



Les aventuriers de l'invisible

Stéphanie Kaczmareck

Guérir avec les thérapies de l'âme

Constellations familiales, hypnose spirituelle,
sophro-analyse : comprendre d'où l'on vient
pour savoir où l'on va

L E D U C . S
E D I T I O N S

Après un burn-out, les thérapies de l'âme ont changé sa vie

Stéphanie Kaczmareck nous livre dans cet ouvrage un message vivant et hors norme : comment notre âme nous guide avec beaucoup d'amour et d'intelligence sur le chemin de la résilience, pour nous permettre d'ouvrir notre champ de conscience et d'évoluer. De l'hypnose spirituelle à la sophro-analyse, les thérapies de l'âme ont changé sa vie et elle partage avec nous les histoires émouvantes des personnes qu'elle accompagne en séance.

Et si notre âme était plus puissante et agissante que nous ne l'imaginions ? Et s'il était essentiel de nous connecter à elle pour avancer avec sagesse vers la lumière et ce que nous sommes vraiment, au plus profond de nous-mêmes ?

Vous aussi, laissez-vous guider par votre âme



Stéphanie Kaczmareck est spécialisée en thérapies brèves : hypnose, PNL, sexothérapie, constellations familiales et sophro-analyse des mémoires prénatales, naissance et enfance. Elle accompagne ses clients dans un véritable voyage thérapeutique, initiatique et spirituel à la rencontre d'eux-mêmes.

ISBN : 979-10-285-1764-9



9 791028 517649

17 euros
Prix TTC France

L E D U C . S
E D I T I O N S

Photographie auteure :
© Jean-Guy de La Casinière

Rayon : Développement
personnel, ésotérisme



La collection **« Les aventuriers de l'invisible »**

Qu'il s'agisse d'une expérience de mort imminente, d'un vécu subjectif avec un défunt ou de l'entrée en contact avec des esprits qui veillent sur elles, de plus en plus de personnes témoignent ouvertement de leur lien avec le monde invisible. La collection « Les aventuriers de l'invisible » propose de vivre, à travers des textes forts, des expériences extraordinaires racontées par des personnes qui les ont vécues de l'intérieur. Ces récits sont une véritable initiation : et si comprendre le monde invisible et percer ses mystères nous aidaient à nous accomplir ?

Une collection essentielle qui captive et répond
à nos interrogations les plus profondes.



REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS!

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

bit.ly/newsletterleduc

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne sur
notre site : **www.editionsleduc.com**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les
réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Stéphanie Honoré

Édition : Hélène Bihéry

Correction : CopieQualité

Maquette : Evelyne Nobre

Design de couverture : Antartik

Photographie de couverture : Adobe Stock

© 2020 Leduc.s Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1764-9



Les aventuriers de l'invisible

Stéphanie Kaczmareck

Guérir avec les thérapies de l'âme

L E D U C . S
E D I T I O N S

“

La vie est merveilleuse si on n'a pas peur.

Charlie Chaplin

”

Sommaire

Préambule	9
Chapitre 1 – Comment Les « thérapies de l'âme » sont-elles entrées dans ma vie?	17
Chapitre 2 – Explorer le transgénérationnel avec les constellations familiales	43
Chapitre 3 – Explorer nos empreintes prénatales avec la sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance	65
Chapitre 4 – Explorer nos vies passées avec l'hypnose spirituelle	111
Chapitre 5 – Explorer l'entre-deux-vies : pour mieux comprendre notre mission de vie et notre incarnation avec l'hypnose spirituelle	135
Pour conclure	159
Remerciements	175
Pour aller plus loin...	177
Table des matières	181

“

*Il n'y a que si je me sens précieux,
quoi que je fasse, que je peux m'accepter,
que je peux être authentique, que je peux être vrai.*

Jorge Bucay

”

Préambule

D'aussi loin que je me souviens, j'ai toujours été animée par cette impulsion naturelle : **comprendre et aider autrui**. Comme si mon propre bien-être se manifestait au travers de ce désir d'accompagner les autres sur leur chemin de vie...

