

Fichiers Transcendance des Blessures

Une blessure est une atteinte au fonctionnement d'un organisme vivant. Si celui-ci ne peut pas guérir, à terme la blessure détruira le potentiel de vie de la personne (localement ou globalement). Mais une blessure peut aussi être assainie, le potentiel de vie mobilisé à nouveau pour reconstruire et cicatriser afin de retrouver une fonctionnalité, parfois marquée par une cicatrice ou une empreinte selon la profondeur de la lésion initiale. Lorsqu'il est à nouveau possible de remobiliser la partie blessée et vivre pleinement avec, la blessure peut devenir alors un souvenir, un témoin de notre vécu, une parcelle de notre histoire qui raconte notre parcours mais ne sera plus le centre qui conditionne notre vie. Les blessures que nous abordons dans cet album ne sont pas des lésions physiques mais des atteintes plus subtiles parfois moins visibles et d'ordre principalement psycho-énergétique. Ces blessures ont pour origine une empreinte et/ou une souffrance vécues dans l'enfance dans notre relation avec les parents, la fratrie, les amis, le collectif ou le vécu des ancêtres qui a marqué les générations suivantes. Le schéma d'une blessure non guérie aura tendance à se reproduire à l'âge adulte et être réactivé par des événements rappelant ces mêmes situations déjà vécues. Le tout générant à nouveau des émotions qui seront plus ou moins bien vécues et des réactions plus ou moins adéquates.

Les blessures existent mais doivent-elles cependant conditionner constamment notre vie ?

Transcender une blessure, du latin *transcendens* soit franchir ou surpasser, nous invite à envisager et créer une voie permettant de poursuivre notre vie sans se détruire.

Ce chemin de transcendance implique quelques étapes :

- stimulation du ressenti d'une blessure pour accéder à la reconnaissance, l'acceptation des réalités vécues dans le cadre de cette blessure permettant de sortir de la négation, de l'ignorance, de l'illusion ou de la naïveté (décrits ci-après sous le terme « génère... »)
- accueil des émotions contenues sans les juger pour créer une autre voie et sortir du schéma décrit sous le terme de « conduit à ... »
- favoriser les actions qui permettront d'acquérir la force pour transcender (décrits ci-après sous le terme « compense par... »)
- mettre une limite consciente aux schémas excessifs (décrits ci-après sous le terme « risque de... »)
- reconnaître, recontacter, construire ou se laisser inspirer par les qualités du chemin qui est en train d'être parcouru (décrits ci-après sous le terme « objectif... »)

Nous souhaitons œuvrer dans le sens de la prise de conscience et de la transcendance. Ainsi nous vous proposons, par cet album, un outil vibratoire soutenant. Chaque fichier est une combinaison d'environ trente fréquences en lien avec la blessure concernée. Il offre un large spectre allant du passé (vécu traumatisant) vers un futur libre (perspective de transcendance). De par le principe de résonance vibratoire, chaque fichier a le potentiel de générer et favoriser toutes les étapes de transcendance d'une blessure.

Cet album contient 18 fichiers ainsi que des explications pour les blessures liées au vécu de l'enfance ou au vécu actuel. Il décrit les blessures, leurs effets sur les comportements, les compensations, les émotions et les sentiments générés, ainsi que les aspects positifs une fois la souffrance libérée.

Un fichier se nommant « Exigences » n'est pas une blessure en soi mais découle généralement d'une solution mentale pour survivre à une souffrance émotionnelle. Ces exigences proviennent principalement d'un besoin de répondre aux attentes des parents, professeurs ou patrons. Ce fichier est également utile pour les personnes trop exigeantes avec elles-mêmes ou envers les autres ainsi que pour les perfectionnistes aimant tout contrôler.

Un fichier « Totum » de stimulation des vibrations du passé permettant de faire le lien avec l'enfant intérieur, s'y reconnecter et densifier ses propres racines. Il active un grand nombre de fréquences récurrentes dans les différentes blessures. Nous ne recommandons pas l'utilisation de ce fichier si vous avez trop de blessures car elles seront probablement trop stimulées, sapant vos fondations et générant une trop grande déstabilisation.

Par déduction :

Lisez les textes de chaque blessure et vous allez certainement vous reconnaître dans plusieurs d'entre-elles. Observez dans quelle catégorie vous vous retrouvez le plus.

Catégories :

« *Génère...* » : vous êtes concerné par cette blessure car vous en subissez les conséquences.

« *Conduit à ...* » : vous êtes dans les aspects les plus limitants de cette blessure.

