

# QUELLES BLESSURES D'ÂME PORTEZ VOUS?



*Christelle*  *Métamorphose*

*Energéticienne*  
*Praticienne en ayurveda*  
*Accompagnements - Coaching - Soins*



Nous venons sur cette terre avec des blessures en nous, appelées blessures d'Ame.

Il en existe 5:

Souvent nous en portons 3 mais nous pouvons avoir les 5

- L' Abandon
- Le Rejet
- L'Humiliation
- La Trahison
- L'injustice

Ces blessures sont transgénérationnelles et nous ont été transmises par nos aïeux.

En effet, ceux ci ne les ont pas libérées et nous en héritons dès la naissance.

Ces blessures vont être réveillées très souvent dès l'enfance vers les 9 à 10 ans, par des comportements que vont avoir vos parents envers vous, mais aussi, par des situations ou certains comportements auxquels vous pouvez assister et qui vont vous toucher.

De là, ça va réveiller en vous ces blessures et vous faire porter des masques, c'est à dire ne pas vous montrer tel(le) que vous êtes réellement et ce pourquoi vous êtes incarné(e) ici bas, par peur du jugement, de la critique, des réactions des autres envers vous.

Et surtout vous risquez de fermer votre coeur, de ne plus être réceptif à vos réels besoins, ni être connecté(e) à votre Ame.

Certaines blessures sont plus présentes chez certaines personnes que chez d'autres, c'est pourquoi, parfois certaines réflexions ou actions vont vous toucher vous, vous blesser alors que d'autre vont laisser passer et ne pas sembler affectée.

C'est que chez ces personnes, ces blessures sont déjà libérées.

Si vous êtes là, et que vous avez décider d'en prendre conscience, c'est que c'est vous qui avez été(e) choisi(e) pour travailler dessus et les libérer.

En faisant cette action, non seulement, vous allez pouvoir lâcher vos masques, vous montrer tel(le) que vous êtes réellement au fond de vous, décider de vos choix et de vos actions en pleine conscience, mais surtout vous allez libérer la génération suivante, donc, vos enfants.

A travers ce guide vous allez pouvoir reconnaître quelles blessures vous portez et comment vous en libérer.



La Blessure d'Abandon:

Cette blessure se déclare souvent vers les 10 ans.

Elle intervient en général suite à un manque de communication et d'affection avec le parent de sexe opposé.

Vous pouvez aussi avoir vécu un réel abandon et avoir été placé en famille d'accueil ou chez un proche ou des personnes étrangères.

Cette blessure va vous amener à rechercher l'affection et l'approbation des autres en permanence, et peut vous rendre facilement manipulable par des personnes mal intentionnées.

Vous devenez dépendant du regard de l'autre et de son jugement vis à vis de vous.

Vous aurez tendance à dramatiser les événements voir à créer facilement des scénarios catastrophes.

Vous aurez beaucoup de mal à prendre du recul et à relativiser.

Vous aurez très peur de la solitude, même des séparations à courte durée.

Vous pourrez être du style à vivre mal accompagné(e) plutôt que seul(e) et rester dans des relations toxiques voir les attirer.

### **Pour vous en libérer:**

Vous devez déjà prendre conscience que vous portez cette blessure et l'accepter.

Il vous faudra apprendre à pardonner.

Vous devrez apprendre à être en accord avec vous même pour supporter et aimer la solitude.



La blessure du Rejet:

Cette blessure est très souvent présente chez les enfants qui n'ont pas été désirés, une grossesse dite "accidentelle"

Vous allez peu vous exprimer et n'oserez pas donner votre avis.

Vous pourrez prendre trop à coeur les remarques.

Vous pourrez vous sentir illégitime au bonheur, croire que vous n'avez pas votre place ici.

Vous pourrez avoir tendance à saboter vos relations, inconsciemment vous préférez rejeter en premier avant de le subir.

Vous aurez tendance à vous isoler, à rechercher la solitude.

Vous aurez tendance à trouver du réconfort en vous réfugiant dans des états secondaires (alcool, tabac, drogue...)

### **Pour vous en libérer:**

Vous devrez prendre conscience que vous portez cette blessure et l'accepter.

Puis, vous devrez vous pardonner, pardonner au parent qui vous a rejeté et aux autres.

Vous devrez arrêter de fuir les situations dans lesquelles vous vous sentez agressé(e)s, affronter vos peurs, et vous exprimer .



La blessure de l'Humiliation:

Cette blessure naît lorsque enfant, vous avez ressenti qu'un de vos parents avait honte de vous, souvent votre mère.

Vous allez prendre (inconsciemment) du plaisir à vous faire souffrir, vous créer ou vous exposer à des situations difficiles voir humiliantes.

Vous serez quelqu'un qui aimez prendre soin des autres alors que vous aurez du mal à prendre soin de vous, vous occuper de vos propres besoins voir à les formuler.

Vous pourrez avoir tendance à tomber dans les troubles alimentaires voir être en surpoids.

### **Pour vous en libérer:**

Vous devez prendre conscience que vous avez cette blessure, l'accepter et arriver au pardon.

