

Les constellations familiales pour les nuls

Auteur : Victoria B. Lohay
Co-auteur : Jean-Marie Ressuche

Covers : KDP Bank images
Logo Ratu Lali : © Victoria B. Lohay
Copyright : Victoria B. Lohay, Jean-Marie Ressuche,
Editions Ratu Lali
Tous droits réservés

Les constellations familiales pour les nuls

Auteur : Victoria B. Lohay
Co-auteur : Jean-Marie Ressuche

Maison d'Éditions : Editions Ratu Lali
Email : editions.ratulali@gmail.com
Chemin de Xhurdebise 6, 4960 Malmedy, Belgique
Téléphone et Whatsapp : +32 470 688 302



ISBN : 978-2-931195-09-3
EAN : 9782931195093
Date de dépôt D/2025/15409/01
Nos livres sont référencés par la Banque du Livre en Belgique.

DÉDICACE

A toutes les familles dans le monde.
Que leurs membres s'aiment et ne forment qu'un coeur.

TABLE DES MATIÈRES

1	Epigénétique	Pg n°1
2	Conscience quantique	Pg n°31
3	Constellations systémiques	Pg n°41
4	Constellations familiales	Pg n°49
5	Lien entre épigénétique, physique quantique et constellations familiales	Pg n°53
6	De manière plus pratique	Pg n°57
7	Auteurs	Pg n°63
8	Références	Pg n° 67
9	Sources	Pg n° 71
	Déjà parus	Pg n° 73
	Protection de la nature	Pg n° 75

1 EPIGENETIQUE

L'ADN signifie Acide DésoxyriboNucléique. Il constitue la molécule qui supporte l'information génétique héréditaire.



Chacune de nos cellules contient l'ensemble de notre patrimoine génétique : 46 chromosomes hérités de nos parents sur lesquels on compte environ 25 000 gènes.

« Mais si toutes nos cellules contiennent la même information, elles n'en font pas toutes le même usage : une cellule de la peau ne ressemble en rien à une cellule du cerveau (neurone, une cellule du foie n'a pas les mêmes fonctions qu'une cellule du cœur. De même, deux jumeaux qui partagent le même génome ne sont jamais parfaitement identiques ! Dans ces exemples et dans bien d'autres, la clé du mystère se nomme « épigénétique ». (Déborah Bourc'his, unité Inserm 934/CNRS UMR 3215/Université Pierre et Marie Curie, Institut Curie, Paris).

Un chromosome est un élément microscopique constitué de protéines et d'une molécule d'ADN. Le chromosome porte les gènes. Les gènes sont des supports de l'information transmis lors des divisions cellulaires.

La génétique est l'étude des gènes. L'épigénétique étudie une couche d'informations complémentaire qui définit comment ces gènes vont être utilisés ou pas par une cellule.

