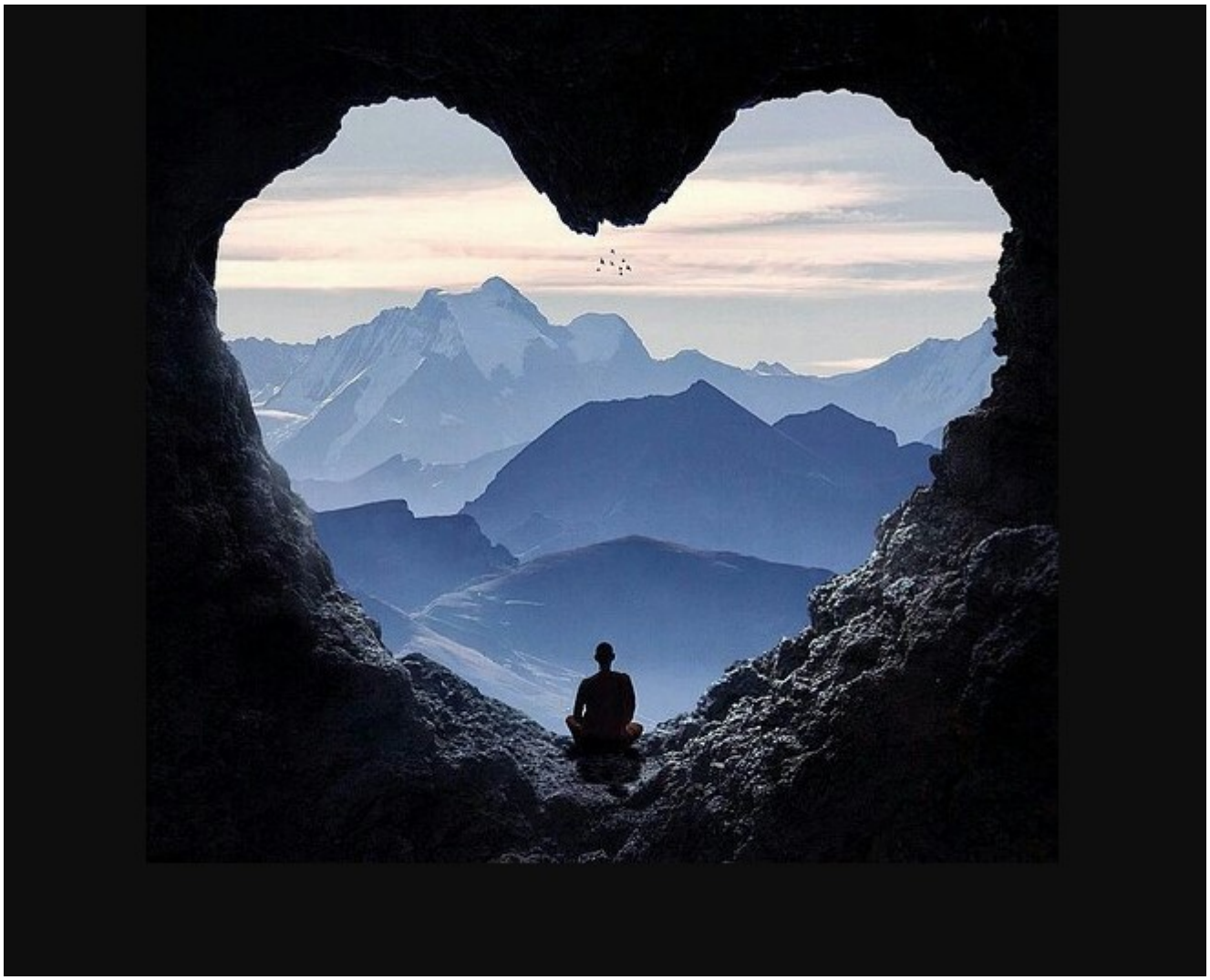
Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026

