

## La vibration des sons harmoniques pour prendre sa place dans la vie, riche des résonances positives de sa lignée

**S**ophie Grassi Orthophoniste kinésologue, formatrice et auteur, nous présente une méthode et des outils originaux en séances individuelles de Constellations Familiales selon l'approche de Bert Hellinger, les sons harmoniques de la voix et les huiles essentielles.

### Comment en êtes vous venue à associer le travail en constellations familiales aux sons harmoniques de la voix ?

Au cours de ma pratique de kinésologue\*, j'ai constaté que nous sommes souvent confrontés à des programmes de sabotages très profonds qui minent les progrès.

Afin que chacun trouve un chemin qui lui permette de vivre en équilibre, j'ai associé le travail de constellations familiales et l'utilisation des vibrations des sons harmoniques de la voix et des huiles essentielles.

*\*Lors d'un travail thérapeutique en kinésologie, le test musculaire est utilisé comme une mesure pour identifier et constater les effets du stress...*

*Il nous permet de communiquer avec notre mémoire corporelle, l'explorer, retrouver l'origine de nos difficultés... et de s'en libérer.*

*Le corps indique alors les outils les plus adaptées pour rétablir efficacement son équilibre énergétique et émotionnel.*



Sophie Grassi

### Comment l'histoire de notre famille peut-elle influencer notre vie, nos relations, notre travail, notre réussite ou celle de nos proches ?

#### La systémie familiale est un outil de dialogue au service de la famille :

Les personnes de notre famille forment un ensemble en équilibre comme plusieurs planètes reliées en constellation.

Les non dits, les secrets (enfants illégitimes, adoptions cachées...), les mensonges (liés à un décès, un rejet, un handicap...) répétés au fil du temps rompent l'équilibre familial.

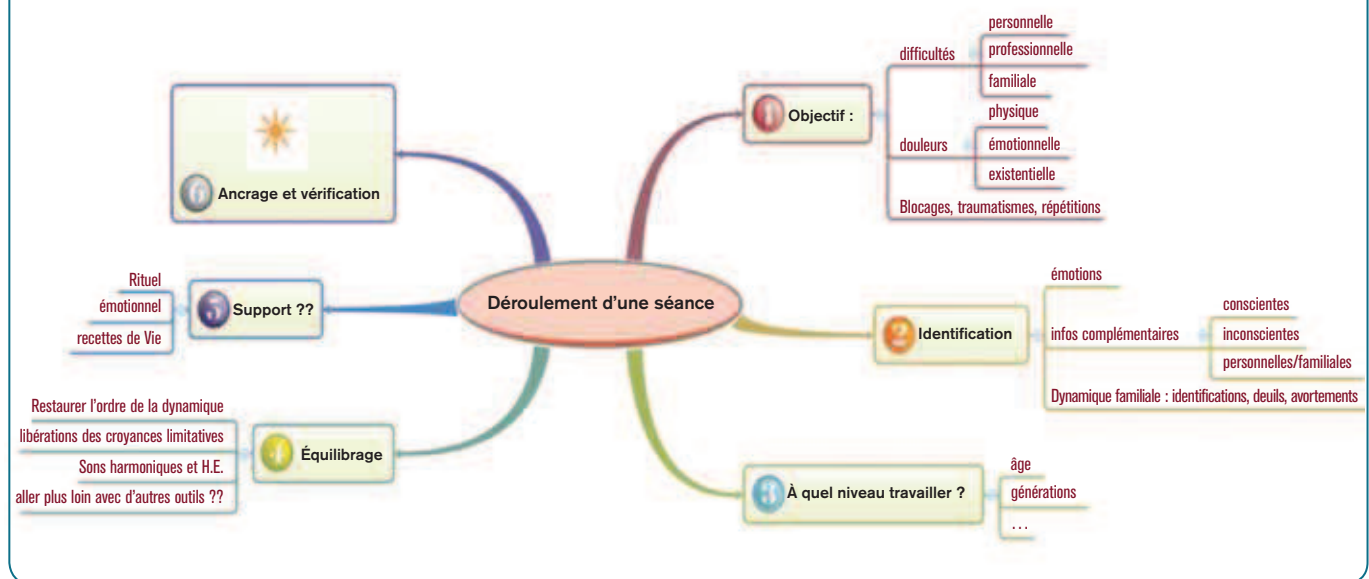
Par loyauté, les jeunes générations s'identifient alors aux aïeux et sont parasitées par des sentiments ou des comportements transmis qui ne leur appartiennent pas.