À l'époque, j'étais alors loin de me douter que je deviendrais un jour thérapeute psychocorporelle spécialisée en thérapies brèves : programmation neurolinguistique (ou PNL), sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance, hypnose ericksonienne, hypnose spirituelle et constellations familiales entre autres.

L'avis des autres est d'abord la vie des autres

Connaissez-vous l'**effet miroir** ? Ce qui nous fait réagir chez l'autre se trouve aussi à l'intérieur de nous. En psychanalyse, on appelle cela la projection. Nos réactions face à quelqu'un,

nos ressentis et émotions, agréables comme désagréables, sont de puissants révélateurs de ce qui résonne et vit en nous. Lorsque j'admire quelqu'un pour une de ses qualités, c'est que cette qualité je l'ai aussi en moi sans en être consciente ; elle ne demande qu'à être activée. À l'inverse, ce que je n'apprécie pas chez quelqu'un, ce que je juge ou ce qui me fait réagir fortement est tout aussi présent en moi ! Par conséquent, **ce que nous vivons reflète comme un parfait miroir notre relation à nous-mêmes et à des parts de nous-mêmes dont nous avons rarement conscience.** Tout part de soi et nous ne pouvons en rendre responsable quiconque. Vouloir absolument guérir les autres et me faire aimer d'eux venait pointer du doigt, chez moi, un besoin de m'aimer et de me guérir ou « gai-rire » en langage des oiseaux. **Les parts de moi en souffrance m'ont bel et bien poussée à donner aux autres ce dont j'avais désespérément besoin : l'amour de moi-même.** Mes blessures m'empêchaient d'y accéder pleinement. Une fois cette pacification et cette réunification faites avec ces « parts » de moi blessées et en souffrance, j'ai pu me donner enfin de l'amour, de l'écoute, de la bienveillance, de la douceur... Ma blessure principale s'est transformée en un « don », mon besoin et mon manque se sont transformés en capacité à me donner de l'amour et à en donner aux autres de manière authentique, juste et sans attente.

Être à l'écoute de ses ressentis, de ses émotions, et comprendre les besoins sous-jacents qui s'expriment s'avère déjà un moteur puissant pour grandir et évoluer en conscience et en cœur dans sa vie. Faites-vous ce cadeau de

découvrir quel est votre don, cela vous apportera la guérison et la paix avec vous-même, l'amour et la joie, et donnera du sens à ce que vous faites, et ce, jusque dans la façon dont vous le faites.

Découvrir son don, un vrai cheminement

J'ai compris que toutes mes blessures et ce parcours de transformation m'avaient servi à être une thérapeute pour moi-même, pour me guérir, tout comme j'avais à cœur d'aider les autres à guérir. Comme le dit Paul Éluard : « il n'y a pas de hasard... il n'y a que des rendez-vous » ; j'ajouterais « ... des rendez-vous avec soi-même ».

Devenir thérapeute m'a amenée à me former à toutes ces thérapies brèves : de la PNL, de l'hypnose, à la sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance jusqu'aux constellations familiales, mais surtout à réaliser mes thérapies personnelles avec chacune d'elles. Elles se sont révélées être un formidable pont vers la guérison et la spiritualité, et m'ont conduite pas à pas à la connaissance de moi-même et de mon « don ». Certes, ces thérapies ont aussi ouvert la boîte de Pandore contenant mes blessures les plus profondes, les plus oubliées et assurément les plus douloureuses. Accompagnée par des thérapeutes extraordinaires pleins de justesse, de cœur, de bienveillance et de professionnalisme, et pour lesquels ma gratitude est immense, j'ai pu guérir en profondeur, en vérité et en

amour. Cela a eu pour conséquence de polir et d'affiner la thérapeute en devenir que j'étais alors.

