

Nathalie Balacé

MA
RENCONTRE
AVEC
L'AU-DELÀ

Les secrets de la vie
après la mort
15 récits extraordinaires



« Nous ne sommes pas ici par hasard, nous sommes aimés et soutenus dans notre mission terrestre. Nous ne sommes jamais seuls, nous sommes accompagnés, guidés à chaque instant. »

Cartésienne et athée, rien ne destinait Nathalie Balacé à devenir l'une des coaches en développement spirituel les plus renommées et à écrire un jour sur l'au-delà. Pourtant, les épreuves de la vie, la maladie, les synchronicités troublantes et des signes impossibles à ignorer l'ont poussée à ouvrir les yeux sur un univers plus vaste et subtil, sur le monde de l'invisible.

Après avoir quitté le domaine de la finance, elle se forme et devient praticienne en relation d'aide. Durant ses consultations, elle vit d'étranges phénomènes : elle commence à percevoir la présence d'entités, à détecter des âmes errantes, et à recevoir des messages de défunts venus apaiser les vivants.

Un livre lumineux et rassurant, pour celles et ceux qui cherchent un sens à ce qu'ils traversent... et à ce qui les dépasse.

« Nathalie Balacé a un parcours incroyablement touchant et passionnant. Elle donne beaucoup d'espoir à ses lecteurs. »

Philippe Ferrer, On ne vous demande pas d'y croire

Nathalie Balacé est formatrice certifiée, hypnothérapeute et coach en élévation de conscience. Elle forme chaque année des centaines de praticiens, notamment à sa méthode TEDMI®, et se consacre à aider les autres à retrouver le contrôle de leur vie et à améliorer leur santé physique, psychologique et énergétique. Elle est l'auteure de *Le jour où j'ai décidé de guérir*.

ISBN : 978-2-38564-150-4



19,95 euros
Prix TTC France

Ma rencontre avec l'au-delà

Animae s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Édition : Sylvie Dumon-Josset

Correction : Stéphanie Girardot

Maquette : Nord Compo

Couverture : Constance Clavel

Photographie de couverture : Gérard Foutrier

Illustration du schéma p. 137 : Alexandra Alzieu

© 2025 Animae, une marque des éditions Leduc

76 boulevard Pasteur

75015 Paris – France

ISBN : 978-2-38564-150-4

Nathalie Balacé

MA
RENCONTRE
AVEC
L'AU-DELÀ

Les secrets de la vie
après la mort
15 récits extraordinaires



Sommaire

Introduction..... 9

PARTIE 1

J'AI LONGTEMPS DOUTÉ13

Une famille modeste et athée 13

Trois souffrances, trois déclics17

Quand la science m'apporte des réponses.....23

Ma rencontre avec les guérisseurs philippins.....27

PARTIE 2

**CES SIGNES DE L'AU-DELÀ QUE
JE NE POUVAIS PLUS IGNORER31**

La graine était semée..... 31

De l'empathie à l'intrication : le cas de Gabriel.....33

Camille se réveille en sachant jouer du violon.....37

Le message venu de l'autre côté 41

C'est avec Stéphane que tout a vraiment commencé.....45

L'infirmière et le tiroir qui s'ouvre tout seul..... 51

Le message mystique du petit frère55

Valérie fait fuir une entité 61

La petite âme qui ne savait pas qu'elle était morte.....65

Le médecin ébranlé par son plan d'incarnation.....71

Les lumières s'allument toutes seules.....	79
Une présence nocturne chez Virginie.....	81
L'entité est revenue.....	83
Sous l'emprise d'une entité meurtrière.....	87
Le bébé trop vite propulsé dans la lumière du monde.....	95
Vivien face à l'attaque de forces obscures.....	99

PARTIE 3

CES GUIDANCES QUI ONT ÉCLAIRÉ MON CHEMIN 113

Les trois signes de mon papa.....	113
Des messages de défunts à transmettre.....	121
L'âme du bébé m'a parlé.....	125
Chercher, comprendre, jusqu'à admettre l'évidence.....	129

