



# **Se libérer du Karma par la guérison de l'enfant intérieur**

***Du même auteur :***

***Guide pratique des sept chakras  
« Réussir sa vie grâce à sa structure  
énergétique »***

***12 clés de Lumière pour l'Ascension***

\*\*\*\*\*

***Série de livrets « Pratiques de Vie »***

- ***Vivre au quotidien dans la conscience  
christique***
- ***La numérologie vibratoire***

# **Se libérer du Karma par la guérison de l'enfant intérieur**

**Par Sophie RIEHL**

Relecture et révision : Sarah DUPUY

Conception de la couverture : Sophie ROUSSEAU

ISBN : 979-10-359-2969-5

Achevé d'imprimer en France

Dépôt légal : dernier trimestre 2020

© Copyright 2020 - Tous droits réservés -  
Sophie RIEHL

[www.sophieriehl.com](http://www.sophieriehl.com)  
[contact@sophieriehl.com](mailto:contact@sophieriehl.com)

« Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que se soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayant cause, est illicite et constitue une contrefaçon, aux termes des articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. »

## Table des matières

<b>Avertissement .....</b>	<b>10</b>
<b>Préface.....</b>	<b>13</b>
<b>Introduction.....</b>	<b>16</b>
<b>Comprendre le voyage de l'âme .....</b>	<b>19</b>
<b>Le monde de l'enfant intérieur .....</b>	<b>37</b>
<b>L'enfant intérieur et l'univers parental .....</b>	<b>55</b>
<b>La créativité et la clairvoyance .....</b>	<b>95</b>
<b>La confiance en soi et l'expression personnelle .....</b>	<b>119</b>
<b>Vivre dans le Cœur sacré .....</b>	<b>139</b>
<b>La liberté d'Être.....</b>	<b>168</b>
<b>Témoignages.....</b>	<b>184</b>
<b>Conclusion.....</b>	<b>234</b>
<b>Annexes.....</b>	<b>238</b>
<b>A propos de l'auteure .....</b>	<b>244</b>



***« La véritable guérison est la  
reconnexion avec notre identité divine »***

***« Nous créons notre propre chance »***



## **Avertissement**

Ce livre s'adresse à toute personne désirant faire un travail de libération émotionnelle et d'évolution personnelle. Il ne remplace en aucun cas un traitement médical de quelque nature que ce soit.

Cet ouvrage ne convient pas aux personnes très fragiles émotionnellement, souffrant de troubles psychologiques ou relevant du domaine psychiatrique.

En cas de profonds traumatismes, il est conseillé l'accompagnement bienveillant d'un thérapeute travaillant l'énergétique et les états de conscience modifiés.

Toutefois, du moment que vous êtes sincère dans votre démarche de libération intérieure, une souffrance émotionnelle n'est pas une maladie ou quelque chose de honteux. C'est l'expression d'une douleur qui demande à être transmutée et cela peut se faire avec simplicité. Faites-vous confiance dans le processus, ce livre est totalement adapté à votre cas et il agit de façon libératoire. Il est en effet vibratoire, c'est-à-dire que les mots ne s'adressent pas à votre mental mais à vos cellules. Vous désirez uniquement une connaissance intellectuelle ? Vous ne comprendrez pas cet ouvrage, vous pouvez le reposer.

Il est conseillé de lire tranquillement chaque chapitre pour bien vous en imprégner et d'aller lentement. Si vous sentez que vous êtes rempli, faites une pause. Il continue d'agir énergétiquement, de s'infuser en vous. C'est un catalyseur qui libère des émotions refoulées (dans ce que vous pouvez vivre, toujours de façon juste) et amène vers des prise de conscience épanouissantes et de nouvelles croyances inspirantes. Vous pouvez demander à votre Présence Je Suis que le processus se fasse en douceur. La souffrance n'est pas un signe d'évolution spirituelle, il est temps de lâcher cette croyance limitante et de choisir d'apprendre par la Sagesse, avec l'accompagnement bienveillant de la Source. Il se peut que votre libération s'exprime à travers des rêves. Cela va aussi affiner votre sensibilité et renforcer votre structure énergétique. Accueillez les changements avec tendresse et confiance, ils sont le signe que vous bougez intérieurement et que vous transformez votre réalité.

