

Chemin de Guérison

Donner du sens à la vie

Le sage est guidé non pas par ce qu'il voit,
mais bien par ce qu'il ressent.

Lao-Tseu



La lettre de Psycho-Somato-Généalogie (N° 91 - juin/juillet 2026)

Bonjour,

Le comment et le pourquoi ? Tout est là dans le processus de vie et de guérison.

Dans la vie la seule question existentielle n'est pas comment je suis né(e), mais pourquoi suis-je né(e) ? Pourtant il est important de savoir aussi ce qu'il s'est passé pendant l'histoire de naissance afin de comprendre et d'interpréter les conflits liés aux peurs transmises pendant cette période. Ensuite il est essentiel de se poser la question : pourquoi devais-je recevoir ces messages ? Ceci afin de pouvoir modifier nos comportements par l'analyse de l'arbre généalogique, arbre qui a généré ces peurs qui ne nous appartiennent pas vraiment. Nous sommes également né(es) pour accomplir une mission en tant qu'humains en devenir que nous sommes. Cette mission humaine permet de sortir du fonctionnement biologique animal et d'évoluer vers la Conscience, l'Amour.

Pour un malade, quel qu'il soit, la même question se pose. Il ne s'agit pas seulement de savoir comment on est « tombé » malade, mais pourquoi ? Pourquoi cette maladie-là, pourquoi maintenant ? En effet, quand on a la bonne réponse, cela permet de guérir. Or, la question qui revient sans cesse chez le malade, c'est comment je fais pour guérir ? Cela ne solutionne rien ! la bonne question est pour quoi guérir ? Pour qui, pourquoi et pour quoi faire ? Toute maladie débute par un conflit de direction dans la vie. Cette mauvaise direction a mené dans une impasse, la maladie. Pour guérir il convient donc de changer de cap, de direction avec un nouveau projet de vie, plus valorisant, plus humain, pour être plus heureux de vivre. De nombreuses personnes ont compris que leur maladie était liée à leur mode de vie qui ne leur convenait pas et ont alors décidé de changer de vie. Elles ont obtenu des rémissions parfois spectaculaires, voire des guérisons. Ce n'est pas simple, car cela remet en question tellement de choses auxquelles parfois on tenait tant, mais il faut avoir le courage de se libérer complètement de ce qui ne nous convient pas.

Ce changement de cap est un nouveau projet de vie, et lorsque ce projet intègre un projet artistique, humanitaire, créatif, sans peur et sans reproche, alors il y a guérison.

Restons optimistes, le chemin est long !

« Celui qui a un “pourquoi” qui le fait vivre peut supporter presque n'importe quel “comment” »

F. Nietzsche

Au sommaire :

Éditorial

Jodorowsky : Nous ne pouvons pas changer le monde, mais ...

Psychosomatique : la génétique expliquée simplement

La confiance en soi : Le changement intérieur

La Fontaine : Fable : « Le lièvre et la tortue »

La bibliothèque de psychosomatique : Boris Cyrulnik – *Mémoire de singe et paroles d'homme*.

Programme de Psycho-Généalogie

Actualités / Infos :

Jodorowsky

Nous ne pouvons pas changer le monde, mais nous pouvons transformer certaines de nos manières de penser :

“Jamais” devient “Très rarement”,

“Toujours” devient “Souvent”,

“Infini” devient “Fin inconnue”,

“Éternel” devient “Une fin impensable”,

“Permanent” devient “Un changement continu”,

“Une année” devient “Un cercle autour de la Terre”,

“Mon œuvre” devient “Ce que j’ai reçu”,

“Tu es ainsi” devient “C’est ainsi que je te perçois”,

“Ce qui est à moi” devient “Ce que je possède aujourd’hui”,

“Mourir” devient “Changer de forme”.

“Je ne sais pas si je vivrai demain” devient « Je sais que je vivrai toujours dans la mémoire de quelqu’un ».

“Je ne sais pas ce qui peut arriver” devient « Je sais qu’au fond, tout tend vers le mieux ».

“Je ne sais pas si je gagnerai” devient « perdre ne me fait pas vraiment peur ».

« Joie, joie, joie ! Ce que je donne, je me l’offre... ce que je ne donne pas, je me l’enlève !

Je ne désire rien pour moi qui ne soit aussi pour les autres ».

Un peu de psychosomatique.