Des thérapies de libération

Les thérapies qui m'ont le plus aidée dans ce processus de transformation ont été les **thérapies brèves**. Parmi elles, les plus décisives et les plus marquantes ont été l'hypnose spirituelle et la sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance, puis les constellations familiales. Je citerais à part la PNL, la programmation neurolinguistique donc, qui pour moi est davantage un mode de fonctionnement et de questionnement qui soutient de nombreuses thérapies brèves, si ce n'est la plupart. Par analogie, je dirais que c'est un peu comme le processeur d'un ordinateur. Je ne la développerai donc pas dans ce livre mais elle est et reste la fondation incontournable de la thérapeute que je suis.

Ces approches apportent des **réponses thérapeutiques et pragmatiques qui font sens**, elles libèrent et transforment durablement les **empreintes**, les **mémoires**, les **croyanances** et **comportements limitants** qui nous enchaînent et continuent à agir en nous insidieusement si l'on n'en prend pas soin.

Commencer un travail de libération et de transformation devient alors un véritable **voyage initiatique à la rencontre de Soi** pour accueillir la vie et se réaliser pleinement. Ces thérapies sont des tremplins formidables vers la spiritualité,

c'est-à-dire la connaissance de Soi, et offrent plus que jamais une **passerelle incroyable** entre la **thérapie et la spiritualité**, qui fait tant défaut, selon moi, dans les thérapies plus classiques.

Ce livre n'a pas la prétention de décrire ces thérapies brèves de manière académique, théorique ou exhaustive. **Je me propose de partager avec vous mon expérience personnelle et professionnelle**, de vous raconter ce que la thérapie associée à la spiritualité a ouvert dans ma vie de manière profonde et incroyablement constructive, **et de vous livrer certaines expériences** vécues par les personnes qui sont venues me consulter.

Ce livre est un témoignage vivant, la preuve qu'il est possible de se libérer, de « gai-rire » de manière pérenne, de modifier sa vie pour retrouver estime et amour de soi, joie, confiance, libre arbitre, de donner du sens à sa vie et de révéler son « don », pour se réaliser pleinement en toute sécurité et authenticité.

Pour avoir entrepris ce voyage initiatique vers moi-même et pour accompagner de nombreuses personnes à le faire au quotidien, j'ai identifié trois qualités indispensables : **le courage, la motivation et la persévérance**. Si j'ai réussi, et si de nombreuses personnes dans mon cabinet y parviennent, c'est que **chacun a en soi toutes les ressources pour réussir**. Ce sera à vous de sentir quel sera le moment le plus juste pour vous lancer et surtout de décider si ces thérapies seront à même de vous fournir les bonnes clés pour votre avenir.

Les témoignages qui vont suivre ne sauraient s'adapter à tous. Chaque cas est particulier et chaque personne pourra évaluer son besoin et définir son cheminement avec le thérapeute. Les approches présentées ici ne se substituent en aucun cas à un diagnostic médical ou à un traitement prescrit par le corps médical (médecin, psychiatre...). Elles peuvent aussi être complémentaires à d'autres thérapies plus classiques.

Je me réfère dans cet ouvrage aux « patients » sous le terme de « consultants » (personne qui consulte en thérapie) ou de « clients ». En effet, le terme de « patient » est strictement réservé au corps médical et ne peut être utilisé en dehors de ce cadre.

“

*Votre vie est déterminée non pas tant
par ce que la vie vous apporte que par l'attitude
que vous adoptez dans la vie ; non pas tant
par ce qui vous arrive que par la façon
dont votre esprit perçoit ce qui se passe.*

Khalil Gibran

”

COMMENT LES « THÉRAPIES DE L'ÂME » SONT-ELLES ENTRÉES DANS MA VIE ?

**Petite, je me demandais déjà :
« Qui suis-je dans ce monde ? »**

Petite fille, j'étais de nature « lunaire », comme le disait ma grand-mère maternelle, j'avais cette capacité extraordinaire, qu'ont souvent les jeunes enfants, à m'échapper dans mes rêveries et les histoires que j'imaginai. Il s'agissait de véritables aventures où il était question de trouver des trésors dans des endroits secrets pour sauver le monde et l'humanité, rien que cela !