Le but est de vous amener dans votre réalisation en cessant de subir votre passé et votre histoire. C'est une renaissance des multi dimensions de votre Être, de votre véritable nature divine qui demande à s'exprimer dans l'incarnation. Vous pouvez cesser de croire que vous êtes de simples humains vivant de temps en temps des expériences spirituelles ou mystiques pour embrasser la vérité : vous êtes le divin en voyage dans les mondes en évolution et avec le support de votre âme, vous enrichissez l'Univers de votre expression unique.

Sentez-vous prêts à redevenir votre propre sauveur, votre propre Lumière.

# Préface

## ***Ma rencontre avec Sophie Riehl...***

*Une pierre en cristal rose trône sur son bureau.*

*Une petite bougie allumée se consume sur une étagère.*

*Je suis accueilli aujourd'hui par Sophie. Elle me regarde avec douceur. Je ressens sa bienveillance et une belle maturité intérieure.*

*La pièce n'est pas très grande, un bureau, une étagère, une table de massage, deux ou trois posters sont affichés au mur...  
Je me sens bien ici.*

*Après mes diverses consultations chez des thérapeutes de tout poil, je déroule aisément l'objet de ma venue, avec le souci du détail. On repart donc pour un tour : ma vessie, les démangeaisons dans le corps, mes pertes d'équilibre, ma peur d'acheter une maison, mes phobies en voiture...*

*Silence...*

*Elle m'observe sereinement avec grande attention.*

*Elle prend son temps. Je vois bien qu'elle regarde les contours de mon corps, elle pose son regard dans le mien, et commence à parler :*

*« Jacky, tout ce qui vous arrive est normal...Vous faites l'expérience de l'Ascension. La planète terre, Gaïa, monte en vibration et nous les êtres humains, montons en vibration avec elle. Nous sommes des êtres vibratoires. Notre vie sur terre vibre en troisième dimension et nous ascensionnons graduellement vers la cinquième dimension. Le calendrier inca nous avait informés de la fin du monde en 2012. Il s'agissait en fait de la fin d' UN monde, d'une apocalypse programmée, non pas dans le sens d'une destruction, mais plutôt dans le sens de l'arrivée d'une nouvelle vérité, dans les consciences. »*

*Nous nous éveillons les uns après les autres, à de nouveaux plans de conscience....Vous avez les symptômes liés à votre éveil spirituel. Les points de démangeaison sur votre corps : vessie, plexus, thyroïde, front, sont liés à vos chakras qui se réveillent et s'ouvrent. Les petites roues d'énergie, les chakras, se manifestent en vous.*

*Vous n'êtes pas un être humain qui fait l'expérience de la spiritualité, vous êtes un être spirituel, une parcelle de dieu, qui fait l'expérience de son incarnation en être humain... Il s'agit d'un éveil spirituel ! »*

*Un ange passe.*

*Ce n'est pas un ange habituel. Je ne parle pas du petit angelot tout potelé et discret, qui repart comme il était venu, après deux ou trois petites notes frappées sur sa lyre. Non...*

*Il est gigantesque l'ange. Il pose ses mains énormes sur mes épaules et des frissons m'irradient tout le corps... de la fine couche de l'épiderme jusqu'à la moelle de mes os. Dans mon dos, irradie une puissance extraordinaire d'amour, avec de grandes ailes lumineuses qui se déploient à droite et à gauche, derrière moi.*

*Sophie me propose ensuite de soulager mon enfant intérieur. Je ne sais pas ce qu'elle entend par là, mais je suis prêt à tout ce qu'elle veut. Elle m'invite à venir m'allonger sur la table de massage. Je m'y installe..."*

***Extrait du livre l'Invisible Alchimie Intérieure / Opus 1***

Je me souviens de la rencontre avec mon enfant intérieur comme si c'était hier. Sophie m'a ouvert la porte vers mon intériorité.

Cette expérience a littéralement transformé ma vie. J'ai une gratitude infinie pour cette merveilleuse rencontre d'âmes.

**Jacky Le Faucheur / Auteur des livres « l'alchimie intérieure » et « Guidance du cœur ».**

<https://www.jackylefaucheur.com/>

## Introduction

Après plus de quinze ans de pratique dans l'accompagnement à la guérison de l'enfant intérieur, j'ai ressenti le besoin d'écrire ce livre afin de partager cette connaissance très importante pour la réalisation de Soi.