Vous devrez reconnaître que c'est vous qui vous mettez et/ou acceptez des situations qui vous font souffrir.

Vous pourrez continuer à aider les autres mais en même temps reconnaître vos propres besoins.



La blessure de Trahison:

Cette blessure survient lorsque enfant vous avez vu votre parent de sexe opposé dévaloriser ou maltraiter le parent du même sexe que vous.

Cette blessure intervient dans l'enfance mais peut être réactivée une fois adulte.

Vous aurez tendance à vous sentir trahi(e) lorsque quelqu'un fera défaut à sa promesse donnée.

Vous aurez du mal à donner votre confiance.

Vous aurez peur de dévoiler vos faiblesses.

Vous pourrez vous sentir vulnérable et impuissant(e).

Vous serez très inquiet(e) face aux imprévus, il n'y a aucune place pour la spontanéité.

Vous aurez tendance à être très exigeant(e) avec vous même et avec les autres.

### **Pour vous en libérer:**

Reconnaître que vous avez cette blessure, l'accepter et pardonner.

Vous devrez apprendre à lâcher prise et accepter que tout ne se déroule pas selon vos plans.

Vous devrez apprendre à faire de la place aux autres et déléguer.

Vous devrez commencer par retrouver confiance en vous pour pouvoir faire confiance aux autres.



La blessure d'Injustice:

Cette blessure intervient sous l'éducation des parents qui ont été froids, distants, sévères, autoritaires avec vous, surtout le parent du même sexe.

En tant qu'enfant, vous n'osiez pas vous exprimer, vous affirmer et avez trouver cela injuste.

En tant que personne, vous pourriez sembler très optimiste, pourtant, si on creuse, vous avez tendance à vous couper de vos émotions dès qu'une contrariété survient.

En agissant ainsi, Vous vous mettez à l'abri des souffrances émotionnelles.

Vous pourriez faire croire que rien ne vous atteint et vous essaieriez de vous en persuader.

Vous aurez du mal à vous exprimer et à demander de l'aide, persuadée) que les autres vous apprécient pour ce que vous faites et non pour qui vous êtes.

Ce comportement vous poussera à devenir perfectionniste pour attirer la sympathie.

Vous aurez tendance à avoir peur de l'autorité ce qui vous amènera à vous justifier en permanence.

La notion de bien et de mal sera au coeur de votre existence.

### **Pour vous en libérer:**

Vous devrez prendre conscience que vous portez cette blessure, l'accepter puis pardonner.

Vous devrez vous autoriser le droit de faire des erreurs, d'être imparfait(e)

Vous gagnerez à accepter vos émotions.



Vous connaissez à présent les 5 blessures d'Ame et leurs clés pour vous en libérer.

Parfois certaines personnes sont dans le déni et d'autre se reconnaissent de suite.

Laquelle êtes vous, quelle est ou quelles sont vos blessures?

Vous pouvez en avoir plusieurs ( nous en portons au minimum 3)

Personnellement , j 'avais les 5 avant de m'en libérer.

Le fait de reconnaître ses blessures permet aussi de reconnaître que les autres ont aussi les leurs, d'où certains de leurs comportements ou actions vis à vis de nous et des autres.

Vous pourrez alors les accepter plus facilement et leur pardonner.

\*Il peut vous sembler difficile de libérer ces blessures d'Ame seule, c'est pourquoi, j'ai créé mon programme sur 16 jours:

REVELE L'ETRE DE LUMIERE QUI SOMMEILLE EN TOI

**LIBERE TOI DE TES BLESSURES  
ET RAYONNE**



Grâce à ce programme, que vous allez faire tranquillement chez vous  
Vous pourrez panser vos blessures qui empêchent votre épanouissement  
et vous forcent à porter des masques au lieu de laisser paraître l'Etre de lumière que vous êtes  
et de rayonner.

Découvrez: (copiez/collez)

<https://christelle-metamorphose.systeme.io/soyezepanouie>

<https://christelle-metamorphose.systeme.io/programmeblessures>

Je vous souhaite de belles libérations, de faire tomber vos masques et de vous épanouir.



## QUI SUIS JE?



Je m'appelle Christelle

Depuis 30 ans j'exerce dans le bien être.

Depuis 10 ans, je me suis spécialisée dans l'énergétique, le développement personnel et l'Ayurvêda

J'exerce aussi bien en cabinet qu'à distance.

je vous aide à travers divers programmes d'accompagnements à vous libérer de tout ce qui bloque votre épanouissement personnel, que ce soit vos peurs, vos blessures d'Ames, les personnes ou situations toxiques pour vous, vos croyances limitantes, le Kharma, etc.



Christelle Métamorphose  
Energie



Je vous accompagne à transformer  
votre être intérieur  
afin de changer  
votre monde extérieur

J'ai créé la méthode  
Métamorphose toi et Devisiens illimité  
pour vous aider à vous libérer de vos  
blessures et croyances qui vous limitent  
dans votre épanouissement personnel