« *Compense par...* » : vous avez compensé la blessure par vos actions mais elle est toujours présente et conditionne vos besoins.

« *Risque de...* » : vous subissez cette blessure dans ses aspects les plus sombres, il est temps de passer à autre chose et sortir des comportements excessifs et désagréables pour autrui.

« *Objectif...* » : vous êtes sur la bonne voie ou alors cette blessure n'est plus d'actualité

Le risque de cette méthode étant de penser que nous avons cette blessure alors que ce n'est peut-être pas une réalité vécue dans nos cellules. Soyez attentifs aux compensations de la soi-disant blessure trouvée : vous font-elles du bien ou est-ce une habitude de comportement ? Ceci devrait vous indiquer de la réelle présence de la blessure.

Que faire ensuite ?

Quelle que soit la méthode choisie, nous vous invitons à débiter un chemin de transcendance en portant le pendentif avec fichier de la blessure. Des souvenirs douloureux ou sensations désagréables peuvent éventuellement surgir et nous vous suggérons de ne pas les bloquer mais plutôt d'accompagner ce mouvement de mise en circulation émotionnelle par une bonne mise à la terre, de la douceur envers soi et un espace de sécurité émotionnelle. Ne forcez pas le chemin et allez étape par étape en portant le pendentif avec fichier de la blessure juste 1 heure ou plus, si la sensation n'est pas trop désagréable, puis augmenter la durée (qui peut être parfois très limitée au début par la sensation de souffrance qui est réveillée). Soyez également vigilant de ne pas nourrir les comportements décrits sous « *risque de...* ».

Lorsque vous ne ressentez plus d'effet, les fréquences émises ne génèrent plus de résonances néfastes et devraient vous apporter un sentiment de mieux-être. Vous verrez apparaître des états d'être décrits sous « *objectif...* ». Si ce n'est pas le cas, une résistance mentale s'est installée et nous vous invitons à faire à nouveau de la place en toute sincérité à votre ressenti interne, vos émotions et non pas à ce que vous pensez de votre ressenti. Vous pouvez également passer au fichier « Exigences » et éventuellement « Totum ». Soyez doux et bienveillant avec vous, évitez de travailler sur plusieurs blessures en même temps !

N°	BLESSURE	Description
B01	ABANDON	<i>Génère</i> : sentiment d'être abandonné, insécurité, instabilité <i>Conduit à</i> : souffrance, solitude, vide dans la vie, survie <i>Compense par</i> : sport dangereux, besoin de nature, matérialisme, hyperactivité, excitants, prendre des risques <i>Risque de</i> : lutte pour sa survie, envie de fuir, se défendre, jalousie, chantage affectif, infidélité, se séparer de l'autre avant d'être abandonné, avarice, boulimie

		<i>Objectif</i> : sécurité, stabilité, soutien, autonomie, indépendance, patrimoine, abondance, racines, sentiment d'appartenance, confiance dans les autres, se sentir aimé et rassuré
B02	AMOUR (manque d'amour ou chagrin d'amour)	<i>Génère</i> :sentiment de ne pas être assez aimé, insatisfaction, frustrations <i>Conduit à</i> :vide affectif, solitude, dureté, mettre une cuirasse, fermeture <i>Compense par</i> :technique corporelle, danse, yoga, romantisme, esthétisme, piercing, réseaux sociaux <i>Risque de</i> :chantage affectif, dépendances affectives, jalousie, faire souffrir l'autre, narcissisme, maltraiter son corps <i>Objectif</i> : sentiment d'être aimé, s'offrir à soi-même,aimer son corps, acceptation de soi, charme et séduction, joie
B03	DECEPTION	<i>Génère</i> :sentiment de déception, d'échec, démotivation, renoncement, regrets,rêves brisés <i>Conduit à</i> :peur de l'échec, désillusion, résignation, déprime, souffrance, paresse, sabotages mentaux <i>Compense par</i> :limiter les exigences, passer à autre chose, partir en vacances, loisirs <i>Risque de</i> :frustrations, colères contenues, stagnation, contrariété, prise de tête, dispersion, devoir reporter à plus tard, se battre inutilement, acharnement à concrétiser, trop ambitieux, prendre sur soi pour réussir <i>Objectif</i> : relativiser, lâcher-prise, adaptation, patience, sans attente, être soutenu, connaître ses limites, concrétiser, aller de l'avant, enthousiasme, exprimer son potentiel, joie, satisfaction
B04	DEVALORISATION	<i>Génère</i> :sentiment d'être dévalorisé ou critiqué,insatisfaction, déception, se limiter