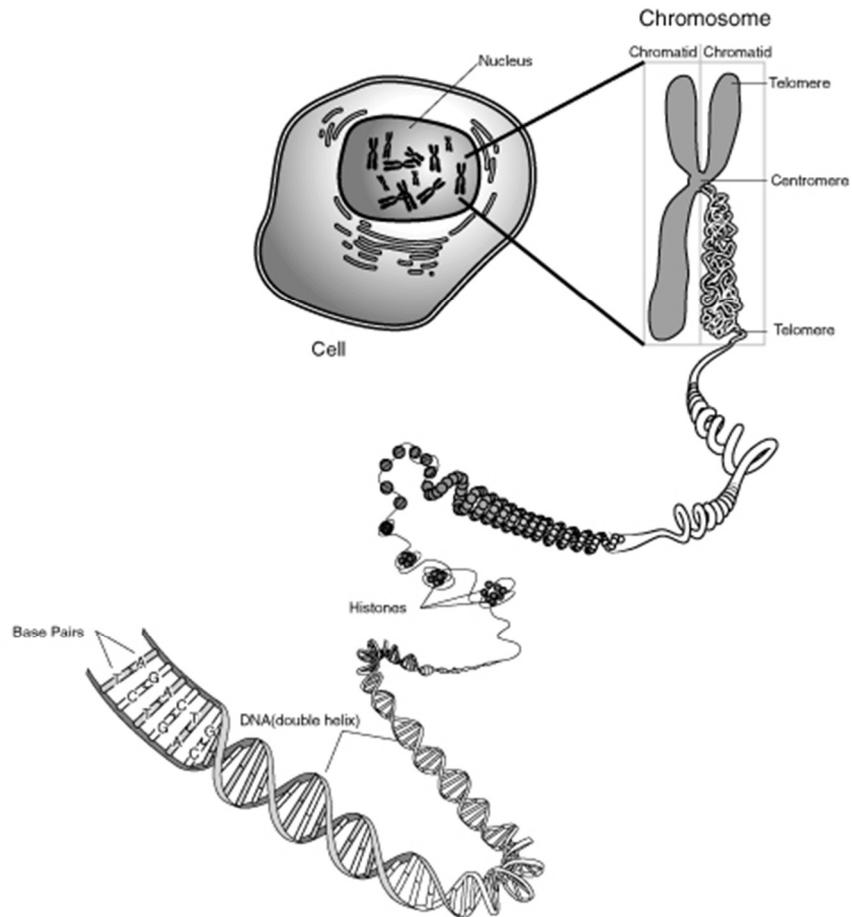
Exprimé plus simplement : l'épigénétique correspond à l'étude des changements dans l'activité des gènes (n'impliquant pas de modification de la séquence d'ADN) qui peuvent être transmis lors des divisions cellulaires.

Le but de l'ADN est de modifier la façon dont les gènes sont exprimés dans l'organisme.

Ils semblent exister d'autres mécanismes de modification des gènes que la science ne peut encore décrire.

Les modifications épigénétiques sont **réversibles**.

Voici comment est construit un chromosome. L'ADN (en anglais DNA) fait partie des chromosomes, qui eux-mêmes font partie des cellules.



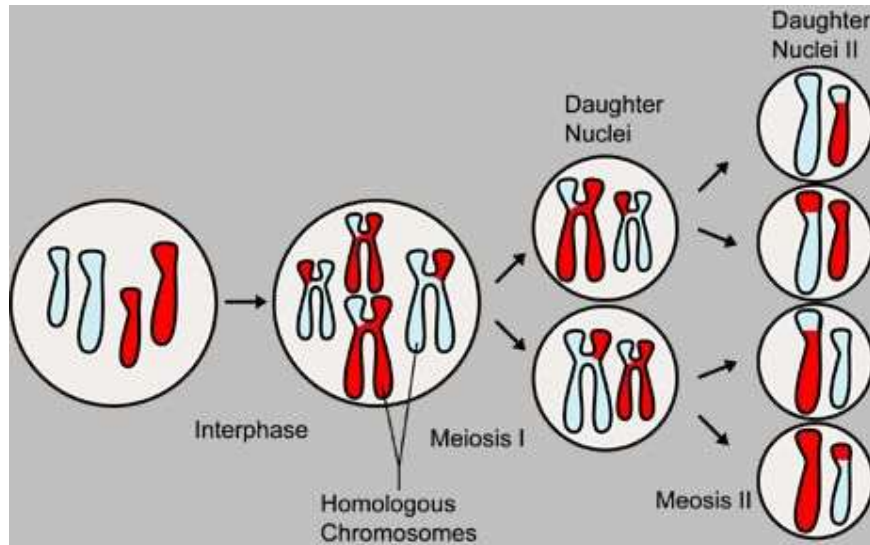
Dis de manière plus amusante, si on considère que le chromosome est un un compact disc, et, que chaque gène est une piste imprimée sur ce cd, les modifications épigénétiques

sont des post-its repositionnables qui vont cacher ou faire apparaître certaines pistes, les rendant ainsi illisibles ou lisibles.