PARTIE 4

L'ÂME NE MEURT JAMAIS 135

Nous sommes faits de la même matière que l'Univers.....	135
Que se passe-t-il après la mort ?.....	141
Le sens de l'incarnation.....	147
L'infini fil de la Vie.....	151
Pourquoi certains défunts ne montent-ils pas ?.....	159
Et nos animaux, que deviennent-ils ?.....	163

PARTIE 5

LES MESSAGES DE L'AU-DELÀ 165

La Terre est l'école la plus difficile.....	165
L'amour et le savoir sont immortels.....	173

SOMMAIRE

Les demandes de l'au-delà.....179

Nous sommes un, reliés au Divin..... 183

PARTIE 6

RALLUMER VOTRE ÉTINCELLE DIVINE 187

11 clés pour se connecter au Divin.....187

Épilogue 203

Bibliographie207

Le destin ne nous envoie jamais de mal sans nous envoyer aussi un remède. La réincarnation est ce remède, une chance de tout recommencer.

Arthur Schopenhauer

Introduction

Si quelqu'un m'avait dit un jour que j'écrirais un livre sur l'au-delà, les mondes invisibles, la vie après la mort, les guides de lumière, j'aurais immédiatement pensé que cette personne était tombée sur la tête. Ce n'était alors pour moi que supercherie, tromperie, idées ubuesques sorties tout droit de l'imaginaire, ou peut-être un besoin pour certains de se rassurer, de donner un sens à leur existence, en s'accrochant à une figure divine.

Pourtant me voici, devant ma page blanche, avec la ferme intention de vous partager ce qui m'a ouvert les yeux. Ces autres dimensions, ces êtres de lumière, se sont imposés à moi petit à petit, avec douceur, force et insistance, à tel point qu'il m'est aujourd'hui impossible de les nier. J'étais pourtant loin d'être réceptive à ces sujets. Cartésienne, rationnelle, j'ai toujours cru que seule la réalité tangible devait guider nos choix. Mais la vie m'a montré que personne ne nous demande de croire aveuglément à l'invisible : il se manifeste à nous lorsque nous sommes prêts à l'accueillir.

Les expériences que j'ai vécues m'ont progressivement amenée à remettre en question toutes mes certitudes. Des consultations, des signes troublants, des synchronicités impossibles à ignorer et des rencontres avec des âmes parties de l'autre côté ont bouleversé ma perception de la réalité.

Pourquoi est-ce important pour moi de vous livrer les connaissances que cela m'a apporté ? Parce que ma vie a enfin pris du sens lorsque j'ai admis, compris et intégré que notre âme est immortelle. Nous ne sommes pas ici par hasard, nous sommes aimés et soutenus dans notre mission terrestre. Nous ne sommes jamais seuls, nous sommes accompagnés, guidés à

chaque instant, même lorsque nous avons l'impression d'être livrés à nous-mêmes et que la vie est trop injuste.

Ouvrir ma conscience sur l'invisible m'a permis de comprendre le pouvoir qui se cache en nous : nous sommes profondément amour. Vivre en ignorant cette dimension, c'est comme respirer avec un seul poumon : en se privant d'une partie de nos capacités et d'une partie de notre air, et l'air, c'est la vie. C'est comme si on se privait d'une partie essentielle de notre être, d'une source infinie d'amour et de compréhension.

Ce voyage vers l'invisible n'est pas seulement une exploration de l'au-delà, c'est aussi une clé pour mieux vivre notre présent. Comprendre que nous sommes guidés, soutenus et aimés permet de transformer notre quotidien. Cela nous aide à lâcher prise, à vivre pleinement avec plus de joie, de sérénité et de confiance en la vie.

À travers ce livre, j'aimerais vous accompagner sur ce chemin d'ouverture. Tout comme j'ai partagé mon parcours de guérison de la spondylarthrite ankylosante¹, je ressens aujourd'hui l'élan de raconter cette autre transformation. J'espère ainsi aider ceux qui pressentent qu'il existe quelque chose de plus grand sans savoir comment y accéder.