De plus en plus de preuves s’accumulent et nous confortent dans le sens que toute maladie est psychosomatique et qu’il ne peut plus être question de diviser le corps et l’esprit.

La génétique expliquée simplement.

Notre corps est constitué de cellules, **chacune d’entre elles** contient un noyau dans lequel sont incorporés les 23 paires de chromosomes. Chaque chromosome contient deux molécules d’ADN en forme de double hélice, qui se séparent lors de la reproduction des cellules (duplication).

Le génome humain est constitué de trois milliards de « lettres » du code génétique, soit 30 000 gènes, créés à partir de quatre molécules organiques (« lettres » chimiques) désignées par A, C, G et T (Adénine, cytosine, guanine et thymine). Ces quatre molécules chimiques s’associent à du phosphate et du sucre en constituant les nucléotides. L’assemblage de ces quatre molécules permet de former le génome de chaque individu, comme une lettre avec des mots et des phrases du livre de la vie des espèces. Chaque brin d’ADN produit une séquence de nucléotides qui est ensuite transcrite dans une molécule d’ARN afin de synthétiser la protéine. Ceci est indispensable à la vie.

C'est en se combinant en paires complémentaires (A-T et C-G) que les quatre molécules forment la double hélice d'ADN. Une base A s'assemble toujours avec une base T, de même que G s'assemble toujours avec C. C'est ainsi que la double hélice d'ADN transmet son message à l'ARN. En traduisant le message, l'ARN permet la production d'une protéine spécifique. Celle-ci va alors créer les diverses cellules spécifiques de chaque organe (cœur, rein, estomac, etc.). L'ARN est donc capable de transmettre toutes les propriétés de l'ADN.

Lorsque la cellule se dédouble, elle forme de nouveaux brins, copies parfaites du code génétique. Ce qui explique que l'ADN dupliqué est toujours identique à l'original. C'est la réplication. Or, ce mécanisme exceptionnel peut comporter des erreurs de transcription ! Ce que l'on appelle une mutation génétique. Par exemple une base G, au lieu de s'assembler avec la base C, s'assemble avec une base T.

Là est toute la question, pourquoi y a-t-il eu une mutation de gènes ? Dans quel but ? C'est ce que permet de comprendre l'épigénétique. Les drames de la généalogie ont une influence sur l'expression de nos gènes et vont créer des perturbations dans cet assemblage perfectionné et certaines maladies vont alors exprimer le message codé, le conflit. L'ARN « messager » a modifié le code afin de transmettre un autre message. Ainsi quand il existe une pathologie de la peau, par exemple un eczéma, les cellules de l'épiderme dans telle région du corps expriment un message conflictuel qu'une séparation douloureuse n'est toujours pas solutionnée.

Les cellules de la peau se renouvellent de façon périodique (environ 28 jours pour l'épiderme) et tant que le conflit persiste, les nouvelles cellules expriment toujours une phase conflictuelle. Lorsque le conflit est totalement résolu (deuil achevé de cette séparation), les nouvelles cellules se renouvellent de façon originelle, saines.

Nous savons maintenant que 98% des gènes sont mobiles, évoluant en permanence en fonction des informations provenant du milieu extérieur, modulant ainsi l'expression des gènes, en inhibant ou désinhibant certains d'entre eux en fonction de notre environnement, essentiellement sur le plan émotionnel. Les actes ont toujours des conséquences, ils peuvent ainsi activer des gènes ou en les mettre en veille. C'est l'épigénétique. Ce qui est remarquable, c'est que ces modifications sont transmissibles d'une génération à une autre, mais aussi qu'elles sont **réversibles** (quand les deuils de certains événements sont achevés).

Tout cela se fait sous contrôle du cerveau qui analyse en permanence où la personne en est de ses conflits.

La confiance en soi : le changement intérieur¹

Beaucoup de personnes désirent prendre les rênes de leurs vies. Pourtant, lorsqu'on observe leur quotidien, les gestes se répètent, les habitudes s'ancrent, et les rêves restent soigneusement rangés dans le tiroir des « un jour peut-être ».

Elles continuent à fréquenter les mêmes personnes, ressassent les mêmes discours de limitations, se nourrissent des mêmes certitudes qui les enferment. Et surtout... elles prennent leurs décisions depuis la même version d'elles-mêmes. Une version façonnée par des années de peurs silencieuses de manquer, d'échouer, de décevoir.