	DEVALORISATION	<i>Conduit à</i> : renoncements au plaisir, manque d'argent, peur de ne pas y arriver,introversion, problèmes gynécologiques ou sexuels <i>Compense par</i> :besoin de bien faire, d'être compétent, se dépasser, se faire plaisir, les arts, bricoler <i>Risque de</i> :se battre pour être respecté ou valorisé,ne pas supporter d'être jugé,irrespect, arrogance, orgueil, dévaloriser l'autre, achats compulsifs, frustrations, jalousie, convoitise, devoir séduire, infidélité,créativité dispersée <i>Objectif</i> : valorisation, confiance en soi, se faire respecter, estime de soi, trouver le juste prix, équilibre entre donner et recevoir, recevoir des autres, s'offrir à soi-même, flexible avec ses besoins, enthousiasme, créativité, sexualité équilibrée
B05	ENFERMEMENT	<i>Génère</i> :sentiment d'être enfermé, d'être inférieurisé, d'être critiqué, devoir obéir, ne pas être écouté, pas à sa place, tourner en rond,stagnation <i>Conduit à</i> :repli sur soi, potentiel réprimé, sentiment d'inutilité, démotivation, paresse, victimisation <i>Compense par</i> :être dans la nature, sport en plein air, se faire plaisir, partir en vacances, faire le fou <i>Risque de</i> :frustrations, se battre pour sa liberté, révolte, chantage, jouer un rôle, infidélité, tenir tête, être à l'affût, créativité dispersée <i>Objectif</i> : liberté, faire des choix et décider, être soi-même, être à sa juste place, avoir son espace vital, réaliser des projets, exprimer son potentiel, reconnaissance, ambition, être respecté, sexualité équilibrée, joie de vivre
B06	EXCLUSION (être inadéquat)	<i>Génère</i> :sentiment d'être exclu, de ne pas exister, de subir, absence de liens sociaux, perte de sens <i>Conduit à</i> :être assisté ou obliger les autres à nous assister, drogues, souffrance, solitude, résignation, victimisation <i>Compense par</i> :avoir plein d'amis, réseaux sociaux, bénévolat <i>Risque de</i> :lutte pour vivre, rancune,lutte pour sa place, marginalité, être en bande, dépendances affectives, être sur le qui-vive, confrontation, détruire pour se sentir exister <i>Objectif</i> : sentiment d'appartenance, liens sociaux, se sentir soutenu, reconnaissance, avoir sa place dans la société, collaboration, participation, indépendance
	HONTE (humiliation, abus)	<i>Génère</i> :sentiment de honte, timidité, manque de confiance en soi, perdu son innocence <i>Conduit à</i> :ne pas aimer ou ne pas écouter son corps, non-dits, repli sur soi, plein de

B07		peurs <i>Compense par</i>:excès de nettoyage, jeûne et cure, musique, chant, théâtre, faire rire, tatouage, partager son expérience de vie <i>Risque de</i> :boulimie, anorexie, syndrome du clown triste, générer des liens toxiques, être sur la défensive, se battre pour être respecté (plainte et accusation), rancune et colère, focalisation sur le problème, mensonge volontaire, refus de la réalité, déni <i>Objectif</i> : joie de vivre, plaisir, faire ce que l'on aime, respect de soi, savoir dire non, autodérision, résilience, s'aimer totalement tel que l'on est
B08	IDENTITE	<i>Génère</i> :sentiment de ne pas pouvoir être soi-même, sentiment d'inutilité ou d'inexister pour les autres, mal-être, manque de liens sociaux, introversion <i>Conduit à</i> :angoisse existentielle, vide intérieur, solitude, être perdu, souffrance <i>Compense par</i>:les arts, appartenance (parti, club, ...), tatouage,généalogie, se créer un rôle ou une image, jouer un rôle pour se sentir utile, s'expatrier pour s'intégrer, retourner vers ses origines <i>Risque de</i> :surjouer un rôle, vouloir être quelqu'un d'autre, questionnements, dispersion, marginalité, addiction, sexualité conflictuelle, refus de s'intégrer <i>Objectif</i> : être clair sur qui l'on est, être soi-même, exprimer sa différence, retrouver ses racines ou ses origines, être à sa juste place, authenticité, sincérité, charisme, œuvrer avec justesse, suivre sa voie,avoir une direction dans la vie
B09	INDIFFERENCE (non désiré)	<i>Génère</i> :sentiment d'être ignoré, incompris, inutile ou d'inexister pour les autres, non désiré, absence de lien affectif, repli sur soi