Dans cet ouvrage, je vais vous raconter comment cette découverte s'est imposée à moi, comment j'ai appris à décoder les signes de l'au-delà et à comprendre la présence des âmes, à dialoguer avec les guides. Je vous partage les messages reçus lors de consultations, les enseignements qui en ont découlé, la manière dont ces expériences peuvent nous aider à mieux appréhender notre propre existence, et comment se connecter à ses autres dimensions.

Mon objectif est simple : répondre aux questions que beaucoup se posent, si possible réveiller des consciences et, je l'espère, vous apporter des clés pour avancer sur votre propre chemin.

Ce livre est une invitation à voir au-delà du visible, à questionner nos certitudes et à explorer cette dimension qui nous entoure et nous soutient, même si nous ne la percevons pas

1. Voir Nathalie Balacé, *Le jour où j'ai décidé de guérir*, Éditions Bold, 2021.

toujours. Que cette lecture puisse éveiller en vous ce que la vie m'a appris : nous ne sommes jamais seuls, nous sommes profondément aimés et nous sommes illimités. Notre mission sur Terre est d'évoluer et d'aimer.

Mon but, à travers ces pages, n'est pas de vous convaincre – d'ailleurs, ce mot lui-même ne me plaît guère : il contient « con » et « vaincre ». Il ne s'agit ni de convaincre ni de persuader, mais simplement de partager. Vous transmettre un vécu, une transformation, une vérité intime que j'ai découverte au fil de mon parcours.

Je veux vous raconter comment j'ai rencontré mon moi profond, ce moi supérieur relié à la Source, à cette intelligence divine et créatrice. Ce lien, d'abord ténu, s'est peu à peu renforcé, jusqu'à devenir une évidence. Une véritable résurrection intérieure.

C'est ainsi que j'ai développé un lien fort avec mes guides et que mes capacités extrasensorielles se sont ouvertes naturellement. Dans mon précédent livre, une phrase résumait bien ce bouleversement : « Toute expérience de vie est une initiation à ressentir plus d'amour pour soi et pour les autres. »

Quand on comprend que notre âme est immortelle, la vie sur Terre prend un autre sens. Elle devient une école, et nous en sommes les étudiants. Mes expériences, les confidences reçues, les rencontres et les éveils de conscience m'ont permis d'intégrer peu à peu des vérités profondes que je m'apprête à vous partager ici.

Je ne vous demande pas de me croire. Je vous invite simplement à garder l'esprit ouvert et à accueillir ce qui résonne en vous. Beaucoup de ceux qui rejettent ces sujets n'en ont, en réalité, jamais exploré la portée. Et je ne les juge pas : j'ai été comme eux.

Je viens d'un milieu simple, terrien. Dans ma famille, il n'était pas question de spiritualité. On m'a appris à travailler dur pour mériter un toit, une assiette, une place. Tellement dur qu'on en oubliait souvent l'essentiel... et parfois même la santé.

Mon parcours n'a pas été un long fleuve tranquille. J'ai connu la souffrance, la maladie, la peur du handicap. J'ai été prisonnière de schémas inconscients, dictés par l'héritage transgénérationnel et les injonctions sociales. Et pourtant, une chose

m'a toujours sauvée : ma curiosité. Cette soif de comprendre, d'apprendre et de donner du sens.

Aujourd'hui, je ne « crois » pas à l'au-delà. Je sais qu'il existe. Ce n'est pas une opinion, mais une certitude née de mes expériences. Et à ceux qui demandent des preuves, je retourne la question : peut-on prouver qu'il n'y a rien après la mort ? Le néant n'a jamais su me convaincre. Il me semble même que cette idée a été inculquée pour couper l'être humain de sa véritable nature : divine, créatrice, illimitée.