L'épigénétique, c'est l'étude du système de post-its, de signets, de couleurs qui dit : "Lis cette piste maintenant", ou au contraire : "Ignore cette piste".

Les marques épigénétiques ou les « post-its » sont transmissibles au cours des divisions cellulaires.

Ce phénomène de division de cellules est important durant la division cellulaire de l'ovule fécondée, et, même durant la construction de l'embryon. Au départ, les cellules de l'embryon sont toutes identiques, puis elles vont recevoir des signaux bien organisés les amenant à activer ou pas certains de leurs gènes pour se différencier en lignées cellulaires et construire l'organisme. Les marques épigénétiques (les post-its) mises en place vont se transmettre au cours des divisions cellulaires pour qu'une cellule, par exemple, d'estomac reste une cellule d'estomac, mais aussi pour qu'un événement imprimé dans un gène soit transmis ou pas.



La transmission intergénérationnelle est bien documentée chez les plantes.

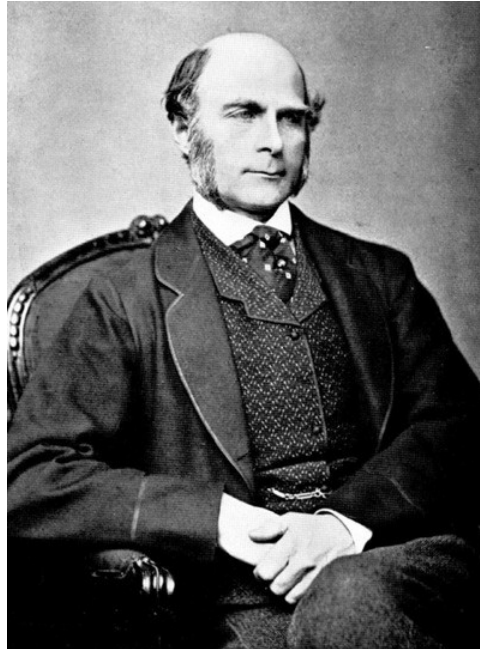
Chez les mammifères, une étude finlandaise vient de documenter la transmission intergénérationnelle chez les êtres de sexe masculin par les spermatozoïdes.

Les recherches scientifiques découvrent que l'épigénétique joue un rôle dans le développement de la progression de maladies complexes et multifactorielles comme les maladies neurodégénératives, métaboliques et chroniques. Alzheimer, Parkinson, Huntington, diabète, obésité, par exemple.

Les recherches scientifiques actuelles montrent que les gènes et leur expression sont influencés par l'environnement et les événements de la vie, et, influencent le développement et le comportement des êtres dont une certaine sensibilité au stress.

