous résistez à une situation déplaisante, plus vous investissez sur elle et plus vous souffrez, car vous ajoutez encore de la négativité à l'émotion existante.

En revanche, quand vous accueillez une souffrance émotionnelle et que vous vous y abandonnez, vous vous réconciliez avec le moment présent et la conscience grandit. L'acceptation chasse la culpabilité et laisse la place à la conscience éveillée : la présence. La lucidité et l'acceptation permettent d'engager une vraie action. Vous n'êtes pas l'émotion, vous êtes la conscience qui permet que cette sensation existe. Il ne faut pas s'identifier à l'émotion, mais accepter qu'elle vous traverse.

Il n'est plus nécessaire de garder l'attachement à la blessure qui ouvre la voie de la conscience. On peut s'en détacher dans un sentiment de liberté qui permet de vivre autre chose. Seul ce sentiment de liberté, c'est-à-dire la jouissance du fait d'être libérée (subtile, mais intense dans l'esprit comme dans le corps), ouvre à la conscience de pouvoir se voir différemment et de s'autoriser le changement.

### **ATTENTION !**

Aussi longtemps que votre identité féminine se construira dans la souffrance émotionnelle, vous saboterez inconsciemment toute tentative faite pour guérir cette souffrance ou y résisterez d'une manière quelconque. Pourquoi ? Tout simplement parce que vous voulez rester intacte et que la souffrance est fondamentalement devenue une partie de vous. Il s'agit là d'un processus inconscient et la seule façon de le dépasser est de le rendre conscient. C'est une véritable rééducation mentale et émotionnelle.

### **Désidentifiez-vous de votre corps de souffrance**

On ne contrôle pas le corps de souffrance par la force et la lutte, mais par la présence et la paix. On désinvestit petit à petit une énergie de négativité liée au passé pour installer petit à petit une positivité dans le présent. Le passé n'a pas le pouvoir de vous empêcher d'être présente maintenant ; seul le ressenti concernant un fait passé possède ce pouvoir. Donc vivre le moment

présent, c'est se libérer du fardeau des vieilles émotions. Bien évidemment, cette attitude est compliquée, car l'esprit humain est réticent à lâcher le passé, même si celui-ci fut difficile à vivre.

### **Pardonnez**

Il ne s'agit pas d'accorder son pardon par charité, mais de pardonner pour se rendre libre de nos ressentiments. C'est une démarche personnelle qui vise à se faire du bien jusqu'à la résilience de la blessure. Ainsi, en pardonnant, vous cessez d'alimenter votre corps de souffrance.

### **Changez votre regard et passez à l'action !**

Le corps de souffrance de la femme, construit et alimenté depuis le début de notre humanité, peut aujourd'hui se déconstruire avec amour et conscience. En effet, la femme a désormais le recul nécessaire et la parole s'est déliée. Par cela, il faut quitter la réaction et entrer dans l'action :

- ne plus se fixer sur le mal fait ou subi, mais plutôt sur comment le défaire ;
- ne plus évaluer les comportements blessants et les injustices à travers leurs auteurs, mais plutôt choisir de ressentir le comportement de la victime pour la dévictimiser et se préoccuper exclusivement de la blessée, de la teneur de sa blessure et de sa guérison.

## ZOOM SUR UN CAS CONCRET

Par exemple, préférez la phrase « La tristesse me traverse » plutôt que « Je suis triste ». Cette émotion peut être celle de votre famille, une sorte d'héritage émotionnel dont vous êtes porteuse et que vous êtes capable de transformer. Si vous avez été portée pendant neuf mois par une mère dépressive et endeuillée de la perte d'un enfant (fausse couche, mort de nourrisson), vous savez ce qu'est la tristesse et le chagrin et arrivez sans aucun doute pour consoler votre mère et faire fondre son chagrin. La tristesse rôdera ainsi autour de vous comme un fantôme familial et votre capacité à initier la joie cohabitera avec ce fantôme jusqu'au moment où vous vous en désolidariserez consciemment.