Guérir son enfant intérieur est la base de la guérison de l'Être, elle passe en premier et elle permet de passer ensuite à la guérison de l'âme. C'est un outil concret qui permet d'accéder à la reprogrammation cellulaire et ainsi de pouvoir transformer notre vie.

Les bénéfices sont innombrables. Nous soignons notre passé pour ne plus rejouer les histoires des autres, nous retrouvons notre pouvoir personnel dans cette volonté d'exister pour nous, nous installons la Paix de façon durable... Cela nous permet aussi d'atteindre la Liberté d'Être par la libération du Karma. Cette notion est souvent mal comprise car nous la vivons comme une fatalité, ce qui n'est absolument pas le cas. C'est la loi de cause à effet, dans l'énergie.

Il est temps aujourd'hui de retrouver toutes nos responsabilités en ressentant que nous créons une partie de notre vie depuis

notre inconscient et que nous ne le faisons pas exprès. Comprendre le processus est le début de la libération mais celle-ci ne peut être effective que si nous guérissons les émotions reliées aux mémoires du passé.

Vous trouverez dans cet ouvrage très complet de nombreuses réponses aux questions que vous pouvez vous poser sur la guérison de l'enfant intérieur. C'est aussi un livre pratique qui vous permet de travailler sur vous pour devenir votre propre sauveur. Cela ne s'adresse pas à votre mental mais à l'ensemble de votre être, il est chargé énergétiquement. Il s'adresse à vos cellules par résonnance vibratoire. Laissez-vous porter par les mots et les concepts décrits.

C'est un travail intérieur de libération émotionnelle qui demande bien sûr votre engagement, votre participation active pour sortir du passé souffrant, retrouver vos dons et vos qualités uniques. Vous ne regretterez pas cette implication car vous ressentirez que vous redevenez progressivement le créateur conscient de votre vie, le maître de vos décisions.

Ce livre représente ma vérité, acquise au fil de mes expériences et par ma guidance intérieure. Celle-ci n'est pas unique, restez le décisionnaire de votre vie en écoutant toujours si mes propos résonnent avec votre propre vérité et en étant dans le discernement. Retrouvez simplement le chemin de l'amour de vous et de Toute Vie.

## **Conseil pratique**

Je vous recommande avant de commencer votre travail intérieur une visite de mon site : [www.sophieriehl.com](http://www.sophieriehl.com) ainsi que des annexes, après la conclusion. Vous pourrez ainsi vous familiariser avec des outils complémentaires à cette guérison énergétique : méditations guidées, ateliers de libération énergétique, conférences...

Et vous trouverez dans la première annexe le lien de téléchargement pour les méditations guidées offertes pour travailler en audio de façon complémentaire avec le livre.

Vous pouvez aussi enrichir de vos témoignages la pratique des futurs lecteurs. Faites part de votre expérience dans les témoignages du livre, dans la boutique du site, ou envoyez-moi celui-ci par mail.

# **CHAPITRE UN**

## **Comprendre le voyage de l'âme**

### **Où se situe l'âme ?**

Lorsque que nous venons au monde, même si nous ouvrons une nouvelle page de notre livre de Vie, nous ne sommes pas neutres, totalement innocents ou vierges de toute expérience. Nous faisons l'expérience d'une incarnation (être dans une forme physique) parmi d'autres.

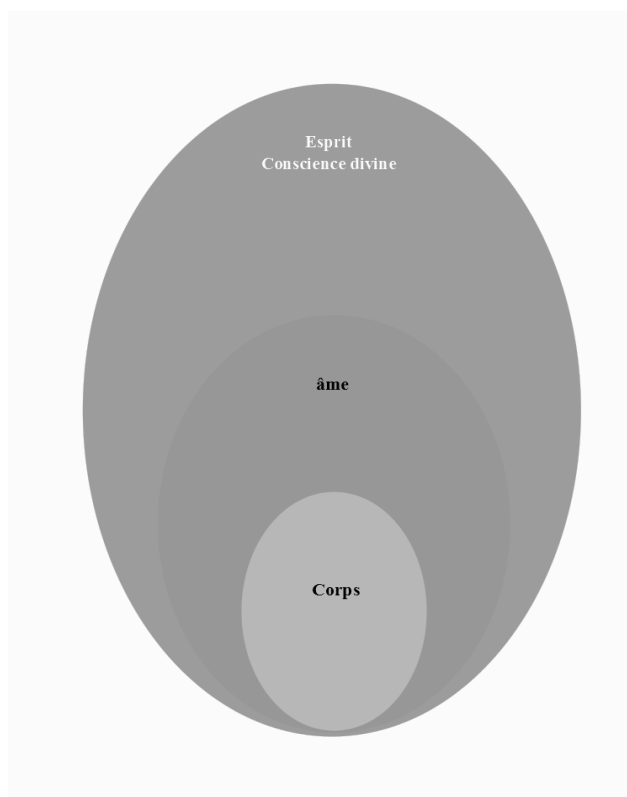
Mais nous sommes des émanations de la Source (de la Vie, du Divin, laissez le mot juste résonner en vous). A l'origine, nous sommes issus du Feu de la Conscience. Nous devenons une conscience individualisée qui va voyager dans les différentes dimensions, dans les mondes en évolution, à partir de la Création Unique : l'Amour.