La mémoire de nos ancêtres glisse comme un dialogue inconscient dans nos vies en richesses mais aussi en fardeaux.

J'ai rencontré par exemple un enfant qui ne parvenait pas à apprendre à lire car son arrière grand-père (qu'il n'a jamais connu) était illettré ! Il était conditionné par loyauté à cet homme qu'il avait interdiction de dépasser et ne pouvait pas s'autoriser à lire. Ce blocage levé, il est devenu « champion de lecture » !

Je me souviens d'une femme qui avait « une phobie des chiens » : à l'aide du test musculaire, nous avons identifié que l'un de ses arrière grands-pères s'était fait mordre la jambe et qu'il y a eu une infection. La jambe due être amputée. On a trouvé dans les mémoires du corps de

Tout au long de la séance, le test musculaire accompagne, guide et renseigne sur les besoins de la personne pour libérer les sabotages conscients et permettre à chacun de dépasser les influences de ses ancêtres pour se tourner vers sa propre vie et réaliser ses projets enrichis de sa lignée.



cette femme « Méfie-toi des chiens, tu risques d'avoir une jambe coupée ! » En libérant le corps de cette croyance, elle peut aujourd'hui vivre avec un chien.

J'ai vu la vie d'une personne heureuse basculer à 25 ans dans un accident, un aïeul étant décédé à ce même âge dans un accident de bateau !

Ainsi les liens qui se tissent au sein de la lignée, conditionnent nos actes et émotions pour ressurgir aux générations suivantes. Cette dynamique familiale limite ou sublime notre capacité à être heureux, libres de nos choix.

Le travail en Constellation Familiale permet de détecter les perturbations transgénérationnelles qui continuent d'affecter l'existence d'une personne, souvent à son insu : secrets ou mensonges de famille, identification à un ancêtre au destin tragique ou schéma familial à répétition... Cette approche permet également de prendre conscience et de recevoir les dons et talents de nos ancêtres.

### Comment devenir riche de sa lignée et ne plus la subir ?

L'objectif est de pouvoir libérer « les liens toxiques » liés à nos ancêtres et non de couper les liens de cœur ! Rétablir l'équilibre entre donner et prendre pour se libérer soi et pouvoir enfin s'appuyer :

- à sa lignée d'hommes si l'on est un homme,
- à sa lignée de femmes si l'on est une femme.

Ainsi chacun devient riche et fort de l'énergie, du vécu de ces ancêtres et peut aller dans sa propre vie et transmettre à son tour s'il le souhaite.

Il nous est parfois difficile de redonner une place dans notre cœur à un aïeul qui nous a fait du tort. Il s'agit là de l'accueillir non pas dans sa personnalité mais dans son archétype de parents, grands-parents ou arrière grands-parents qui a transmis la vie malgré ses erreurs et ses épreuves.

Reconnaître ce don de vie comme un cadeau et se rappeler que sans nos ascendants nous ne serions pas vivants, c'est reprendre sa place dans un système et créer un nouveau lien.

Une puissance extraordinaire émane alors sur l'ensemble de la constellation familiale, alors apaisée.

### Est-ce que chacun peut parvenir à accepter la réalité de ses origines ? Y a-t-il parfois des obstacles à la réussite de la libération des événements familiaux ?

« C'est trop dur ! »  
Me dit-on parfois.

Une fois les intrications mises en évidence, accepter peut sembler impossible.

Pour exemple, « accepter pour père » un homme qui a violenté, ou même tué peut s'avérer intolérable sur le moment. En couple, rendre hommage à la première épouse (décédée ou divorcée), pour augurer d'une belle harmonie dans le nouveau couple peut sembler choquant.

Pour la réussite d'un retour à l'équilibre dans sa lignée, la question posée est : « Est-ce que vous êtes prêt à vous ouvrir à votre histoire ou voulez-vous la subir et la transmettre à votre tour ? »

C'est notre capacité à redonner sa place à chacun et à l'accepter dont dépend la libération des charges qui ne nous appartiennent pas. Ainsi s'opère le changement vers une vie plus douce et juste.

Et souvent là est la difficulté, le nœud qui freine ou empêche la libération.

Pour libérer ces résistances et aider à l'intégration des nouvelles images, j'utilise les vibrations des sons harmoniques de la voix associées aux huiles essentielles.

### De quelles façons agissent les sons harmoniques et les huiles essentielles sur nos schémas familiaux ?

## Les sons harmoniques :

J'utilise la vibration des sons harmoniques de ma voix pour apaiser et trouver un chemin doux et harmonieux vers l'intégration de la solution.

Les sons viennent remettre en mouvement les agrégats psychiques et émotionnels figés dans notre corps et libérer les mémoires de notre lignée ainsi que les mémoires karmiques. Comme l'harmonique sur le verre de cristal dont la force physique pulvérise la matière verre.

Ces « sons sources », ou bija sont les sons thérapeutiques des Chamans. Ils sont considérés comme des « vibrations » de la conscience primordiale créatrice. Pratiqués depuis la nuit des temps, ils ont la capacité de conduire à la connaissance la plus haute et d'apaiser les conflits. La vibration du son est un chant d'évolution physique, émotionnelle et spirituelle qui recrée un lien sain/vivant/pacifié à nous même et à nos ancêtres.

Extrêmement puissants pour apaiser les situations bloquées notamment autour des deuils et décès récents ou anciens, ils ont la particularité de se frayer un passage à partir de là où nous en sommes en respectant notre rythme.

## Les huiles essentielles :

Respirer une huile essentielle appropriée dissout instantanément les tensions neuronales présentes et passées liées à la situation traitée. Les molécules des huiles interviennent directement dans le système limbique de notre cerveau (siège des émotions).

Chaque odeur conduite par les sons nous ramène à l'origine du problème d'où émerge la solution propre à chacun.

La circulation s'installe et le lien nouveau apporte la paix.

À l'issue du travail, des supports énergétiques simples peuvent être proposés pour venir renforcer la nouvelle dynamique.

*L'individu peut alors trouver sa juste place, puiser des ressources dans son héritage ancestral, accéder à son propre potentiel et accomplir pleinement sa vie, ses projets.*



**Vous avez d'ailleurs écrit un livre d'exercices ressources facilement utilisables, comment se présente-t-il ? A qui est-il destiné ?**

Tout au long de ma pratique, j'ai regroupé de nombreux outils d'aide favorisant l'autonomie et le confort du quotidien.

Leur pratique favorise un ancrage ou un mieux être pour chacun et permet de réguler son niveau d'énergie au quotidien.

J'ai répertorié une partie de ces exercices sous forme de recettes de vie simples et efficaces dans mon manuel « *Je craque... Au secours je fais quoi ?* » 28 conseils énergétiques accessibles à tous.

Des ateliers et des stages permettent une découverte personnalisée de ces outils. ■

**Sophie Grassi**

Consultations

Paris 17<sup>ème</sup> – Paris 11<sup>ème</sup>

à la Fabrique à Bonheur

Stage résidentiel

**SONS ET MOUVEMENTS IV**

du 8 au 11 mai dans le Gard

Plus d'info : [www.sophiegrassi.fr](http://www.sophiegrassi.fr)

Tél. : 06 60 87 91 24

## Je craque ... Au secours ! Je fais quoi ?

28 conseils énergétiques pour aller mieux

Sophie Grassi - Éditions Le Courrier du Livre



Comment faire quand la « fameuse » petite goutte a fait déborder le vase, que nous perdons pied et sommes en passe de nous noyer, quand on ne sait plus s'il vaut mieux rire ou en pleurer ? Dans les moments de fatigue ou de stress, en famille

ou au travail, ce guide pratique est une véritable trousse de secours pour répondre aux situations de la vie quotidienne. Les exercices variés et amusants, mais terriblement efficaces issus de différentes techniques thérapeutiques éprouvées sont présentés sous la forme de « recettes de cuisine » illustrées pour agir vite et bien ! Un livre pratique + 28 cartes thérapeutiques à découper = un vrai guide de coaching au quotidien à portée de main !

Orthophoniste D.E, thérapeute et formatrice, certifiée en Brain gym® aromathérapie et systémie familiale, Sophie Grassi exerce en milieu libéral et en institutions. Elle donne des consultations à Paris tout en étant formatrice dans les écoles et les crèches. (120 pages – 12,90 €)