En réalité, nous avons déjà tout en nous. Mais nous l'avons oublié. Les témoignages abondent : expériences de mort imminente, synchronicités, sensations inexplicables... Il ne s'agit plus de croyances, mais d'évidences pour ceux qui ont osé voir. Nous ne sommes pas seulement un corps, nous sommes corps, âme et esprit. Et lorsque le corps meurt, l'âme poursuit son chemin, reliée à cette source d'amour qui nous dépasse.

Saint Augustin disait : « Les morts sont invisibles, ils ne sont pas absents. » Et c'est exactement cela. Ce que nous appelons « l'au-delà » n'est qu'un seuil, une autre réalité, une maison que l'on retrouve.

Je ne me rattache à aucune religion. Ma foi est libre, intuitive, vivante. Je crois en une intelligence supérieure, une force créatrice qui vit à travers nous. Une énergie d'amour dont nous sommes tous une étincelle. Et puisque nous sommes reliés à elle, nous sommes, nous aussi, créateurs de notre réalité.

Ce que je vais partager avec vous dans ces pages ne vient pas d'un savoir théorique. Tout a été vécu, expérimenté et ressenti, que ce soit dans ma vie personnelle ou au cours de mes consultations. J'ai simplement changé les prénoms pour préserver la confidentialité, car en tant que praticienne, je suis tenue au secret professionnel.

Parmi des milliers de cas, j'en ai sélectionné quelques-uns. Ils illustrent la progression, la compréhension et l'ouverture qui ont été nécessaires pour que le sens émerge peu à peu. Ces histoires sont vraies. Elles témoignent d'un cheminement, et peut-être vous aideront-elles, vous aussi, à retrouver ce lien perdu, à vous reconnecter à votre essence.

PARTIE 1

J'ai longtemps douté

Une famille modeste et athée

J'aimerais vous raconter mon parcours, en partant de mon enfance, pour vous partager comment, au fil des épreuves et des rencontres, j'ai pris conscience du monde invisible.

Je suis née dans un petit village d'une centaine d'habitants, au sein d'une famille modeste. Mes parents, ouvriers, m'ont transmis des valeurs simples : travail, respect, famille. Très tôt, j'ai perçu leurs blessures, leur fatigue, leurs silences. Ma mère portait le poids du rejet et du deuil inacceptable de son frère. Mon père, celui du devoir. Mes grands-parents, Juliette et Tintin, vivaient en face de chez nous ; j'ai grandi avec mon grand frère entre leurs bras, leurs animaux et les jeux dans la forêt. Une enfance marquée par la dureté d'un monde où tout tournait autour du labeur, où « la vie ne faisait pas de cadeaux ».

Derrière mes sourires d'enfant, je ressentais déjà un décalage. La violence et les cris me bouleversaient. Je sentais la douleur cachée sous les gestes. J'étais souvent dans la lune, perdue dans mes pensées, sans aucune réponse aux questions qui me taraudaient : à quoi sert la vie ? Pourquoi toute cette souffrance ?

Dans ma famille, croire en Dieu, en une force supérieure ou juste en la chance était considéré comme farfelu, voire comme un signe de faiblesse. Les religions faisaient peur. On ne comptait que sur soi-même, et sur le travail.

Je trouvais refuge dans la nature, sur une balançoire, et dans le mouvement, en me tapant rythmiquement la tête contre le fauteuil pour m'extraire du bruit des adultes. Mon comportement intriguait. Aujourd'hui, on poserait probablement un diagnostic. À l'époque, on disait que je m'ennuyais.

L'arrivée de mon petit frère m'a emplie de joie mais a aussi sonné la fin de notre quotidien chez nos grands-parents.

À 8 ans, la mort de mon grand-père Tintin, le jour de mon anniversaire, a laissé en moi une trace indélébile. Plus tard, le départ de la maison de mon grand frère a ravivé ce sentiment d'abandon. J'ai ressenti un vide abyssal. Des pensées de mort ont commencé à me hanter, elles sont revenues à chaque fois que je me sentais rejetée, abandonnée ou dépassée par la tâche.