Epigénétique et transmission transgénérationnelle

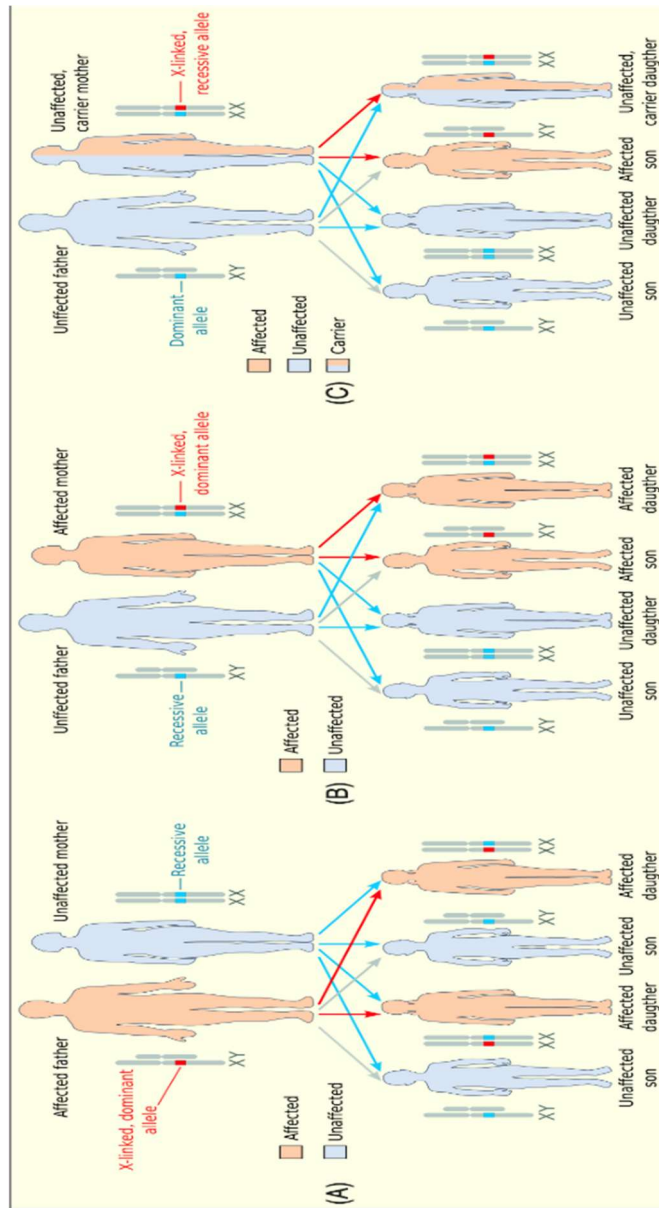
Francis Galton (1822 – 1911),



Enfant prodige, inventeur, météorologue, écrivain, proto-généticien, psychométricien et statisticien britannique fut le cousin de Charles Darwin. Il a contribué à la théorie de l'évolution, à la psychologie différentielle, à la biométrie, par exemple. Il mit en place de façon systématique la méthode