		<i>Conduit à</i> :vivre par procuration, nombreux manque, solitude, souffrance <i>Compense par</i>:amitié solide, être en groupe, association et bénévolat, prendre des responsabilités, vouloir plaire et être aimable <i>Risque de</i> :se rendre indispensable, rôle exagéré, attirer l'attention, ambition excessive,responsabilités ou générosité excessives, liens toxiques ou envie de fuir, frustrations <i>Objectif</i> : sentiment d'être aimé, affirmation de soi, assumer sa différence, joie de vivre,indépendance, force volontaire et engagée, générosité et altruisme
B10	INJUSTICE	<i>Génère</i> :sentiment d'injustice, sentiment d'être jugé, se sentir manipulé, peur de perdre, insécurité, devoir fuir <i>Conduit à</i> :violence contenue, impuissance, désespoir, autodestruction, humiliation, précarité, subir sa vie (pas de futur) <i>Compense par</i>:défendre des causes ou des victimes, idéalisme, spiritualité, être ordonné, alcool, aimer la montagne, voler dans le ciel, faire de la moto <i>Risque de</i> :rendre justice soi-même, colère et violence, irrespect, cruauté, faire souffrir l'autre, rebelle, révolte, confrontation, jeux de pouvoir, tenir tête, jeux d'argent, fatalisme <i>Objectif</i> : justice, respect de l'autorité, positionnement, mettre une limite, lâcher-prise, optimisme, se prendre en main, se donner les moyens de changer sa vie, gratitude, savoir renoncer, neutralité
B11	MANIPULATION (manipulé ou exploité)	<i>Génère</i> :le sentiment d'avoir été manipulé ou exploité, être influencé, contrariétés, conflit intérieur, non-dits <i>Conduit à</i> :vouloir fuir mais rester quand même, soumission, obéissance, résignation, vivre dans la peur <i>Compense par</i>:s'amuser, statut d'indépendant, besoin de commander, coaching <i>Risque de</i> :devoir fuir, conflit d'autorité, révolte,refus de se laisser imposer, sur la défensive, rancune, se plaindre, déni, loyauté toxique, chantage, manipuler les autres <i>Objectif</i> : liberté, indépendance, capacité à changer sa vie, vigilance, capacité à mettre une limite, se distancer, positionnement, affirmation de soi, individualité, réconciliation, jouir de la vie
B12	MANQUE	<i>Génère</i> :sentiment de toujours manquer, insatisfaction, précarité, solitude <i>Conduit à</i> :insécurité chronique, peur de tout perdre, pauvreté, survie, ascétisme <i>Compense par</i> :manger beaucoup, avoir son potager, donner aux œuvres de charité, s'occuper de plus malheureux que soi, soutenir les autres, sexualité excessive, jouer à la loterie <i>Risque de</i> :courir après l'argent, convoitise, jalousie, frustrations, addictions, assumer pour les autres, trop soutenir les autres, prendre sur soi, chantage

		<i>Objectif</i> : abondance, créer sa sécurité matérielle, patrimoine, richesse, autonomie, base solide, liens familiaux, plénitude, générosité
B13	REJET (être accepté) non	<i>Génère</i> :le sentiment d'être mis à l'écart, non désiré, nombreux manques, sentiment d'inutilité, vide relationnelle, perte de confiance <i>Conduit à</i> :isolement, victimisation, dureté de cœur, insécurité, souffrance <i>Compense par</i> :se rendre indispensable, montrer ses compétences, défendre une cause, diriger les autres <i>Risque de</i> :convoitise, jalousie, arrogance, agressivité, irrespect, colère, chantage affectif, révolte, autoritarisme, rôle exagéré ou inapproprié, phobies <i>Objectif</i> : se sentir aimé, sentiment d'appartenance, être à sa place, liens sociaux, sécurité émotionnelle et matérielle, joie de vivre, charisme
B14	SACRIFICE	<i>Génère</i> :sentiment de se sacrifier pour les autres, d'être exploité, manque de retour, ne pas mettre de limite, oubli de soi, prendre sur soi, fatigue <i>Conduit à</i> :renier ses propres besoins, fermeture vis-à-vis des autres, épuisement <i>Compense par</i> :désengagement, photographie, limiter les charges et les obligations <i>Risque de</i> :se rendre indispensable, se mettre la pression, chantage affectif, être trop responsable <i>Objectif</i> : liberté d'engagement, équilibre entre donner et recevoir, recevoir des autres, répondre à ses besoins, respecter ses limites, s'occuper de soi, œuvrer avec justesse, gratitude
B15	SEPARATION (deuil, divorce)	<i>Génère</i> :sentiment d'être séparé, sentiment de vide, sentiment d'échec, sentiment d'être abandonné, regret, insatisfaction, déception, vouloir éviter la confrontation ou les conflits, se sentir vieux <i>Conduit à</i> :solitude, introversion, dureté de cœur, vulnérabilité, insécurité, peurs, tristesse, culpabilité