## LIBÉRER LA PUISSANCE DU FÉMININ !

Bien évidemment, l'ambition de ce livre va au-delà de la reconnaissance de ce corps de souffrance de la femme et des moyens de le dissoudre. L'ambition est de rendre fluide le corps de gloire de la femme, c'est-à-dire tout le potentiel du féminin sans l'ombre des malentendus et des ressentiments de toutes sortes. Ce terme de « corps de gloire », un peu exubérant, éveille l'idée de réussite, de dépassement, d'aboutissement et de célébration. À l'inverse du corps de souffrance, il stocke toutes les victoires de la femme à travers les civilisations. Il représente tout le capital positif des expériences de

## PRÉAMBULE

vie. Il honore l'identité féminine dans une puissance existentielle, c'est-à-dire qui donne un sens à sa nature profonde.

L'émergence du plein potentiel de la femme ne peut venir que si elle valide le changement. Il faut à un moment donné s'accorder le droit d'avoir fait ce qu'il fallait pour changer. Cela s'appelle la validation. « J'ai souffert, j'ai combattu, j'ai revendiqué, j'ai soigné, j'ai libéré, donc maintenant je ne suis plus la même. »

Alors, soyez ce que vous êtes devenue !

## CHAPITRE 1

---

# LES BLESSURES ARCHÉTYPALES

Les blessures archétypales sont celles qui marquent l'inconscient collectif et deviennent un héritage à travers le temps. Elles font partie intégrante de la vie sur terre et se perpétuent au fil de l'évolution de l'espèce humaine et du groupe sociétal auquel on appartient. Bien sûr, elles sont transformables une fois qu'on les a identifiées, acceptées et envisagées autrement.



# 1 | L'IDENTITÉ FÉMININE

**Toute entité qui s'incarne en tant que femme sur notre planète enregistre l'histoire de la femme à travers le temps. Le corps de souffrance collectif se rencontre dès ce moment-là. Si cette identité féminine est contrariée, refusée ou blessée, si elle n'est pas acceptée, naît alors un conflit existentiel.**

## CE QUI SE JOUE

### | S'INCARNER DANS UN CORPS DE FEMME

Dans le processus d'incarnation, la prédominance féminine ou masculine se met en place dans la vie embryonnaire. Ce n'est pas un choix des parents ni un choix de la science, pour le moment.

Alors serait-ce le hasard ou plutôt le choix de l'âme qui s'incarne ? Vivre sur terre et s'incarner, même dans les pires conditions, pourrait être un choix responsable, capable et heureux. Il se ferait en fonction de nos expériences passées, en accord avec l'expérience de notre famille et notamment de chacun de nos parents. Il se ferait dans l'objectif de faire évoluer l'humanité et les schémas comportementaux de celle-ci, des schémas alimentés par le temps et les civilisations et qui mériteraient

de changer. Ces schémas collectifs universels sont des archétypes planétaires qui animent les comportements, les pensées et les émotions de l'inconscient collectif. Le choix de l'identité féminine viendrait d'une décision d'opter pour cette prédominance afin de faire évoluer l'espèce humaine, et notamment la femme.

### **| LA FEMME PORTE LA MÉMOIRE DE TOUTES LES FEMMES**

Le féminin est donc porteur de toute l'histoire de la femme depuis le début de l'existence humaine. Chaque femme engrange en elle toute l'évolution de la femme, des femmes, et en conserve toutes les mémoires, les bonnes comme les mauvaises.

Selon les époques et les civilisations, la femme a subi des comportements humains qui l'ont marquée « à vie ». Certaines civilisations plus que d'autres ont chargé le corps de la femme de lois, d'actions et d'idées qui ont installé dans la mémoire fondamentale des schémas collectifs féminins.

L'inconscient collectif est devenu porteur de ces schémas qui sont désormais partie prenante de l'identité féminine, mais aussi des archétypes féminins. Ils constituent aujourd'hui le support du corps de souffrance de la femme.

L'histoire européenne, des Celtes aux temps modernes, a montré qu'à de courtes périodes on a pu être femme et instruite, être femme et intelligente, être femme et savante, être femme et reconnue par les grands hommes de ce monde. Malheureusement, dans les années qui

ont suivi ces soubresauts de reconnaissance, les pensées et les expériences novatrices ont été éradiquées dès lors qu'elles émanaient d'une fille d'Ève.

