

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



EBOOK

Quand nous venons au monde, nous sommes innocents, nous vivons chaque moment présent et nous ne portons pas de jugements.

Je m'appelle Fabienne Logez, j'ai 55 ans et j'ai subi comme beaucoup de personnes des blessures qui ont impacté ma vie et depuis,

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées, à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans le cadre familial.



Tu deviendras une personne confiante avec une plus grande authenticité et tu pourras t'exprimer plus facilement avec tes proches.

J'ai été humilié par une mère alcoolique qui en plus me battait, je n'ai jamais eu de geste ou même de paroles d'amour, bien au contraire.

Je n'avais pas le droit de m'exprimer, ou même de dire ce que je ressentais.

J'ai dû m'occuper très tôt (vers l'âge de 10 ans) de ma sœur et de mes frères, des responsabilisées d'adultes bien trop jeune.

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



J'ai été manipulé, briser par une mère qui était tellement mal qu'elle se déchargé sur moi.

Et à mes 17 ans je me suis retrouvé à la rue car ma mère avait décidé qu'elle ne me voulait plus.

Quand une expérience et vécue dans la non acceptation, c'est-à-dire dans le jugement, la culpabilité, la peur, la jalousie, le regret ou tout autre forme, nous attirons à nous ses mêmes situations.

Accepter une expérience ne veut pas dire que celle-ci représente votre préférence ou que vous soyez d'accord avec celle-ci, mais plutôt de vous permettre d'apprendre à travers cette expérience, ce que vous vivez.

Vous devez apprendre à reconnaître, ce qui est bon pour vous ou ce qui ne l'est pas, et pour y arriver vous devez être capable de voir les conséquences bonnes ou mauvaise de cette expérience.

Tout ce que vous décidez ou non, tout ce que vous faites ou pas, ce que vous dites ou non et même ce que vous pensez et ressentez à des conséquences.

Dans la société actuelle, le comportement humain est pour la plupart du temps, dans le jugement, la critique, la jalousie, la peur de la nouveauté, la peur du paraître, la peur de ce que va penser l'autre de nous.

Nous avons tous de nombreuses croyances qui nous empêchent d'être ce que nous voulons être. Plus ses façons de penser nous font mal, plus nous nous efforçons de les occulter, et nous parvenons même à nous convaincre que ses croyances ne nous appartiennent plus.

Je vais vous rassurer, ce n'est pas de votre faute, la plupart de nos blocages, de nos croyances, nous viennent de notre enfance.

Dans la société, nous avons tous eu un manque, un gouffre, un vide d'amour, que nos parents, nos frères et sœur, nos oncles et tantes, notre famille ne nous a pas donné.

Nos parents, notre famille, ne savaient pas, car bien souvent ils ont été éduqués de la même manière et ne font que reproduire le même schéma.

Le manque d'amour, de reconnaissance brise aussi une personne et ne lui donne pas les armes pour affronter sa vie d'adulte, tout comme un enfant battu se retrouve souvent dans la violence quand il grandit, un enfant qui n'a pas reçu de l'amour n'arrive pas à son tour en donner

Vous ne pouvez pas leurs en vouloir, ils ne savaient pas qu'ils agissaient mal, aussi la 1^{er} des choses à faire est de leurs pardonner.

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



Je te pardonne

Aujourd'hui, permet toi déjà de te soulager de ce poids et de pardonner.

Juste ses quelques mots vont déjà te faire du bien, car chaque blessure que tu as endurée, subit, dit toi simplement déjà cela **“CE N’EST PAS DE MA FAUTE”**

Lorsque nous grandissons, nous nous concentrons sur nos besoins, nos acquis, nos forces, nos désirs, nos faiblesses. Nous avons tous ce besoin, cependant très vite nous nous rendons compte qu’être nous-même dérange nos parents, notre famille et nous en déduisons qu’être naturel n’est pas bien, n’est pas correct, nous en souffrons, mais nous construisons du coup une personnalité fausse qui ne nous correspond pas, qui ne reflète pas notre vrai **nous**.

J’avais pris l’habitude, quand je subissais la violence de ma mère, de serrer les dents et les poings, puis de m’isoler dans ma chambre ou je me demandais **POURQUOI**. Je ne comprenais pas pourquoi elle agissait ainsi avec moi.

Enfant nous sommes pratiquement tous passé par 4 phases.

La joie d’être nous-même tout petit, l’innocence, l’apprentissage de la parole, de nos premiers pas, LE DROIT DE FAIRE (0 à 4 ans)

La découverte du monde, la volonté de marcher de toucher à tout, et c’est la période ou nos parents, notre famille s’émerveille et autorise

La douleur de ne pas avoir le droit d’agir ainsi, de parler ainsi (5 à 9 ans).

C’est la période où on entend : « tu te tais et tu fais ce que je te dis », « si cela ne te plait pas, je m’en fous tu le fais un point c’est tout »

La période des crises, des révoltes (10 à 15/16 ans)

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



C'est la période du collège, on se sent plus grand, on essaye de s'affirmer et là, on a droit à des critiques, des moqueries, des « non met pour qui te prend tu » ou encore « tu es ici chez moi et tu feras comme moi je te dis de faire », « tu as vue à quoi tu ressembles, fait toi petite et fait toi oublié »

Et enfin, afin de réduire la douleur, l'enfant se résigne et fini par se créer une nouvelle personnalité pour devenir ce que les autres veulent qu'il devienne.

Adulte certaine personne reste dans la phase 3 et sont continuellement en réaction, en colère ou en situation de crise constante

C'est aussi durant la 3ème et la 4ème phase que nous nous créons des masques (personnalité) qui servent à nous protéger des souffrances vécues de la 2ème phase.

Ses masques, ou plutôt ses blessures sont au nombre de 5 et correspondent aux 5 grande blessures de base vécues par l'humain.



TRAHISON – REJET – ABANDON – HUMILIATION – INJUSTICE

Ses blessures, ses masques, sont créée en fonction du degré de la blessure subit. Un masque représente un type de personne avec un caractère, une attitude, un comportement, qui lui est propre.

Plus la blessure est importante, plus tu en souffriras souvent, ce qui t'obligera à porter ton masque plus souvent.

Nous portons un masque lorsque nous voulons nous protéger.

Exemple : on disait de moi au 1er regard que je faisais peur, que j'étais froide, que je faisais peur et ce sans avoir seulement discuté avec moi. Puis lorsque les gens prenaient le temps décharger quelques mots avec moi, elles se rendaient vite compte qu'en fait j'étais tout l'inverse.

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



Je me souviens d'une amie qui un jour m'a dit :

La 1^{er} fois que je t'ai vue, je me suis dit « houlà, elle a pas l'air commode celle-là » et aujourd'hui je lui dit merci, car grâce à elle j'ai pu avancer et corriger cette apparence.

J'ai encore du chemin à faire, mais chaque jour, je me permets d'évoluer.

J'ai vécu la blessure de **L'INJUSTICE, DU REJET ET DE LA TRAHISON**, pour me protéger je portais le masque d'une personne **RIGIDE – FROIDE - MECHANTE**



Quel masque portes tu ?

Bien souvent une blessure correspond à un masque une carapace qu'on se forge, ce qui fait ressortir un type de personnalité que les autres voient de nous mais qui ne nous correspond pas

BLESSURES

REJET : ----- personne fuyante

ABONDON : ----- personne dépendante

HUMILIATION : ----- personne masochiste

TRAHISON : ----- personne contrôlante

INJUSTICE : ----- personne rigide

Ce ne sont que des exemples mais qui correspondent généralement à la manière dont les autres nous voient suivant le type de blessures que l'on porte en soi.

Fabienne Logez
Conférencière
Magnétiseuse

06 22 27 40 96

evasiondouceur@orange.fr

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



Posez des questions à votre entourage, essayez de savoir comment il vous voit, ou comment ils vous ont vu la 1ère fois que vous les avez rencontrés.

Fait ce test qui est révélateur et qui te permettra de corriger ta personnalité et de faire ressortir ton vrai **toi**

Bientôt je vais organiser un webinaire sur ce sujet

Si ça t'intéresse inscris toi et je t'enverrais une invitation

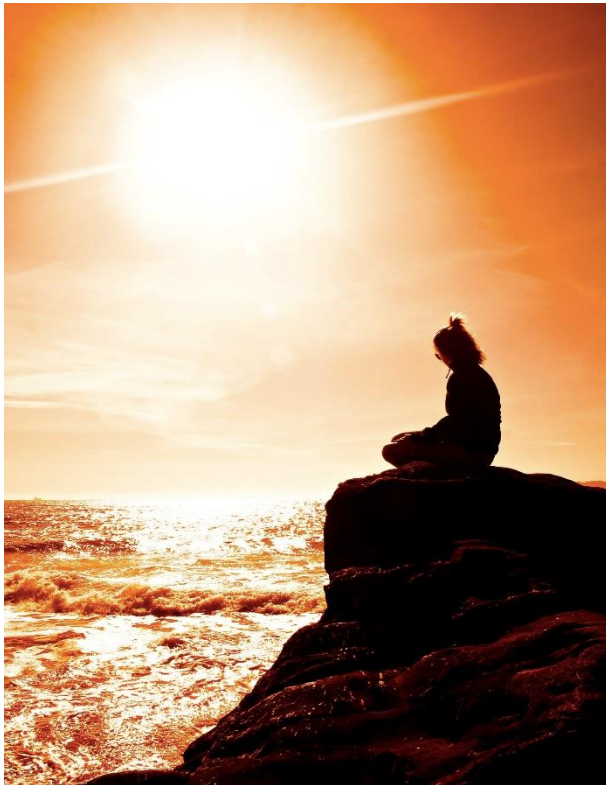
Avec mon aide, tu vas pouvoir enfin briller et faire ressortir le meilleur de toi.

Chaque personne est unique, alors permet toi d'être la personne que tu souhaites être.

Deviens cette personne lumineuse, bienveillante, joyeuse qui sommeille en toi.

Fabienne Logez

J'aide les personnes qui ne se sont pas senties aimées à prendre leur vie en main, en recevant toute la douceur et la tendresse qu'elle mérite, pour prendre leur place dans la société



Tu deviendras une personne confiante avec une plus grande authenticité et tu pourras t'exprimer plus facilement avec ton entourage

Fabienne Logez

*J'aide les personnes qui ne se sont pas
senties aimées à prendre leur vie en main,
en recevant toute la douceur et la tendresse
qu'elle mérite, pour prendre leur place dans
la société*