Dès l'adolescence, j'ai travaillé. L'école me semblait absurde, déconnectée de la vie. Je m'interrogeais : pourquoi apprendre des faits qui ne m'aideraient jamais à être heureuse ? Malgré tout, j'ai avancé. J'ai obtenu mon baccalauréat scientifique. Un vrai défi dans mon milieu où les études n'étaient pas valorisées. Ensuite, j'ai enchaîné les petits boulots qui ne me passionnaient pas, pour assumer le quotidien.

Comme beaucoup, j'ai cru qu'il fallait prouver sa valeur en suivant le modèle familial : travail, maison, mariage. Je suis restée en couple pendant dix ans par peur de ne plus être aimée. Un quotidien sans passion, centré sur la survie, où le plaisir n'avait pas sa place.

L'année de mes 19 ans, ma grand-mère Juliette est tombée et s'est fracturée le col du fémur. Pour la première fois, j'ai prié Dieu, implorant une guérison... mais elle est morte. Son départ a laissé en moi un vide immense. Aucun signe, aucun apaisement, juste le vide. Je me suis sentie orpheline, privée de mes racines, sans repères.

Puis, à 25 ans, un tournant : je suis entrée dans le monde de la finance. Un univers exigeant, rationnel, où j'ai gravi les échelons. J'ai voyagé, découvert le théâtre, les dîners mondains, exploré une trentaine de pays. J'ai rencontré des cultures et des religions différentes, et compris que malgré nos différences apparentes, nous sommes tous semblables, nous sommes tous faits du même amour. Le Pérou, la Thaïlande et l'Égypte m'ont profondément bouleversée sans que je sache pourquoi.

Pourtant, dans cette réussite, il me manquait quelque chose. Je travaillais sans relâche, fuyais les questions existentielles. Je voulais briller sans renier mes racines. Mais intérieurement, je me débattais avec un manque d'amour de moi qui influençait mes relations, mes choix, ma santé. Comme ma famille, je me sentais prise au piège d'un système qui broie nos meilleures années. Et y échapper semblait impossible.

Avec le recul, je comprends que ce mal-être venait d'un écart entre mon essence profonde et la vie que je menais. Je cherchais à mériter l'amour au lieu de comprendre qu'il était déjà en moi. Un jour, la vie a frappé plus fort. Trois événements ont tout bouleversé. Trois chocs qui ont ouvert une brèche. C'est à ce moment-là que mon regard sur le monde, visible puis invisible, a changé.

Aujourd'hui, à 50 ans, je vis pleinement. Je suis mariée avec un homme merveilleux, je suis une mère comblée. Et je fais un métier qui chaque jour m'anime : je forme, j'accompagne, je transmets des techniques pour se libérer de mémoires de souffrance et se reconnecter à soi. Je me sens alignée, habitée d'une Lumière que je nourris patiemment, connectée à plus grand que moi. Je n'ai plus peur d'être seule. Je m'aime, profondément, simplement. Mais pour en arriver là, il a fallu tomber. Se perdre. Se questionner. Se relever. Ces trois événements ont été un point de bascule. Et c'est là qu'a commencé le vrai voyage.

Trois souffrances, trois déclics

Trois grandes épreuves m'ont amenée à une prise de conscience profonde, à la redécouverte de ma véritable nature, à la reconnexion avec mon essence divine et à la rencontre avec l'au-delà.

L'amour... de soi

À 26 ans, ma vie a basculé. Je me suis séparée de mon compagnon et retrouvée libre, autonome. Trois hommes ont ensuite traversé ma vie, et un même constat s'imposait : je me sentais toujours abandonnée, rejetée, non respectée, et cela de plus en plus fortement. Puis j'ai rencontré un homme violent. Une relation toxique qui a duré deux ans. Il était manipulateur, fourbe, mythomane. Au début, tout semblait idyllique, je ne voyais pas l'enfer qui m'attendait. Très vite, les mensonges se sont multipliés. Il me privait de sommeil, me dévalorisait, m'humiliait, me faisait vivre des crises de jalousie incessantes. Et lorsqu'il était à bout d'arguments, il frappait. J'essayais de me défendre, mais c'était une furie, un véritable pervers narcissique.

