

Table des matières

Avant-propos	1
Introduction.....	3

PREMIÈRE PARTIE L'absence à soi-même

Chapitre 1 - Les problèmes d'identité.....	17
Jusqu'ici, tout va bien.....	18
Je ne sais pas qui je suis	19
Ni femme ni homme	20
Je ne veux rien, absolument rien.....	22
Coupable d'exister.....	23

Chapitre 2 - L'alliance impossible.....	27
Quitter avant d'être quitté(e).....	28
« On me laisse toujours tomber ! ».....	29
Je n'ai aucun plaisir sexuel.....	31
« Un jour mon prince viendra... » Oui, mais quand ?	32

Chapitre 3 - L'échec professionnel, social, financier	35
Je ne peux pas faire ce que j'aime	36
Réussir, moi ? Jamais...	37
Prospérité interdite	38
Chapitre 4 - Souffrir, encore et toujours	41
Victime, comme d'habitude	42
Le symptôme corporel	43

DEUXIÈME PARTIE

Les enjeux de ma place généalogique

Chapitre 5 - Venir au monde	51
Conception et naissance.....	52
Votre prénom a des choses à vous dire	62
Rose pour les filles, bleu pour les garçons	66
Mes bien chers frères, mes bien chères sœurs.....	68
Chapitre 6 - Ma place dans le triangle père/mère/enfant	73
Fonction paternelle et maternelle.....	74
La triangulation dans l'arbre généalogique.....	80
L'enfant parent de ses parents.....	83
Chapitre 7 - À la recherche de l'identité sexuelle	85
Masculin et féminin : ensemble... pour le pire et le meilleur	86
La création du couple intérieur.....	88

TABLE DES MATIÈRES

Les alliances de l'arbre.....	90
Tomber amoureux : un choix généalogique	92
La guerre des sexes.....	93
La sexualité : plaisir ou interdit ?.....	96
Chapitre 8 - L'appartenance à la famille.....	101
Mythes et légendes généalogiques	102
La hiérarchie des valeurs.....	106
Le bouc émissaire	110
Répétition et « loyauté invisible »	112
Les différentes énergies de l'arbre	115
Une place au soleil : la trajectoire sociale et ses aléas.....	116
Chapitre 9 - Réparer les souffrances passées.....	125
« Je guérirai tes blessures... ».....	126
L'abandon	128
« Esprit, es-tu là ? » : hantise, fantômes et deuils non faits.....	131
Les secrets	134
Quand l'arbre perd ses racines	142
Chapitre 10 - « Hors-la-loi ».....	147
L'absence de limites	148
Les couples incestuels	151
Chapitre 11 - La transmission des sentiments négatifs : plus jamais ça !.....	157
La peur	158
La honte.....	163
Le sentiment d'injustice.....	167

TROISIÈME PARTIE

Comment prendre ma place ?

Chapitre 12 - Sortir de la matrice familiale.....	175
Un scénario improbable.....	175
Appartenance et différenciation.....	178
Le fruit de deux lignées.....	180
Changer de regard sur soi et sa famille.....	183
Désobéir : l'ultime recours.....	186
Chapitre 13 - Guérir de sa famille.....	189
Revécus émotionnels.....	190
Le pardon : leurre ou nécessité absolue ?.....	191
Quitter père et mère.....	192
Se lier autrement.....	196
Adieu, toute-puissance.....	198
Approches plurielles de l'arbre généalogique.....	199
Conclusion.....	201
Bibliographie.....	203