d'identification des individus au moyen de leurs empreintes digitales.

Les études de Francis Galton portent, entre autres, sur la transmission des caractères héréditaires chez l'humain. Il

découvre que le développement d'un être est influencé par le code génétique d'un individu et par ses expériences.



Créez votre arbre généalogique



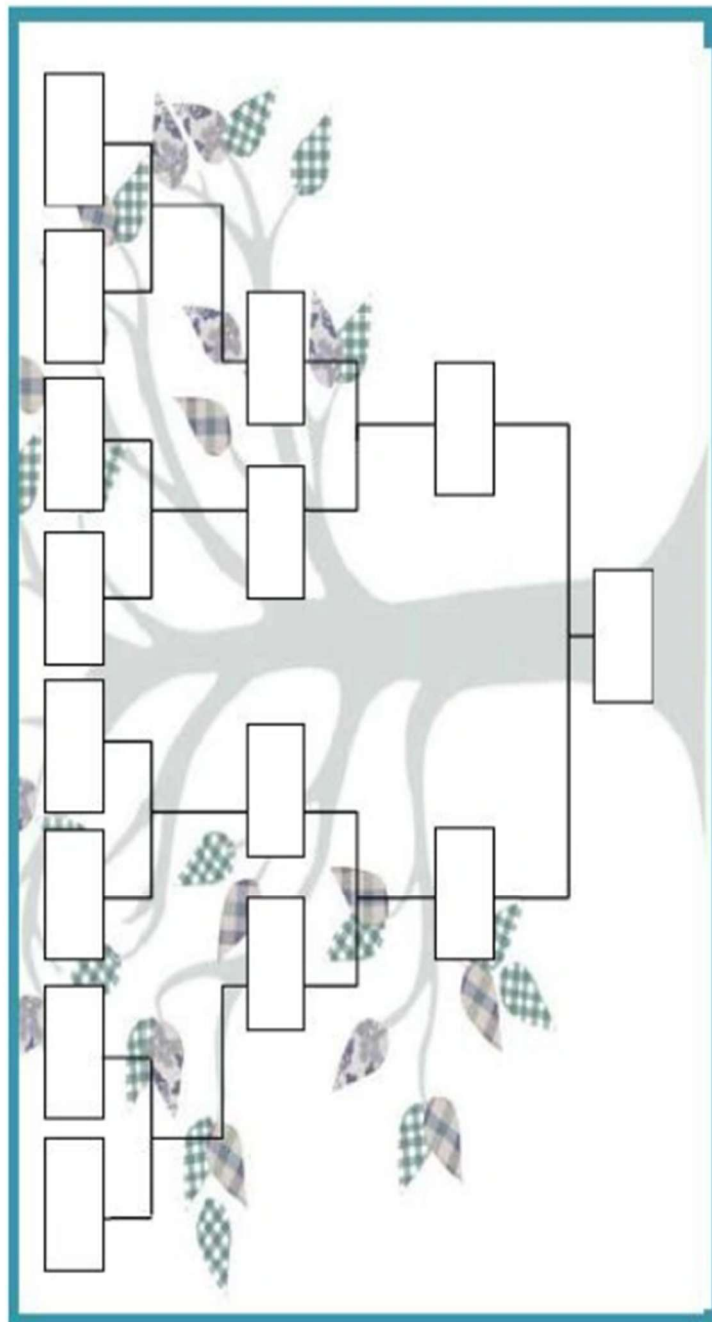
Voici un exemple d'arbre généalogique à remplir.