Celles qui ont connu ce type de violence comprendront : partir semble impossible. On est vidée, sans force, comme si toute notre énergie avait été aspirée. Ce n'est que lorsque j'ai appris que j'étais enceinte, et qu'il a levé la main sur moi une fois de plus, que j'ai trouvé la force de partir. Je lui ai dit qu'il ne me reverrait jamais. Et c'est ce qu'il s'est passé.

J'ai voulu comprendre pourquoi mes relations devenaient de plus en plus violentes. Pourquoi avais-je attiré ces situations ? Pourquoi acceptais-je l'inacceptable ? J'ai entamé une auto-thérapie, un cheminement profond vers la compréhension de moi-même. C'est là que j'ai découvert une vérité essentielle : quand on ne s'aime pas, quand la violence est inscrite dans nos gènes – parce qu'on l'a vécue ou parce que nos ancêtres l'ont subie – alors, tôt ou tard, on la reproduit, sur les autres ou sur soi-même. Je m'infligeais cette violence. Je me laissais malmené parce qu'au fond, je ne savais même pas que je devais m'aimer. Dès lors, comment pouvais-je attendre que l'autre m'aime et me respecte ?

J'ai aussi compris que les personnes que nous rencontrons sont des miroirs nous renvoyant ce qui se passe en nous ou, plus précisément, ce que nous portons inconsciemment, engrammé dans notre disque dur intérieur. Mes relations étaient le reflet de mes blessures non guéries, des traumatismes enfouis de mon passé, parfois même de ceux de mes ancêtres.

Ce fut mon premier déclic, celui qui m'a conduit vers la psychologie et l'exploration de l'inconscient. J'ai réalisé qu'il est bien plus puissant que notre volonté consciente, qu'il est capable de rejouer encore et encore les mêmes schémas douloureux, jusqu'à ce que nous décidions d'en guérir. Alors, j'ai pris une décision, celle d'apprendre à m'aimer et à me respecter, chaque jour un peu plus. Et je me suis fait la promesse que plus jamais aucun homme ne lèverait la main sur moi.

Ma fille

À la suite de cette histoire douloureuse, j'ai pris le temps de panser mes blessures et de me reconstruire. J'avais 31 ans lorsque j'ai rencontré l'homme de ma vie. Un homme bien dans ses baskets, qui s'aime, aime la vie et les gens. Un caractère bien trempé, mais un homme doux, honnête, plein d'humour, et avec des valeurs humaines importantes pour moi. Comme c'est

bizarre ! Je fais le pacte de m'aimer, et je tombe sur un homme qui m'aime et me respecte.

Très rapidement, notre première fille est arrivée. Quand elle avait 18 mois, elle me repoussait. Elle me donnait des coups de pied, refusait de me dire bonjour ou au revoir. Sans le savoir, elle rejouait un schéma profondément ancré, celui que j'avais vécu avec ma propre mère qui, elle-même, l'avait subi de la sienne. Une chaîne inconsciente de rejet due à un conflit mère/fille transmis de génération en génération.

Face à cette souffrance, j'ai pris une décision radicale : me séparer de son père. Je pensais que pour me rapprocher d'elle, je devais choisir entre ma vie de mère et ma vie de femme. Mais avec mon mari, nous nous aimions toujours, alors nous avons consulté pour comprendre ce qui se jouait en nous.

C'est ainsi qu'Élisabeth est entrée dans notre vie. Cette thérapeute nous a aidés à mettre en lumière les schémas inconscients à l'œuvre. Le père de ma fille avait perdu sa mère à l'âge de 4 ans. De manière inconsciente, il avait cherché pour notre enfant... une mère absente. Et moi, absorbée par mon travail, je jouais ce rôle à la perfection sans m'en rendre compte. Lors de cette séance, nous avons beaucoup pleuré, et réalisé à quel point l'inconscient peut nous piéger dans des schémas douloureux.