Pour vibrer cet Amour sous ses différents aspects nous prenons une première forme et notre voyage galactique commence. Quel

que soit notre forme, la dimension que nous expérimentons, nous restons avant tout **des enfants de la Vie**.

Cette Vie en nous est notre Essence/Ciel, Elle est inaltérable, immuable, éternelle. C'est le Feu de l'Amour Céleste. Ce trésor que nous avons cru pendant des millénaires à l'extérieur de nous se révèle à nouveau, en ces temps d'Ascension. Nous sommes dans notre appel intérieur, dans le réveil de notre divinité intérieure, notre identité primordiale.

Alors, dans ce voyage de la Conscience, à un moment donné nous avons créé une âme, qui est l'intermédiaire entre notre Divinité et notre corps d'incarnation.



Nous pouvons donc dire que l'âme représente une immense base de données, notre parcours, nos incarnations dans les différents mondes de cette galaxie. Nous ne parlerons pas ici des vies galactiques ; il s'agit de savoir qu'elles font partie de notre mémoire d'âme. Commençons par intégrer notre parcours d'âme sur cette planète. Rappelons-nous simplement la vastitude de la Vie qui s'est expansé bien au-delà de nos connaissances intellectuelles, culturelles et scientifiques.

Et cela fait partie du bon sens. Nos scientifiques « officiels » nous montrent qu'il existe des milliards de monde, et un seul serait habité ?...

Tout est Vie dans la galaxie, il existe de nombreuses merveilles, sur d'autres plans d'existence. Vous savez que nous ne pouvons pas tout appréhender avec nos sens extérieurs, ceux-ci sont bien trop limités. C'est en ouvrant notre cœur, en utilisant nos perceptions intérieures que nous pouvons nous connecter à une réalité beaucoup plus vaste.

## **Un peu d'histoire**

Ainsi, en ce moment, dans ce voyage de la Conscience, avec le support de notre âme, nous vivons l'expérience d'une incarnation dans une forme humaine, dans une certaine dimension. Il n'est plus juste aujourd'hui de dire que nous vivons en troisième dimension. Nous sommes en train de nous

en affranchir pour aller vers la cinquième dimension, la première étape vers le retour à l'unité, les plans éthériques. Nous sommes donc dans un palier, une quatrième dimension provisoire où les voiles séparant les différentes réalités s'affinent, où l'humanité se dirige vers un nouvel âge d'or.

C'est une évolution naturelle, la Vie étant faite de cycles. Vous pouvez le sentir au plus profond de vous, vous perdez vos anciens repères, des choses auxquelles vous croyiez auparavant n'ont plus de sens aujourd'hui. Vos centres d'intérêt changent et surtout, puisque vous lisez ce livre, vous êtes dans votre appel intérieur : vous souhaitez vous réaliser et connaître le bonheur sur tous les plans, dépasser les limites de la dualité pour retrouver la paix véritable. Et cela est tout à fait normal. Nous sommes des enfants de la Vie, nous aspirons naturellement à cette Joie, cette Paix....

Cela fait des millénaires que notre âme s'est trouvée enfermée sur cette planète, en esclavage pour d'autres races des forces involutives de la Vie. Je ne vais pas entrer dans le détail de tout cela, car ce n'est pas non plus le sujet de ce livre. J'en parle car il faut prendre notre histoire de façon beaucoup plus vaste que la transmission officielle. Vous le savez tous, nous sommes manipulés par ces forces involutives, gouvernés par quelques êtres qui ne recherchent que le pouvoir personnel et la domination. Ces temps touchent à leur fin, avec l'arrivée de ce nouvel âge d'or.