Le rectangle à la base de l'arbre est la personne à partir de laquelle vous remontez la généalogie vers les aïeux.

Par exemple :

- ⚙ Vous,
- ⚙ Vos parents,
- ⚙ Les parents de chacun de vos parents,
- ⚙ Et ainsi de suite.

Pour être plus complet, vous pouvez noter vos frères et sœurs, vos oncles et tantes et ainsi de suite.



Nous disposons chacun de deux copies de chaque gène. Une copie du génome paternel et une copie du génome maternel.

De nouvelles études finlandaises sur l'humain démontre que les spermatozoïdes transportent les marques épigénétiques (les post-its). Transmises à la génération suivante, ces marques sont alors innées chez les descendants.

Epigénétique et environnement

La capacité de réponse à des stimuli de l'environnement est essentielle à la survie des organismes et se manifeste souvent par des modifications dans la structure et la fonction du système nerveux.

De nombreuses études scientifiques démontrent que des facteurs environnementaux ont des effets épigénétiques. Le type et l'ampleur de l'impact des facteurs épigénétiques environnementaux dépendent non seulement de différences génétiques individuelles, mais également du stade de développement ou de l'âge de l'être auquel ils se produisent.

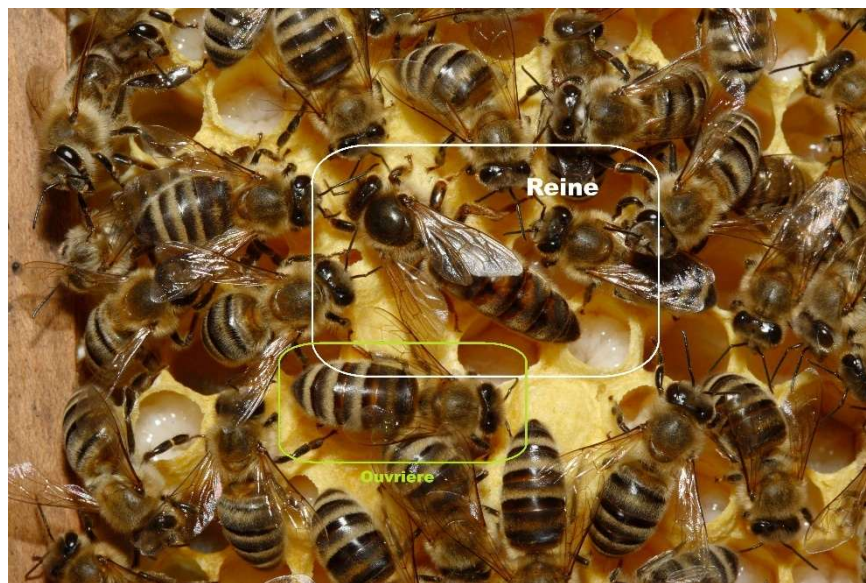
Exemple des abeilles

Dans une ruche se côtoient une reine et des ouvrières. L'ensemble des abeilles sont génétiquement identique. La reine et les ouvrières ont une durée de vie différente et un aspect physique différent.

Les reines vivent deux à trois ans. Les ouvrières vivent trois semaines. Les reines sont plus grandes que les ouvrières.

Elles possèdent des ovaires développés tandis que les ouvrières ont des ovaires qui ne se sont pas développés.

L'explication se trouve dans leur alimentation. Les larves des reines sont nourries à la gelée royale tandis que les larves d'abeilles sont nourries de pollen et du miel. Les abeilles génétiquement identiques à leur naissance acquièrent des caractéristiques totalement différentes sous l'effet de l'alimentation.



Vos exemples :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Exemple de rates

Ian C G Weaver, Professeur en Neuro-Sciences à l'Université Dalhousie au Canada, et, ses collègues démontrent qu'une fois devenue adulte, une rate bien maternée par sa mère soigne mieux ses petits. Ceux-ci possèdent les mêmes marques épigénétiques. Le soin apporté aux petits a un effet

transgénérationnel.



Vos exemples :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cas de la maltraitance durant l'enfance

En 2009, Léonie Segal, professeure d'économie de la santé et de politique sociale au Centre australien pour la Santé de Précision, Université d'Australie du Sud, initiatrice du projet « comprendre le plus finement possible la transmissioin intergénérationnelle de la maltraitance sur les enfants » et, une équipe scientifique multidisciplinaire de sept scientifiques, ont pu montrer des modifications épigénétiques chez des personnes ayant été victimes de maltraitance durant l'enfance.

Vos exemples :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Cas de la dépression

Tim Oberlander, médecin chercheur dont le travail fait le lien entre les neurosciences du développement et la santé communautaire des enfants. Ses travaux et ceux de son équipe ont récemment montré que la dépression et l'anxiété maternelle durant la grossesse avaient le même type d'effet épigénétique chez l'enfant à naître.



Vos exemples :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cas de la peur

Dans une expérience en laboratoire, des chercheurs britanniques ont étudié la manière dont une centaine de

souris réagissent à une menace visuelle répétée. L'ombre d'un oiseau prédateur grandit au-dessus de la tête des souris et imite le piqué de l'oiseau totalement inoffensif, détaille le journal américain. *“Au début, les souris se sont précipitées vers un abri lorsque l'ombre menaçante est apparue, leur réaction instinctive de peur classique s'étant déclenchée. Mais après 30 à 50 simulations de mouvements, les scientifiques ont observé quelque chose : les souris ont [...] appris à réprimer leur instinct.”*

“Nous avons découvert le mécanisme par lequel le cerveau – grâce à l'expérience – peut comprendre quels dangers instinctifs potentiels ne sont en réalité pas un danger”, a déclaré Sara Mederos, neuroscientifique au Sainsbury Wellcome Center de l'University College de Londres, qui a dirigé l'étude scientifique évaluée par des pairs.

Étant donné que les souris et les humains partagent des voies neuronales analogues, cette découverte pourrait, selon les scientifiques, aider la recherche sur les personnes souffrant de troubles liés à la peur, tels que l'anxiété, les phobies, et le trouble de stress post-traumatique.

Vos exemples :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Nous pouvons retenir quelques facteurs influençant le développement physique et mental comme :

⚙ **l' alimentation**



Quelles sont vos habitudes alimentaires :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....