Ma propre histoire influençait elle aussi mes choix. À 7 ans, j'ai vécu un traumatisme : j'ai trouvé mon grand-père Tintin gisant dans un talus, les yeux grands ouverts, paralysé par une hémiplégie totale. Une ambulance est venue le chercher et je ne l'ai jamais revu. Il est mort quelques mois plus tard, le jour de mes 8 ans. Sans le savoir, j'avais intégré cette peur : l'homme que j'aime peut disparaître du jour au lendemain. Avec le père de ma fille, l'homme que j'aime le plus au monde, j'ai provoqué la séparation pour ne pas être quittée. Mieux valait partir que subir l'abandon.

L'inconscient reproduit ce qu'il connaît et cherche à nous sauver la vie en permanence. Il n'est pas manichéen, les notions de bien et de mal lui sont inconnues.

Ce travail avec Élisabeth m'a ouvert les yeux. J'ai réalisé à quel point nos programmations inconscientes pilotent notre vie et nos réactions, bien plus que nous ne l'imaginons. D'où l'importance de s'en libérer pour reprendre le contrôle, être heureux et apaisé.

La maladie

À 34 ans, j'ai commencé à ressentir des douleurs partout dans le corps. Très rapidement, le diagnostic de spondylarthrite ankylosante a été posé. J'ai dû arrêter de travailler. Moi qui avais grandi dans une famille où travailler était non seulement une nécessité mais aussi une valeur cardinale, autant dire que le sol se dérobaît sous mes pieds.

Quand la maladie s'est déployée dans mon corps, que l'inflammation brûlait dans chacun de mes os et principalement dans ma colonne vertébrale, j'ai pensé que mon corps était en train de me parler. Que cherchait-il à me dire ? Peut-être que je m'étais trompée de voie.

Élisabeth m'avait aidée à me poser les bonnes questions sur le sens de notre existence, et j'avais compris ma vraie valeur. Le travail effectué avec elle m'avait tellement transformée que j'ai souhaité qu'il en soit de même pour les autres. J'ai décidé de devenir praticienne en relation d'aide.

À 35 ans, je reprends donc des études, en psychologie. L'apprentissage est immense. Freud, Jung, Lacan, Berne, Rogers : tous me passionnent. Parallèlement, je commence à rencontrer des personnes qui me parlent de connexion à soi, à l'au-delà, à leurs guides, de contacts avec les défunts, d'expérience de mort imminente (EMI), de travail avec les énergies. Je suis très dubitative au début, même si tout cela m'interpelle. J'écoute, j'apprends, je réapprends. De formation en formation, de formateur en formateur, de rencontre en rencontre, les messages au sujet de l'au-delà sont récurrents, les discours se recourent. Quelque chose en moi commence à s'ouvrir. Quand

la nuit la souffrance m'empêche de dormir, je m'ouvre à de nouvelles pistes thérapeutiques. J'expérimente des méthodes de soin moins conventionnelles, plus naturelles. J'écoute mon intuition, mes ressentis.

Je sais maintenant que j'étais guidée. Je ne combattais plus la maladie, je remettais de la santé dans mon être. Il m'a fallu plusieurs années de recherches et de tâtonnements pour comprendre le fonctionnement de mon corps et les raisons pour lesquelles la maladie s'y était invitée. Mais j'y suis parvenue.

Quand la science m'apporte des réponses

Avide d'apprendre, je me suis d'abord formée à la relation d'aide dont les fondements reposent sur la bienveillance, le non-jugement, l'authenticité et l'écoute active, dans le respect du secret professionnel. J'avais déjà acquis plusieurs outils thérapeutiques pour aider à mieux comprendre et surmonter les blocages émotionnels quand ma curiosité m'a poussée à aller plus loin en étudiant l'hypnose. J'ai suivi plusieurs formations afin de saisir en profondeur son fonctionnement et son impact sur l'inconscient.