Alors elles préfèrent jouer la sécurité puisque on leur a appris que le monde est dangereux. Qu'il faut se méfier, se protéger, ne pas trop espérer. Qu'il n'y a pas de place pour tout le

¹ L'Amour, Dieu intérieur de la guérison

monde, qu'il vaut mieux viser petit pour ne pas tomber de haut. Elles confondent prudence et résignation, et on appelle cela « être réaliste ».

Mais on ne construit pas une nouvelle vie avec les repères de l'ancienne conscience. Le véritable basculement ne vient pas d'un événement extérieur ou d'un hypothétique coup de chance. Il naît d'un choix intime qui demande souvent du courage : celui de ne plus vivre selon une version limitée de nous-mêmes, mais d'oser adopter le regard de celles et ceux qui savent que tout ce qui existe dans la matière a d'abord pris naissance dans l'invisible.

Et à partir de ce moment-là, quelque chose peut **changer** radicalement. La question n'est plus « quand allez-vous changer de vie ? » mais « quelle version de vous-même allez-vous choisir d'incarner aujourd'hui ? ». Pas demain.

C'est alors que vous n'attendez plus que la vie change. Vous devenez le changement.

Jean de La Fontaine (1621-1695)

LE LIÈVRE ET LA TORTUE

Rien ne sert de courir ; il faut partir à point.

Le Lièvre et la Tortue en sont un témoignage.

Gageons, dit celle-ci, que vous n'atteindrez point

Si tôt que moi ce but. Si tôt ? Êtes-vous sage ?

Repartit l'Animal léger.

Ma Commère, il vous faut purger

Avec quatre grains d'ellébore.

Sage ou non, je parie encore.

Ainsi fut fait : et de tous deux

On mit près du but les enjeux.

Savoir quoi, ce n'est pas l'affaire ;

Ni de quel juge l'on convint.

Notre Lièvre n'avait que quatre pas à faire ;

J'entends de ceux qu'il fait lorsque prêt d'être atteint

Il s'éloigne des Chiens, les renvoie aux calendes,

Et leur fait arpenter les landes.

Ayant, dis-je, du temps de reste pour brouter,

Pour dormir, et pour écouter

D'où vient le vent, il laisse la Tortue

Aller son train de Sénateur.

Elle part, elle s'évertue ;

Elle se hâte avec lenteur.

Lui cependant méprise une telle victoire ;

Tient la gageure à peu de gloire ;

Croit qu'il y va de son honneur

De partir tard. Il broute, il se repose,

Il s'amuse à toute autre chose

Qu'à la gageure. À la fin, quand il vit

Que l'autre touchait presque au bout de la carrière,

Il partit comme un trait ; mais les élans qu'il fit

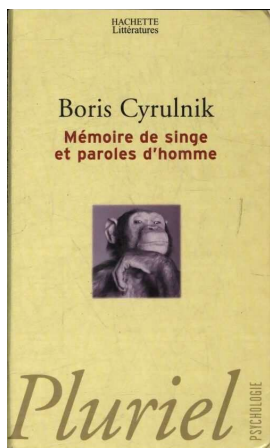
Furent vains : la Tortue arriva la première.

Eh bien, lui cria-t-elle, avais-je pas raison ?

De quoi vous sert votre vitesse ?
Moi l'emporter ! et que serait-ce
Si vous portiez une maison ?

[Cette fable s'adresse aux gens toujours pressés ainsi qu'aux malades atteints de pathologies de la glande thyroïde.]

Bibliothèque de Psycho-Généalogie/Psychosomatique.



Boris Cyrulnik est neuropsychiatre et éthologue, directeur d'enseignement du DU d'éthologie « Clinique de l'attachement et des systèmes familiaux » à l'université de Toulon et professeur en « Éthologie et attachements » à l'Université de Mons en Belgique. Il anime plusieurs groupes de recherche et de réflexion sur l'attachement et la résilience.

« Les animaux nous posent des questions si déroutantes qu'ils nous obligent à remettre en cause nos plus belles certitudes.

Ils nous expliquent comment notre histoire s'articule à notre biologie ; comment notre équipement génétique participe à nos constructions sociales. L'observation de leur comportement et l'étude de leur "psychologie" permettent de mieux appréhender l'animalité qui est en nous, mais aussi, du même coup, de souligner l'importance de la dimension humaine ».