		<i>Compense par</i> :projets en commun, obligations communes, combler les besoins avec une autre personne, chercher l'âme sœur <i>Risque de</i> :liens toxiques, chantage affectif, étouffement de l'autre, confrontation, critiquer l'autre, souffrir et faire souffrir, ne plus faire confiance, colère, irrespect, jalousie, infidélité, envie de partir, ressasser le passé <i>Objectif</i> : autonomie, indépendance financière et affective, équilibre dans les relations, conciliant, respect, sécurité émotionnelle, soutien, confiance en soi, charme et séduction, sexualité équilibrée, amour, joie, absence de culpabilité
B16	TRAHISON	<i>Génère</i> :sentiment d'avoir été trahi, déception, ne plus recevoir d'aide, peur de faire des choix, se sentir sans défense <i>Conduit à</i> :se retrouver seul, sentiment d'impuissance, dureté de cœur, résignation <i>Compense par</i> :arts martiaux, musculation, intérêt pour les armes, se consacrer à autre chose ou à un autre objectif <i>Risque de</i> :colère, rancune, agressivité, irrespect, générer des tensions, maintenir des liens toxiques, chantage, vouloir tout diriger, être en permanence sur ses gardes <i>Objectif</i> : respectueux, être respecté, inspirer confiance, confiance en soi, autorité naturelle, ne pas dépendre des autres, se sentir en sécurité au sein d'un groupe, courage, estime de soi, positionnement, conciliant, pardon, loyauté, non implication émotionnelle, justice, viser l'excellence
B17	TRAUMATISME (vécu ou vu des horreurs)	<i>Génère</i> :sentiment d'avoir vécu un traumatisme, sentiment de persécution, famille dispersée, perte des amis, somatisation des conflits, perdu son innocence, non-dits <i>Conduit à</i> :isolement, vulnérabilité, instabilité psychique chronique, phobies diverses, désillusion, mutisme, survie, automutilation <i>Compense par</i> :servir son pays, amitié, courage, partager son expérience, humour, les arts <i>Risque de</i> :lutte pour survivre, fuir, cruauté, déni, se confronter à la mort, se sacrifier pour une cause, être sur la défensive, émotivité excessive, dureté, rancune, ressasser le passé <i>Objectif</i> : résilience, acceptation, passer à autre chose, force intérieure, paix intérieure, calme, sécurité, enfant intérieur rassuré, reconnexion à son âme, joie, compassion
	VICTIMISATION (humiliation,	<i>Génère</i> :sentiment d'être une victime, de subir, impuissance, soumission, non-dits <i>Risque de</i> :agressifs, négativisme, ne pas aimer son corps, auto-persécution <i>Conduit à</i> :résignation,

B18	maltraitance, abus)	se rendre malade, vivre dans la peur, être dans la survie, souffrance, autodestruction, phobies, tocs <i>Compense par</i> :affronter la réalité, ablation d'organes, agir pour limiter les conflits et la misère, raconter sa vie <i>Risque de</i> :se plaindre, chantage, liens destructeurs, envie de fuir, révolte, rancune, rage, colère, jalousie, convoitise, faire souffrir l'autre, cruauté, déni, refus de la réalité, se focaliser sur les problèmes, amplification de la victimisation <i>Objectif</i> : rire de soi,acceptation, résilience, indépendance, capacité à se défendre, se libérer d'une emprise, positionnement, mettre une limite, être respecté, vigilance, compassion et pardon
------------	---------------------	--

B19	EXIGEANCES	Ce fichier n'est pas une blessure en soi mais découle d'un formatage du corps mental pour tenter de trouver une solution à toute souffrance émotionnelle. Ces exigences peuvent provenir d'un schéma vécu auprès des parents, professeurs ou patrons. Mais également pour les personnes trop exigeantes avec elles-mêmes ou envers les autres ainsi que pour les perfectionnistes aimant tout contrôler.
B20	TOTUM	Fichier de stimulation des vibrations du passé permettant de faire le lien avec l'enfant intérieur, s'y reconnecter et densifier ses propres racines. Il active un grand nombre de fréquences récurrentes dans les différentes blessures. Nous ne recommandons pas l'utilisation de ce fichier si vous avez trop de blessures car elles seront probablement trop stimulées.