L'écoute active, que j'ai particulièrement développée, s'est révélée essentielle. Elle permet non seulement d'entendre ce que le client² exprime, mais aussi de percevoir ce qui se joue inconsciemment à travers ses paroles, ses silences, son corps et ses émotions. Très vite, j'ai remarqué que certains schémas de souffrance et blocages se répétaient, sans que les clients en aient conscience. Des croyances familiales profondément ancrées façonnaient leurs manières d'être et d'agir. Parfois, ils portaient des mémoires qui ne leur appartenaient même pas. J'ai une fois de plus réalisé à quel point l'inconscient influence bien plus notre vie que la conscience elle-même.

Ce constat m'a amenée à explorer les mémoires intra-utérines et leur impact sur notre construction psychique. Lors d'une formation en sophro-analyse selon la docteure Claude Imbert, j'ai appris que l'enfant à naître enregistre déjà des informations

2. Je préfère utiliser le terme client plutôt que patient pour ne pas être apparentée au milieu médical.

émotionnelles dans le ventre maternel. Le liquide amniotique prend le goût des émotions ; les angoisses, le stress ou les traumatismes vécus par sa mère s'imprègnent en lui et peuvent influencer sur son développement. Évidemment, il en est de même pour la sérénité, la joie, l'amour. Cette approche permet de revisiter des souvenirs inconscients pour libérer les blocages qui en découlent.

Ma soif de compréhension m'a ensuite menée vers la psychogénéalogie selon la psychologue Anne Ancelin-Schützenberger. Cette discipline étudie l'héritage émotionnel et psychique transmis par nos ancêtres. Nous naissons avec des mémoires familiales, certaines positives – de résilience, de force, de courage – et d'autres plus lourdes, issues de blessures profondes inscrites dans nos gènes et dans notre ADN. Ces mémoires, souvent inconscientes, influencent nos comportements, nos choix de vie ; des maladies ou un mal-être peuvent même se développer en nous. Je l'ai constaté par moi-même en travaillant sur un secret familial qui a joué un rôle clé dans ma guérison de la spondylarthrite ankylosante. Ce que l'on ne dit pas s'imprime dans le corps, c'est ce que l'on appelle « le mal a dit » ou « le mal à dire » ou « l'âme a dit », autrement dit la maladie.

Lors d'une séance avec une cliente souhaitant se débarrasser d'un excès de poids persistant, j'ai utilisé ma technique TEDMI® (Technique d'effacement définitif des mémoires émotionnelles inconscientes) conçue pour faire parler l'inconscient. À ma grande surprise, elle s'est retrouvée projetée à une époque médiévale, revivant une expérience où elle mourait de faim dans un cachot. Sans le savoir, dans sa vie actuelle, elle accumulait de la nourriture pour ne plus revivre cette détresse. Cette consultation a été pour moi une révélation : je devais approfondir l'exploration des vies antérieures.

Bien que sceptique au départ car je doutais de la réalité de la réincarnation, mon parcours m'avait déjà amenée à accepter l'existence d'un monde invisible et de phénomènes inexplicables. Il ne me restait plus qu'à avancer, un pas après l'autre. J'ai suivi une formation avec Patrick Drouot, un physicien spécialisé dans

l'étude des états d'expansion de conscience. Poussée par cette quête, j'ai aussi entamé auprès de Jean-Pierre Girard une formation en parapsychologie appliquée. Cette discipline étudie les phénomènes psychiques dits paranormaux tels que la voyance, la prémonition ou la télépathie. Plus j'avancais dans cette exploration, plus mes consultations devenaient efficaces et rapides, produisant des résultats impressionnants. Le bouche-à-oreille a fait son œuvre et très vite mon carnet de rendez-vous s'est rempli, avec jusqu'à cinq mois d'attente.

Dans le même temps, un autre phénomène troublant s'est manifesté : des voix me dictaient comment libérer mes clients de leurs blocages émotionnels. Mon ouverture à l'invisible se renforçait, mais mes douleurs physiques, elles, persistaient et me faisaient souffrir chaque nuit. Cette souffrance chronique m'a poussée à m'intéresser aux guérisseurs à travers différentes cultures. Une autre étape dans mon voyage à la frontière du visible et de l'invisible.