Trouver sa place



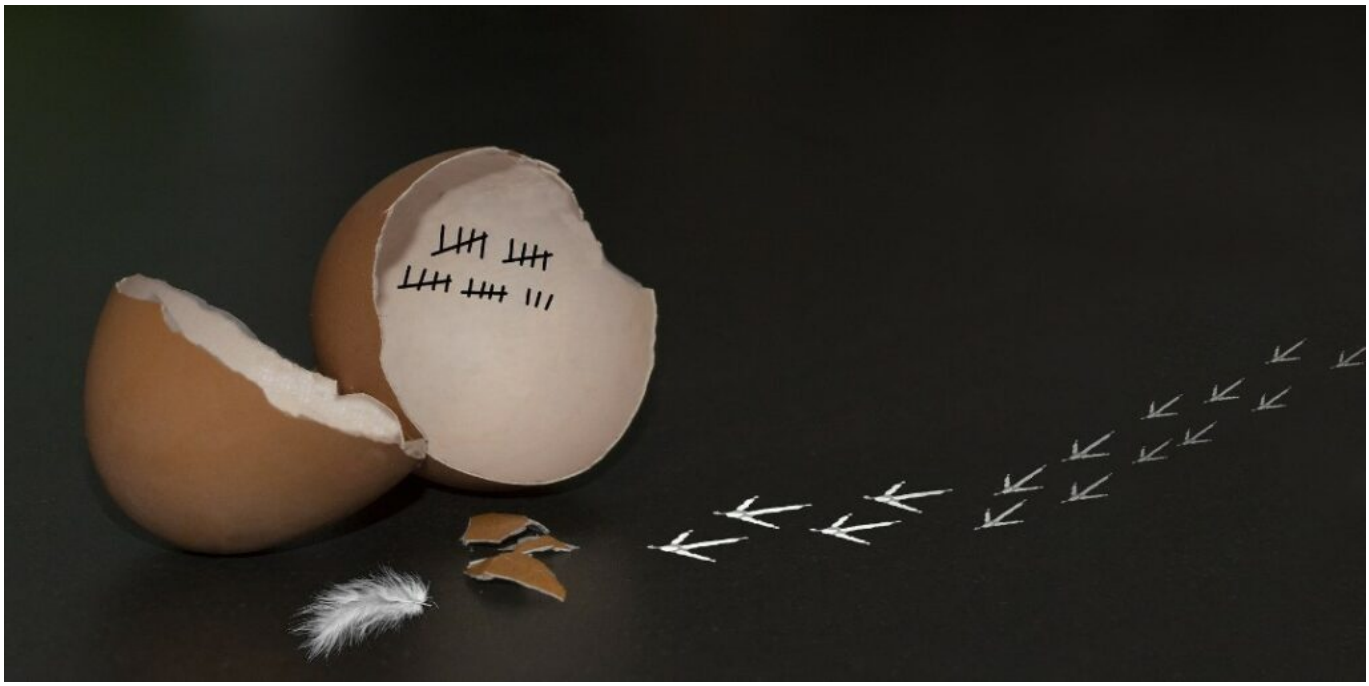
Vous avez toujours rêvé de trouver votre place et de vous accomplir pleinement ? Anne-Marie Martin peut vous y aider. Elle est sophro-analyste spécialisée dans les mémoires prénatales, les constellations familiales et les soins énergétiques. Elle travaille à Villeneuve-lès-Avignon et Avignon deux 'villages' qui ont ravi son cœur. Voyage intérieur.

Cette ancienne attachée de presse parisienne a décidé de changer de vie professionnelle à quarante ans pour 'donner plus de sens à sa vie'. Son cahier des charges ? Etre utile et voir le résultat. Et pour s'armer de nouvelles compétences Anne-Marie étudie les états modifiés de conscience et la sophro-analyse des mémoires prénatales.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026

«Ce qui me touche ? C'est qu'à partir de l'état de conscience modifié (EMC, méditation, relaxation, visualisation…) on peut tout travailler, et particulièrement les traumatismes de l'enfance. On peut même revivre la gestation, lors de ces neuf mois où l'enfant vit en totale dépendance avec sa mère.»



DR

Un exemple ?

«Oui, une jeune femme qui a du mal à trouver sa place. En interrogeant sa vie il se trouve que sa maman ne la désirait pas et préférait attendre un garçon. Entre le début et six semaines de grossesse la maman perd du sang. Le médecin l'examine. Tout va bien le bébé est toujours là. Sauf qu'il se pourrait qu'un jumeau perdu, un garçon, ait été victime d'une fausse couche sans que personne ne s'en soit aperçu. Cela pourrait être le cas de 20% des grossesses. Le ressenti de cette jeune-femme 'qui recherche sa place et ne la trouve pas' pourrait être la conséquence de ce jumeau perdu. Et cet épisode de vie utérine induit, entre autres, une difficulté à trouver sa place, à s'engager dans une relation amoureuse par peur de trop souffrir.»

La maman qui n'arrive pas à aimer son enfant

«Lorsque l'on n'est pas désiré par sa mère, l'enfant puis l'adulte que nous sommes reste en recherche de cet amour maternel qu'il quémandera toute sa vie, même inconsciemment. Mais à y bien regarder, et en enquêtant, on peut y voir un schéma répétitif de générations de femmes : mère, grand-mère, arrière-grand-mère ayant vécu des grossesses non désirées. Celle qui ne donne pas son amour en est empêchée pour diverses raisons, parfois restées elles aussi inconscientes. Beaucoup de faits, dans les familles se répètent. Pour y mettre fin ? Tout l'exercice consiste à mettre au jour ces raisons tues de générations en générations pour s'en libérer ainsi que les générations futures.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026



DR

Mettre au jour ce qui est tu

«Le travail sur la mémoire prénatale met au jour des souvenirs, des pistes de réflexion qui se révèlent logiques, c'est un travail sur les mémoires cellulaires, sur son moi profond. » « Ce n'est pas compliqué de mettre des mots sur la mémoire d'un fœtus ? » « Non parce que grâce aux états de conscience modifiés, on 'est' dans le ventre de la mère. Plus l'on reste dans cette posture de foetus, plus le corps va ressentir d'émotions. Au client puis au thérapeute, ensuite, d'en faire la lecture.»

Ne risque-t-on pas de se raconter des histoires ?

«Non parce qu'à partir du moment où tout éclot en séance, tout est juste. Et puis le thérapeute sait faire la part des choses entre le mental et le corporel. Egalement la personne qui vit ces traumatismes est réputée pouvoir les faire cesser. On appelle cela des loyautés ou fidélités familiales qu'il faut déceler pour y mettre un terme.»

Comment faire ?

«En faisant dialoguer la personne avec sa mère, la lignée des femmes de sa famille. On peut aussi demander symboliquement à la grand-mère de soutenir sa fille. Le but de tout cela ? Réparer les liens car savoir ne suffit pas. Il faut repasser par un dialogue intérieur, des émotions. Finalement il s'agit d'une restructuration. Le puzzle se recompose, on délivre nos ancêtres, on se délivre soi et nos enfants.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026



DR

Et si l'on est incrédule ?
«Si l'on ne fait rien, rien ne change mais ce travail peut tout changer. Pour les plus cartésiens ? Certains ne monteront pas toutes les marches mais celles qu'ils auront gravies, indéniablement, leur servira, et leur mode de fonctionnement s'en trouvera changé. On peut aller très loin et ouvrir beaucoup de champs ou n'en n'ouvrir qu'un. Ce qui compte ? C'est que ça bouge un peu.»

En avançant dans l'âge
«Plus l'on avance en âge et plus les schémas sont répétitifs, comme durs, voire violents. Nous sommes donc tous là pour évoluer, grandir, apprendre et dépasser nos propres obstacles. Si l'on ne comprend pas nos freins ? On risque de voir se déployer des malaises (mal à l'aise), des maladies (le mal a dit), des deuils, des accidents. C'est malheureux à dire mais ce sont des leçons de vie qui se reproduisent en étant de plus en plus marquées, fortes… Il devient nécessaire de travailler sur soi. Le travail ? C'est conscientiser, nettoyer les émotions du passé, pardonner, trouver la paix avec sa propre histoire. Il n'est pas question de camoufler la poussière sous le tapis mais d'être dans l'acceptation et de poursuivre son chemin dans la sérénité.»

La vie intra-utérine
«Pour moi la vie intra-utérine fait partie de la base, de l'éclosion de la personnalité. Travailler dessus permet de changer toute sa vie. Auparavant il faut traverser toutes les émotions : colère, culpabilité, tristesse, sentiment d'abandon, de rejet et accepter de s'ouvrir à la vie dans son quotidien.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026



DR

Les constellations familiales

«Les constellations familiales c'est étudier le fonctionnement de son système, sa tribu familiale et son univers professionnel. Il n'y a pas vraiment de différence entre la tribu familiale et professionnelle car ce sont les mêmes situations qui se rejouent. On retrouve en entreprise ce que l'on a vécu dans sa sphère familiale. Les constellations servent notamment à travailler sur l'enracinement : se relier aux racines de la famille, du pays ; mais aussi à se libérer des injonctions et des loyautés familiales.»

La psycho-généalogie

«Est-ce que je pratique la psycho-généalogie ? Non, mais je trouve que cela rejoint les constellations familiales. Je demande à mes clients de faire leur arbre généalogique : les arrière-grands-parents, grands-parents, frères et sœurs, les dates de naissance et de décès, les métiers, les fausses-couches, les enfants morts en bas-âge, les prisonniers, les morts, ceux qui ont fait la guerre, la 2e guerre mondiale, d'Indochine, d'Algérie, pour discerner les traumatismes que l'on porte. C'est important car on y retrouve le 'pas le droit d'être heureux', les interdictions culturelles… Ça me permet de déceler ce qui est à travailler, de comprendre ce qui est en souffrance dans la famille, ce que l'on peut porter sans le savoir.»

Dans le cas d'enfant adopté ?

«Je travaille sur la famille biologique et adoptive. Pourquoi ? Parce qu'un lien mystérieux s'est déjà créé

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026

avec cet ‘enfant d’ailleurs’ qui a peut-être été ‘préconçu’ pour cette famille adoptive. On pourrait évoquer là des liens karmiques. Il est possible de faire revivre leur vie intra-utérine à des personnes qui n’ont plus jamais été en lien avec leur propre mère. C’est tout l’enjeu des dialogues de réparation par rapport au sentiment d’abandon. On soigne l’enfant intérieur qui n’est plus agissant en tant que souffrance : manque d’amour, d’attention, de présence ce qui résonne dans le champ de l’adulte. Tout ce qui est de l’ordre de la dépendance affective vient, à la base, de ce problème de détachement de la mère pour son enfant.»

On met beaucoup de choses sur le dos de la mère !

«C’est normal, c’est elle qui porte l’enfant durant neuf mois. Neuf mois essentiels ! » «Pourtant vous faites porter beaucoup de choses à la mère et très peu au père ? » « Le lien avec la maman sera toujours plus fort parce que vous avez été en elle durant neuf mois, au contact de ses émotions, de ses pensées, de son corps, c’est viscéral ! Le but n’est pas de culpabiliser les femmes. Contrairement à ce qu’on dit, je crois que les enfants choisissent leurs parents. Les mères font du mieux qu’elles peuvent, au jour le jour et on essaie de bosser sur soi histoire de nettoyer les placards.»



DR

Travailler avec les femmes enceintes

«Travaillez-vous avec les femmes enceintes ?» «Oui, particulièrement le lien mère-enfant. Il y a des

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026

femmes enceintes qui ont du mal à accepter cet enfant qui grandit dans leur ventre. Je peux les aider à améliorer ce lien avant que l'enfant ne naisse et même après la naissance. Les femmes enceintes sont, parfois, émotionnellement fragiles, comme débordées par leurs émotions. Elles ont peur pour le bébé, peur de pleurer, n'osent pas dire leur mal-être par crainte de ne pas être comprises. J'ai pu travailler avec elles parce qu'elles avaient été auparavant mes clientes et qu'elles me disaient sentir surgir des émotions jusqu'alors inconnues. Je leur répondais 'travaillons cela ensemble'. Ça a été plein d'enseignements car effectivement, lorsque nous sommes enceintes, nous revivons ce que nous avons vécu avec notre propre mère. Il serait d'ailleurs très intéressant, même nécessaire, de travailler avec des sages-femmes car combien de mères n'arrivent pas à créer de lien avec leur enfant pendant la grossesse puis après l'accouchement et, horrifiées se taisent, effrayées elles-mêmes de ne rien ressentir et s'isolent d'autant plus qu'elles le cachent, alors qu'il suffirait de quelques séances pour tout apaiser.»

Echapper à l'acrimonie

«Le travail sur soi ? C'est comprendre ce qui se joue, quelles sont les fidélités, les loyautés, les schémas répétitifs, ce que l'on porte pour papa ou maman. Les schémas dupliqués entre les salariés et le patron. Etes-vous à la bonne place par rapport au système ? L'objectif ? C'est remplacer les chaînes par des liens bienveillants tout en ne niant pas les faits. Un procédé consiste à prendre la posture de chaque personne de son entourage, comme ses parents, pour en ressentir l'énergie, on entre là dans l'inconscient familial, le champ morpho génétique. On reconstitue sa tribu dans la pièce, en les nommant, on les appelle, qu'ils soient vivants ou morts. Tous sont présents et cela permet aussi de rendre à nos ancêtres ou contemporains des choses trop lourdes à porter : émotions, croyances, dire ce qu'on n'a pas pu se dire… On vide son sac pour le transformer puis vivre en paix.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026



Anne-Marie Martin

Quand on vient chez vous on en prend pour combien ?
«(Rires) Je propose des thérapies brèves, ce n'est pas de la psychanalyse. En général une dizaine de séances est nécessaire. En neuf mois on a fait le tour et si des 'ressentis', des 'gênes' apparaissent par la suite, elles seront traitées ponctuellement. Ensuite la vie change parce qu'on n'a plus les mêmes croyances et donc plus les mêmes comportements. Avec ce travail, on retrouve de l'estime de soi, on arrive à mieux parler en public, on prend sa place dans le monde. En quelques mots ? On ne se sabote plus la vie !»

Savoir qui l'on est
«Trouver sa place dans sa famille et dans la société est un vrai sujet. A partir du moment où l'on sait qui l'on est et où l'on va, on s'autorise à être, à faire ce pourquoi nous sommes faits, à incarner sa vie. D'ailleurs les hommes y viennent. Ils représentent environ 20% de ma clientèle. Ils viennent pour résoudre des problèmes affectifs, trouver leur place. Le travail intérieur permet à la société d'évoluer.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026

Les jeunes adultes âgés de 20 à 30 ans, sont très ouverts sur le monde et très conscients des enjeux qu'ils auront à relever.»



DR

Ecouter et faire vivre son corps

«Je préconise également d'entamer des changements plus globaux comme faire du sport, d'adopter une hygiène de vie, rencontrer ponctuellement d'autres thérapeutes : énergéticien, kinésiologie, ostéopathe car le corps s'exprime, nous fait découvrir de nouvelles parts de nous et nous indique où travailler –symbolisme du corps- Le corps est vecteur de découvertes.»
anne-mariemartin.fr & Chaîne Youtube ici. Des séances, stages se déroulent aussi sur la péniche Althéa, île de la Barthelasse à, Chemin de l'Île Piot à Avignon.

Pour approcher le sujet : 'Rôle des mémoires prénatales' du docteur Claude Imbert. 'La sophro-analyse des mémoires pré-natales de la naissance et de l'enfance' de Christine Louveau, pharmacienne. 'Petits et grands traumatismes de la vie intra-utérine 'de Karine Hury.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 15 novembre 2026



DR