Les huit cents ans de chasse aux sorcières avec l'Inquisition constituent un bon exemple de l'intention toute masculine de réduire à néant, de brûler tout féminin sacré. Peut-on ignorer que cette période de l'histoire ait pu marquer la mémoire collective de toute femme soignante d'aujourd'hui ? L'Inquisition, qui a exterminé des femmes dites sorcières alors qu'elles étaient en fait guérisseuses et herboristes, a laissé une peur pour la femme d'être thérapeute aujourd'hui. Inconsciemment, la femme peut ainsi avoir peur de soigner parce que cette action est entachée d'interdiction et de sanction. Plus largement, la peur de la spiritualité ou simplement de l'ouverture d'esprit ne pourraient-elles pas aussi venir de là ?

S'incarner dans l'identité féminine, c'est aussi prendre en compte, et parfois à son compte, l'histoire des femmes de la famille, l'histoire des lignées maternelle et paternelle. C'est, enfin, adopter l'histoire culturelle de sa famille. Dans le monde d'aujourd'hui, les mariages mixtes cumulent par exemple des attachements culturels qui, parfois, s'ignorent ou s'affrontent parce qu'ils se sont ignorés ou affrontés auparavant. C'est une grande évolution et un changement profond supplémentaire. Alors vivre en tant que femme aujourd'hui est un sacré pari. Il s'agit de défaire la haine enregistrée à travers les temps pour rétablir l'amour originel. C'est ça le vrai défi, la véritable conquête : celle de l'amour de l'être humain, et donc de l'amour de soi.

## | Exemple de femme blessée |

*J'ai reçu une fois une femme de 50 ans qui s'appelait « Inutile ». Son père, paysan du Cantal, probablement élu municipal et sans aucun doute déçu d'avoir une fille, l'avait nommée comme il la ressentait : inutile. Elle a grandi en cherchant à devenir l'homme de la famille, sur un tracteur, sans doute pour faire plaisir à son père et pour être aimée. Comme ça n'a pas suffi à la rendre bien dans sa peau, elle a cherché à s'aimer elle-même : elle a pris la route, est devenue camionneuse, a cherché à être aimée de ses semblables et a expérimenté la relation homosexuelle.*

*S'accepter en tant que femme et s'aimer, enfin, a été un long parcours personnel. Mais comment défaire les blessures du passé quand le prénom lui-même ramène quotidiennement à la blessure de rejet ? Faut-il encaisser l'insulte chaque jour ? Endurer ? Notre échange lui a donné la réponse : changer de prénom, reprendre tout depuis le départ. Je l'ai orientée vers une femme avocate qui lui a permis de se renommer.*

### **CLEFS DE GUÉRISON**

Le choix de votre identité vous appartient. C'est un choix d'âme. Les projections que les autres ont faites sur vous vous ont éloignée de votre propre projet et entraînée dans des malentendus. Retrouvez votre réalité et donnez-lui vie. Que ça plaise ou non, votre vie est votre choix. Au moment de votre incarnation, il est heureux, responsable et capable. Vous pouvez retrouver cet enthousiasme originel.

## **2 | C'EST UNE FILLE...**

**Cette blessure a trait à la projection que les autres ont eu et ont sur vous. La guérir vous permettra de retrouver votre véritable projet de vie.**

### **CE QUI SE JOUE**

#### **| « JE » PEUT ÊTRE UNE PROJECTION DE L'AUTRE**

Dès la conception, il peut y avoir préférence d'un sexe. Si l'on n'est pas désiré comme fille ou si les parents et l'entourage souhaitent un garçon, alors la grossesse et la naissance peuvent devenir une blessure.