La Psycho-Généalogie est un outil très performant pour obtenir des guérisons et du mieux-être. Afin de promouvoir cette approche holistique de la santé, le Centre Philaé vous propose de découvrir ou de faire découvrir à vos proches la Psycho-Généalogie par les livres du Dr Jean-Claude Fajean.

Faites une visite sur les sites.

Vous pouvez vous procurer les livres :

Sur le site : <https://www.centrephilae.com> (Suisse et U. E. / Canada)

Auprès de Karine Leuenberger à Combremont-le-Grand : 079 823 82 06

Et dans les librairies (Suisse et France).

Vous pouvez consulter la liste des livres et CD / DVD.

Vous pouvez obtenir les enregistrements CD des conférences.
Voir sur le site (bon de commande) : www.centrephilae.com

Programme en Psychosomatique / Psycho-Généalogie.



Formation à la Psycho-Somato-Généalogie.

La Psycho-Somato-Généalogie est un art médical **scientifique** nécessitant un maximum de connaissances de bases (anatomiques, physiopathologiques, neurobiologiques, embryologiques, etc.). C'est d'une précision absolue dans les correspondances psychobiologiques.

Cela ne veut pas dire que seuls les médecins sont compétents pour exercer cette discipline.

L'analyse nécessite de la rigueur scientifique. C'est la première partie du chemin vers la guérison. Cela permet au malade de comprendre le sens du « mal-a-dit ». Mais cela ne suffit pas.

Comme j'ai coutume de dire, la connaissance libère, et c'est l'Amour qui guérit.

L'analyse biologique apporte la connaissance de la réelle raison de la maladie, et non pas de la raison apparente, raison officielle qui arrange tant de monde. Cela évite de se remettre en question soi-même en accusant autrui de ses problèmes, ou en rendant responsable de ses maladies les microbes, le froid, la chaleur, l'accident, etc.

L'analyse permet souvent de trouver une solution pratique à un problème puisqu'il a permis de faire le lien entre la situation conflictuelle vécue avec son ressenti et la maladie. Pourtant cette solution pratique ne permet au mieux qu'une rémission de la maladie et non une guérison, n'en déplaise à certains.

La maladie est une **prison** symbolique, avec un enfermement plus ou moins long selon les maladies. Il convient pour guérir de se libérer, de sortir de cette prison en changeant de direction dès le début de l'enfermement, anticiper la sortie de la maladie-prison afin de ne pas y retourner, cela s'appelle des récidives ou des rechutes.

Il est nécessaire d'aller plus loin dans l'exploration de l'inconscient personnel et généalogique de la personne.

En psychosomatique, ce qui compte est de comprendre le double aspect de l'humain, ses composantes animale et humaine.

Dans le **symbolisme** nous retrouvons toujours le double aspect : masculin et féminin. C'est la **loi d'ambivalence**, valable pour toute chose. Une partie centrifuge (le masculin) et une partie centripète (le féminin).

Cette loi universelle d'ambivalence mérite une explication car elle s'applique à 100%, à tout être vivant et pour toute situation.

Pour toute chose il existe la chose et son contraire. Le positif et le négatif, le Yang et le Yin. Cela veut dire que toute situation positive peut se retourner et devenir négative. Comme par exemple une histoire d'amour qui en excès peut conduire à la jalousie, à la violence et au crime passionnel.

Il en va de même, et on l'oublie trop souvent, pour une situation négative en apparence, et qui contient toujours du positif. C'est ce que l'on devrait toujours tenter de voir face à une situation désagréable : quel est l'aspect positif qui se cache derrière cette apparente négativité ? Cela peut sembler complexe, mais c'est tout le secret pour vivre heureux.

Le programme de la formation à la psychosomatique et Psycho-Généalogie.

Les ateliers de Psycho-Généalogie et psychosomatique sont ouverts à tous, malades, bien-portants, médecins, thérapeutes, ...

Je propose plusieurs formules :

- des **séances individuelles** (ou petit groupe de 2-3 personnes) où nous analysons le dossier à travers l'histoire personnelle, l'histoire de naissance et l'arbre généalogique, et parallèlement la théorie complète des lois de psycho-somato-généalogie. La durée est d'une demi-journée et le rythme à déterminer après chaque séance.