Tout ce qui n'est pas basé sur l'Amour de Soi, sur le respect de l'être est en train de s'effondrer. Il vous suffit de regarder autour de vous pour vous en rendre compte.

La planète se libère de ce joug, nous vivons de profonds bouleversements grâce à la Nature qui purifie ce monde. Ces changements se vivent aussi intérieurement, c'est pour cela que beaucoup vivent de grands inconforts et insécurités.

Dans ce nouveau monde vibratoire qui se crée, notre repère affectif ne peut plus être à l'extérieur de nous (notre famille, notre travail, nos conditions de vie). Nous devons vivre ce retour à la reconnaissance de notre intérieur, à ces vérités inaltérables :

- Nous sommes des êtres d'Esprit (spirituels) et nous faisons une expérience humaine (parmi d'autres).
- Nous sommes la Conscience et non l'expérience.
- Nous sommes des êtres d'énergies dans une forme physique.

Nous sommes donc des voyageurs galactiques et aujourd'hui, dans ce retour à la Conscience et à l'Unité, il est primordial de sortir des identifications erronées, d'épurer tout ce qui n'est pas nous. Et cela commence par la guérison de l'enfant intérieur pour ensuite accéder aux données de notre âme.

Comme je le disais précédemment, pour reprendre le cours de notre histoire, notre âme a vécu de multiples incarnations sur cette planète. Celle-ci était emprisonnée dans un immense filet

magnétique par certaines civilisations involutives, maintenant nos âmes sur un plan intermédiaire, nous coupant de notre voyage galactique et de la véritable Lumière de Vie.

Ce filet a été retiré fin 2012 (cette fameuse fin du monde) par les êtres œuvrant pour le plus grand bien de tous dans la confédération galactique. Depuis nous pouvons à nouveau recevoir la Lumière du grand Soleil Central, l'énergie du véritable Amour créateur, qui avait été détourné.

Cela a déclenché le processus de l'Ascension collective avec une massive ouverture de conscience. Peut-être faites-vous partie de ces êtres qui viennent de s'éveiller ? Peut-être étiez-vous conscient de tout cela depuis longtemps, tout en le subissant ?

Peu importe, l'essentiel est notre retour à la Vie, la Joie, le Bonheur et la Liberté.

Vous comprenez que nous avons été conditionnés depuis des millénaires, nous avons vécu dans une réalité falsifiée. C'est cet ancien monde, basé sur l'ignorance et la manipulation, qui s'effondre maintenant. Nous retrouvons progressivement les valeurs de l'Être et notre véritable place dans la hiérarchie galactique.

Pour évoluer dans ce changement de dimension, dans cette libération, nous devons nous impliquer dans le processus. Si nous le regardons de l'extérieur, passivement, notre vie ne changera pas. Nous resterons dans nos souffrances, dans le

refus de l'évolution, dans un scénario vide de sens. Notre âme, si elle refuse le changement, sera appelée à poursuivre son chemin vers d'autres mondes continuant de jeu de rôle de la dualité et de la séparation.

C'est donc le moment parfait pour investir sur Soi, pour nous impliquer dans la guérison de l'être, retrouver notre véritable identité et notre place légitime dans cette galaxie.

## **L'âme et l'incarnation**

Ainsi, sur cette planète, nous avons expérimenté plusieurs cycles d'incarnations, déconnectés de la véritable Lumière de Vie, dans l'oubli de nos origines et de notre nature divine. L'âme s'est incarnée dans un corps à de multiples reprises, le quittant à la fin de la vie physique. En quittant le corps, nous allions sur un plan intermédiaire de la Vie, restant emprisonnés dans ce filet, jouant ainsi toute sorte de rôles déviants. L'âme, qui je vous le rappelle peut être considérée comme une base de données, a stocké toutes ces expériences. Au-delà de cette manipulation et de cet enfermement, il y a aussi de bonnes choses : tout ce que nous avons appris, les compétences, les compréhensions qui se transforment progressivement, par l'intégration des expériences et des apprentissages, en dons, talents et sagesse.