Déception, résignation, rejet seront les premières émotions que ressentira la petite fille en pareil cas. Les attentes et les projections pendant la grossesse sont perçues par l'enfant et ils laissent souvent des traces indélébiles. En effet, l'enfant répondra d'une manière ou d'une autre aux attentes des parents jusqu'à s'oublier pour se faire aimer... Il sera également difficile pour la femme de se sentir désirée si elle n'a pas été attendue et bien accueillie. Elle aura par ailleurs beaucoup de difficultés à effacer les pensées négatives qu'elle porte sur elle-même et la culpabilité qu'elle peut éprouver : celle de ne pas être ce que

l'autre attend. Cette blessure s'activera à chaque rencontre amoureuse.

L'échographie, qui permet de connaître le sexe de l'enfant, date de la fin des années 1970. Auparavant, il fallait attendre la délivrance de la mère pour identifier l'enfant et on espérait alors souvent un garçon qui transmettait le nom de famille. En permettant de connaître l'identité de l'enfant plus tôt, cet examen a permis aux parents de se préparer à accueillir la bonne personne. Entre ce moment d'identification et la naissance, ils peuvent soigner leur déception.

### **| POURQUOI AVEZ-VOUS CHOISI DE VOUS INCARNER EN FEMME ?**

Il doit y avoir des raisons qui vous ont fait choisir l'identité féminine dans cette famille.

Il y a par exemple une souffrance qui marque les générations et fragilise l'identité féminine : c'est la blessure de la mère qui met au monde une fille comme elle dans un monde d'hommes. Cette déception peut susciter chez la mère inquiète un comportement d'hyperprotection ou une impuissance totale.

Vous avez peut-être aussi choisi de provoquer et de contrarier l'attente de vos proches (parents, frères et sœurs) pour leur faire comprendre leur erreur et vous faire aimer telle que vous êtes.

Aussi, penchez-vous sur votre lignée féminine : elle a peut-être été blessée et vous êtes celle qui va la libérer de ce corps de souffrance.

## Exemple de femme blessée

*Dans son livre *Fille* (Gallimard, 2020), Camille Laurens illustre bien cette blessure du corps de souffrance de la femme, celle de la non-reconnaissance dès la naissance. Son père, à qui on demandera plus tard s'il a des enfants, répondra : « Non, j'ai deux filles. » La blessure est alors installée dès la naissance et tout l'enjeu de la vie de la femme consistera à se construire sur ce fondement maladroît. Choisira-t-elle une vie chaotique ou réparatrice ? Dans le roman, ce sera la réparation. Le père de la génération suivante finira par dire : « C'est une fille merveilleuse. »*

### **CLEFS DE GUÉRISON**

Connaître la vérité est important pour libérer les malentendus et les blessures. Il est toujours temps pour vous de demander les bonnes informations afin de comprendre la blessure et de pouvoir la soigner. Pour toute blessure, il est possible de prendre en compte à la fois le ressenti des parents et le vôtre. Le sentiment de culpabilité, même s'il est inconscient, peut se transformer en responsabilité partagée entre les parents et leur enfant. Ce partage rendra le pardon plus facile.



# Se libérer de sa lignée et guérir son féminin

On pourrait croire que les femmes n'ont jamais été aussi libres qu'aujourd'hui. Et pourtant... Chacune est le fruit d'une histoire familiale, culturelle et hérite d'un code psychogénétique déjà bien ancré. Ces mémoires peuvent être à l'origine d'une souffrance physique et émotionnelle qui entrave son épanouissement. Cet héritage parfois délicat à partir duquel la femme se construit dès sa prime enfance est appelé par Bernard Chaumeil le « corps de souffrance de la femme ». Grâce à son approche unique, il aide chaque femme à prendre conscience de ses blessures émotionnelles sur un plan personnel, familial ou encore collectif.

Ce livre est une invitation à la (re) découverte de son identité féminine. La lecture des 39 blessures, toutes accompagnées d'un exemple et de clés de compréhension, permettent une prise de conscience de son parcours de vie pour s'autoriser enfin à être libre et heureuse et retrouver toute sa puissance de femme !

## L'auteur

Thérapeute analyste  
énergéticien, enseignant,  
auteur et conférencier,  
Bernard Chaumeil crée  
en 1989 la thérapie  
archétypale permettant  
la prise de conscience  
de nos ressources à travers  
l'identification des  
souffrances passées.