Atelier en **Visio-formation** (Skype ou Zoom)

Tarif : 200.-chf / 170€ la demi-journée (adapté selon les revenus)

- des **ateliers par petits groupes** de 4 à 5 personnes : une demi-journée tous les quinze jours. La formation comporte environ 12 sessions.

Atelier en **Visio-formation** (WhatsApp, Skype, Zoom)

Tarif : 200.- chf / 170€ la demi-journée

Les tarifs groupes sont particulièrement attractifs pour ouvrir largement l'accès à la Psycho-Généalogie et psychosomatique au plus grand nombre.

Les personnes intéressées en difficultés financières peuvent bénéficier de tarifs adaptés.

Si vous êtes intéressé(e)s, contactez-moi (+41-78 758 57 49)

- En **présentiel**, les ateliers sont organisés à partir de 8 personnes en formules de week-end. La formation comporte six sessions.

Tarif : 400.- chf / 340€

Le contenu complet de la formation peut vous être adressé sur demande.

Toute personne inscrite à la formation prépare un dossier personnel à remettre à Jean-Claude dès le début.

Conférences

Echarlens (FR) - Salon Gold Coiffure - Clos de la Cure 30

Mardi 13 octobre 2026 à 19h

Thème : « *Le sens du « mal-a-dit » / Le sens de la guérison* »

Renseignements et inscriptions : Julie Cosendai - Tél. : 079 787 29 10

Commenté [J1]:

Delémont - Herbages 9

Jeudi 15 octobre 2026 à 19h

Thème : « *Le sens du « mal-a-dit » / Le sens de la guérison* »

Renseignements et inscriptions : Elisa Giger - Tél. : 078 853 15 16

Commenté [J2]:

Ateliers

Post-Formation

Cet atelier s'adresse aux anciens élèves de la formation, souhaitant affiner leurs connaissances sur la Psychogénéalogie et la psychosomatique. Nous étudions des exemples de maladies, des questions sur la façon d'aborder un malade, etc...

Les sessions ont lieu une fois par mois et durent deux heures. **C'est gratuit.**

Pour tout renseignement, me contacter par mail (centrephilae11@gmail.com) ou téléphone (+41787585749).

Déprogrammation de l'arbre généalogique

Cet atelier s'adresse à toute personne désireuse de comprendre les causes et les origines de son mal-être, de ses échecs, de ses maladies. Il permet de répondre de façon appropriée aux questions existentielles et de retrouver la joie de vivre.

« Le chemin de la Guérison » permet de revenir sur le chemin de Vie, progression vers la connaissance de soi, la liberté, l'Amour et la Sagesse.

L'atelier se déroule sur une journée (samedi ou dimanche), une fois par mois (trois sessions) avec la participation de quatre personnes. Pour participer, il convient d'avoir préparé un arbre généalogique.

Delémont – Rue des Moulins 13

Dates : 10 ou 11 oct. 2026 / 21 ou 22 nov. 2026 / 19 ou 20 déc. 2026

Tarifs : par personne : 120€ / 150.-chf

Renseignements et inscriptions : Sultan Balcin : Tél. : +41 78 906 44 08

E-Mail : sultan.balcin@hotmail.com

Les détails de tout le programme sont sur le site : www.centrephilae.com

Le mois prochain :

Éditorial.

A. Jodorowsky : *Blague ou conte*

Psychosomatique : Les conflits liés à ? (Surprise)

La Fontaine : Fable

La bibliothèque de psychosomatique : ?

Programme de Psycho-Généalogie

Actualités / Infos

Retrouvez la lettre de Psycho-Généalogie et d'autres renseignements sur le site : www.centrephilae.com

Si vous souhaitez lire les lettres précédentes, reportez-vous sur le lien suivant :
https://www.centrephilae.com/_files/ugd/240ed8_0703c08932c7499ba0a92b0f196cd1d2.pdf

Merci de transmettre cette lettre autour de vous.

Si vous souhaitez voir un sujet précis être abordé dans cette lettre, n'hésitez pas à l'exprimer.

Merci pour vos commentaires et vos témoignages.

* Vous pouvez vous désinscrire par un simple mail : centrephilae11@gmail.com

En cas de réception involontaire d'informations, vous pouvez aussi placer l'adresse mail dans les spams ou indésirables.

Commenté [J3]:

