



Soin  
Soi  
OI

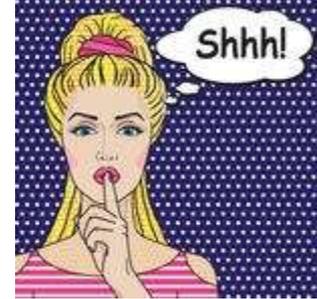
# Secrets de Famille

Vies des Aïeux et Secrets

# Vies de nos aïeux



- Relativiser
- Se souvenir de la vie **avant** :
  - Mode de vie différent,
  - Prendre en compte l'époque,
  - Le contexte,
  - L'environnement,
  - La situation familiale
  - Etc.
- => Eviter de « juger » et rester bienveillant. En règle générale, nos ancêtres ont fait de leur mieux face à la situation qu'ils ont eu à traverser. Sauvegarde de la famille = survie de l'espèce ! La vie (= l'Amour) gagne toujours quitte à protéger avec un petit mensonge!
- D'ailleurs, êtes-vous toujours honnête? « Ca va? Oui ça va. »



# Introduction

- Rassurez-vous : TOUTES les familles ont des secrets
- Différencier:
  - Secrets relevant de l'intimité
  - *Versus* Secrets **toxiques** empoisonnants
- Vrais mensonges et faux secrets
  - Les parents cherchent généralement à protéger leurs enfants
  - Ex : « tu es trop petit pour comprendre »
- Soyez attentif à vos « big bugs » et coups de pompe pendant ce chapitre. Ecoutez-vous. Faites des pauses.



# Elaboration d'un Secret: constitution et transmission

- Situation traumatisante/difficile/souffrance
- 2 réactions:
  - Intégrer l'événement, le « digérer », arriver à en parler pour l'évacuer (cf symbolique digestion?)
  - L'individu concerné n'arrive pas à en parler, le trauma est « tu » (taire? tuer?) par la personne qui en souffre
- Clivage = séparer le déclencheur de soi-même (distance)
- => Crypte/fantôme :
  - Prend un espace psychique,
  - Se cristallise en énergétique dans l'Arbre
  - Se transmet aux générations suivantes

# Suspicion de secrets

## Apprendre à détecter (1<sup>ère</sup> partie)

- Le présent se mélange au passé pour l'individu qui le porte inconsciemment
- Lapsus révélateurs (être attentif)
- Ressentir son corps
- Ecouter sa petite voix intérieure et ses malaises subtils

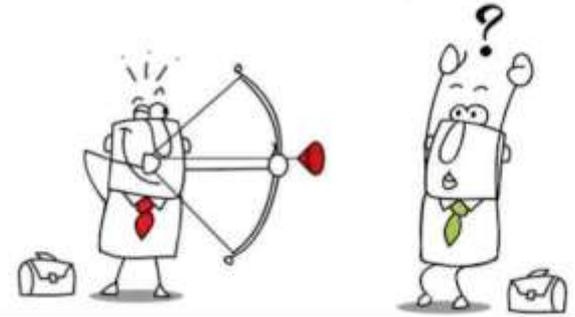


# Méthodologie

- Être prudent
- Procéder par suppositions
  - « on suppose que... »
- Puis essayer de trouver des preuves qui corroborent
- NB : 1 Secret peut en cacher un autre... vigilance!

Troisième Accord :

**Ne faites pas de suppositions**





# Faut-il tout savoir?

- Aimeriez-vous que les autres sachent **tous** vos secrets?
  - Je parie que non
- Surtout qu'après une suspicion, la preuve peut être impossible à faire!
- Risque et enjeu : mise au ban du clan par l'individu qui parle et prononce les mots interdits
- => **NON**, de mon point de vue

# Secrets de famille



« Si pour la 1<sup>ère</sup> génération le secret est indicible,  
Il est innommable pour la suivante  
Et impensable pour la troisième »

Serge Tisseron

(docteur en psychologie, psychiatre, et psychanalyste français)

# Les mots tabous



Tabou = est interdit dans une maison,

Le mot qui désigne ce qui doit être évité à tout prix

- Exemples de mots interdits:

- « meurtre » si secret de meurtre
- « corde » si secret de suicide

Dicton : « on ne parle pas de corde dans la maison d'un pendu »

# Les mots qui cherchent à réparer

Exemples de mots « révélateurs »:

- Famille de musiciens (métier réparateur)
  - Violon / violoniste => viol?
  - Le violon = la prison => prisonnier? Et pourquoi?
- Secrétaire : secret/taire?





# Les types de Secrets

# Filiation



- Secrets de filiation
  - Enfant ne connaît pas son père ou sa mère
- Secret d'adultère
  - Amant = géniteur
  - *Versus* Mari = éleveur/éducateur
  - Beaucoup + fréquent que ce qu'on pense (ex : Gwada : c'est à l'enterrement du père qu'on découvre ses demi frères et sœurs)
- Secret d'adoption
  - Adoption cachée/tue
  - Ex : la grand-mère élève sa petite fille

# Secret de grossesse



- Infanticide
- Grossesse cachée
- Mère-fille
- Avortement
- Abandon d'enfant (partie en apprentissage quelques mois...)
- Etc.

# Comportement et violences



- Secret de dépendance
  - Jeu
  - Sexe
- Secret de comportement
  - Hors « norme »
- Secret de violence
  - Physique (mari violent/femme battue (tuée?) ou l'inverse!)
  - Verbale (ex : gros mots...)
  - Maltraitance
  - Indifférence (cf triade couple parental exclusif)
  - Liens violences/viols très fréquents

# Folie et enfermement

- Secret de folie
  - Hospice
  - Personne enfermée car « fragile »
- Secret d'enfermement
  - Prison
  - Bagne (Guyane?)...





# Secret autour des décès

- Secret de deuils non faits
  - Mort précoce (enfant bas âge)
  - Mort violente (accident)
  - Deuil « injustifié-injustifiable »
  - Syndrome du gisant
  - Morts cachées
    - Ex : Légende inventée pour « sauvegarder » l'image du père
- Cause de décès caché
  - Ex : suicide (condamné par l'Eglise)
  - Ex : Sida (« il est mort d'une longue maladie »)
  - Ex : assassinats ou meurtres

# Secrets liés à la sexualité



- Transgressions et comportements sexuels déviants
- Homosexualité
- Perversions sexuelles (SM, fétichisme, pédophilie, érotomanie...)
  - => les victimes se sentent « salies »
- Liberté sexuelle mise en exergue
  - si trop « exposée »...ca raconte quoi?
- Prostitution
  - Avant : 1<sup>er</sup> rapport des hommes avec prostituées
  - Non-dit : ca arrangeait/soulageait l'épouse
  - Prostitution « occasionnelle » pour élever ses enfants



# Sexualité et mariage

- Infidélités
  - Maitresses et amants peuvent apparaître dans l'Arbre
  - Séparations
  - Délit d'adultère => faute => motif de divorce
    - Rappel : les femmes ont un compte en banque <1950
  - Ex de métiers en lien avec l'infidélité : boulanger, (intolérance au gluten), ouvrier en réparation dans maison (pub du plombier), armée, commerce, agents commerciaux (double foyer)...
- Risques de l'infidélité : MST, enfants illégitimes...
- Conséquence sexualité intra-familiale: consanguinité
- Sexualité avec un religieux (honte, culpabilité, péché...)
- Sexualité avec un ennemi (Allemands, trahison, tondue...)

# Finances



- Secrets de ruine, faillite
- Secret de pauvreté (cacher sa richesse)
- Secret de richesse (cacher son aisance financière)
- Secret d'argent (jeu, dettes...)



# Exercices de Libération et Rituels de Réparation

Tous droits réservés – Reproduction même partielle interdite –

© 2015-2017 Laetitia Soin2Soi

# Détecter les secrets (2<sup>ème</sup> partie)



Quels sont les signes qui laissent suspecter un secret dans l'Arbre?

- « Big bug » en en parlant maintenant
- Langage non verbal, tensions corporelles, fuite et mal-être à l'évocation de certains sujets, pertes de mémoires
- Vides & cryptes dans l'Arbre
- Prénoms
  - Repérer les prénoms de même consonance, notamment dans les mariages (ex : Robert et Alberte => suspicion d'inceste?)
  - Claire, Blanche : pour nettoyer un secret? Laver la mémoire familiale?
  - Marie : mère parfaite, vierge, femme sexuelle inexistante
  - Emilie, Lionel, Elisabeth : histoire de « lit »?
- Métiers
  - Médecin : serment de respecter le secret
  - Dentiste : extraction des racines / racines familiales?

# Détecter les secrets



- Maladies
  - Maladie de sang (sang bleu? aristocratie?)
  - Bébé avec cordon autour du cou (suicidé?)
  - Leucémie (empoisonnement par son propre sang / clan?)
  - Maladies immobilisantes (Gisant. Injonction: si tu bouges, tu meurs?)
- Répétitions dans l'Arbre (prénom, métier...)
- Histoire
  - Ex : une jeune fille traitée de « pute » dès sa puberté
  - Une personne qui mène une double vie : loyauté à infidélité familiale?
- Identifier le secret :
  - Filiation, décès, grossesse, etc.

# Se libérer et Réparer

## 4 rituels



Si doute et pas de preuve, écouter votre Ressenti et faites un rituel pour vous libérer des poids qui vous pèsent

1. Si croyant : faire dire une messe pour ses ancêtres
2. Exercice d'écriture :
  - Prendre la plume et écrire ce qui vient en laissant couler les mots
  - Puis bruler ou enterrer la lettre
  - Et planter un bel arbre/fleur/arbuste pour symboliser la renaissance, la croissance, la Vie! 😊
3. [Bonhomme allumette avec le type de secret](#)  
+ rituel « **Version Positive** » pendant 28 jours
4. Rituel de Pardon : [Ho'oponopono](#)



# Conseils

Pour vous aider à éviter de commettre des erreurs en tant que parents

- Un enfant devine toujours un secret, mais surtout un non-dit, quel qu'il soit, puis il s'inquiète et risque de fantasmer autour de ce qu'il a perçu ou cru percevoir (de bonne foi)
- Donc pour lui éviter ce genre d'élucubration, dites les choses avec des mots d'enfant
- Ex : oui maman crie mais non elle n'a pas mal quand papa et elle font un calin d'amour ;)
- Proposez des rituels à vos enfants
- Ex : son animal meurt. Aidez-le à faire le deuil en organisant une cérémonie et en l'impliquant (comment voudrait-il lui rendre hommage?) Ne le laissez pas seul. Soyez présent pour le soutenir. Parlez avec lui de la mort.
- Ludique et libérateur : si vous sentez que votre enfant porte des poids (trans-générationnels, ou même karmiques...) accompagnez-le avec le rituel du bonhomme allumette et faites-le **avec** lui.



Bonnes réflexions  
Chuttt, je vous ai tout dit ;)  
+ Musique pour célébrer