

Cathy est une boule de joie contagieuse. Elle est capable de relever tous ceux qui ont un genou à terre. Mais il a fallu quelques années pour qu'elle découvre et assume ce talent caché derrière ses souffrances assumées.

Pour moi il fut surprenant de voir venir à moi cette femme aux misères comparables aux miennes. Il en va toujours ainsi dans nos tâches : on ne peut transmettre que ce que l'on a expérimenté soi-même. Et la joie de vivre, j'ai dû l'apprendre moi aussi.

Nous avons tant d'heures de vol ensemble, elle et moi, que nous nous sentons avant même que l'autre parle. Nous avons tant de route ensemble que la suite risque d'être surprenante...

Patricia Montaud

De la tueuse de vie... à la Semeuse de pépites de vie !

Préambule

74 ans ont sonné à l'horloge.

Je regarde ma vie et je m'interroge ...

Je m'entends alors fredonner quelques paroles d'un texte chanté par Jean Gabin :

« *Je sais qu'on ne sait jamais ! C'est tout ce que je sais ! Mais ça je le sais !* »

Je me souviens alors de la réponse de ma maman à propos d'une lettre que mon père lui avait envoyée, quelques années après leur divorce, pour lui demander pardon du mal qu'il lui avait fait ...

La réponse de ma maman avait été : « Ah ! Mais moi, j'ai tout oublié !! »

Aujourd'hui, devant l'écriture de ma page de vie, j'ai l'impression que moi aussi j'ai oublié les moments douloureux qui ont jalonné mon existence.

Mon Dieu comme l'oubli est une protection que la vie nous offre devant notre histoire passée : *Moins voir pour Moins souffrir...*

ENTRE LA NAISSANCE ET LA MORT UN ECRAN FAUSSE VOTRE VUE

Entretien 79

Et voilà que l'enseignement spirituel que j'ai reçu, et jusqu'à l'écriture de ma page de vie, m'invitent à l'inverse : « Mieux voir pour Moins souffrir » ... « Mieux voir pour Mieux vivre »

En apparence, tout va bien...

Je me suis mariée le 6 juillet 1990, un an après la naissance de notre fils.

Ma vie de couple me stabilise affectivement et matériellement. Je m'épanouis pleinement à travers mon métier de professeur de danse. Et je me suis enfin décidée à me donner le droit, sans plus attendre, d'avoir un enfant. Le 9 septembre 1989, je donne naissance à un garçon que j'appellerai Victor. Pourquoi ce prénom ? Je voulais que son prénom sonne comme une Victoire. Donner la Vie était pour moi une telle victoire !

J'ai en apparence tout pour être heureuse et pourtant, au fond de mon cœur, il n'en est rien ! Rien ne se passe comme je le voudrais.

Mon accouchement se fera par césarienne. Moment douloureux pour moi qui voulais vivre normalement cet accouchement. Je sens qu'on m'évite un accouchement normal pour ne pas causer du mal à mon bébé, et risquer peut-être de le tuer. Je comprends alors mon besoin de lui donner ce prénom, Victor, comme pour stimuler la Vie en lui.

J'ai un besoin viscéral de lui offrir le meilleur partout !

J'aimerais inscrire Victor dans une école qui utilise la méthode Freinet, un enseignement à la recherche de l'épanouissement de l'enfant dans le respect de sa personne. Donner à mon fils une éducation sans faille.

Mais son père ne partage pas mes choix d'éducation.

Pour lui une scolarité traditionnelle conviendrait très bien. Et pourtant, tout comme moi, lui aussi a mal vécu ses années d'école. Je vais tenir bon : il ira dans une école Freinet ! A partir de là mon mari va se désintéresser totalement de la scolarité de son fils.

En fin de compte, en voulant être une maman parfaite, je deviens une mère stricte, raide, exigeante, et je fais souffrir mon fils.

Un jour pour échapper à mes « foudres », Victor, âgé alors de 6 ans, trouve refuge en haut d'un arbre pour ne plus m'entendre crier sur lui. J'ai vécu ce moment comme un terrible rejet, comme si mon fils voulait m'exclure de sa vie. Je me sentais tellement coupable de lui avoir fait mal que je me suis réfugiée dans une pièce et me suis giflée avec violence pour me punir d'être une si mauvaise mère.

Mais comment est-ce possible de faire le contraire de ce que je voudrais !!!

En tant qu'épouse, je m'éteins. « Tu es grise » me dira mon mari. En effet je n'aime pas mon corps, je cache mes formes, je m'éloigne de lui, trop préoccupée par mes « devoirs de mère ». Notre couple ronronne, les moments d'intimité-plaisir se font rares. J'aimerais tellement être une épouse et une maman... plus aimantes...

J'ai besoin de comprendre mes comportements. J'ai besoin d'aide.

IL ENVOIE LE PÉCHÉ POUR QUE VOS YEUX S'OUVRENT.

Entretien 18 L

1993 - Ma crise de la quarantaine :

C'est alors que je rencontre une femme médecin en formation à la « médecine des actes » une nouvelle médecine dont l'initiateur est un certain Bernard Montaud, fondateur d'Art'as, une école de la vie intérieure.

La voilà, l'école que j'attendais depuis longtemps ; enfin je vais pouvoir avoir des réponses à mes questions sur le sens de ma vie, de La VIE.

Et justement Bernard Montaud vient faire une conférence dans ma région.

Je n'en crois pas mes yeux !

Tout le temps que dure la conférence, je ne peux retenir mes larmes, sans comprendre vraiment ce qui m'arrive.

Moi qui ne lis que très rarement, je me procure « César L'éclaireur » que je lis en une fois, et, là encore, je suis émue aux larmes.

Qu'est ce qui me bouleverse à ce point ?

Dès que Bernard a parlé de l'amour, d'un autre niveau d'amour possible, j'ai senti en moi comme une nostalgie. C'est comme s'il m'ouvrait une porte pour retrouver un amour perdu, ce monde de plénitude, d'amour inconditionnel que nous avons tous du quitter pour naître sur terre.

Je suis alors, depuis 1974 à Béziers, professeur de différentes formes de danse : classique, jazz, danse contemporaine, claquettes. J'ai eu mes heures de gloire avec 150 élèves dans une belle salle de danse de 120 m², dont je suis devenue propriétaire.

La danse, c'est ce qui m'a permis de m'épanouir, c'est le lieu où j'ose être moi, **et où je revis à travers mon corps. Alors dans mes cours j'ai envie de le transmettre.**

Suite à ma rencontre avec Bernard Montaud, tout va aller ensuite très vite ... un groupe Artas « d'assise immobile » vient de se créer à Béziers, et demande à louer ma salle de danse. Trop fort, mon ange, d'être venu me chercher à domicile !

Et en 1993 je m'engage dans l'association Art'as.

Cette décision va transformer TOUTE la suite de ma vie

Dans Art'as, j'apprends que la première personne à découvrir et à aimer, c'est moi même, moi qui voulait changer de peau ! Non ! Non ! il ne s'agit pas de me changer mais de changer le regard que j'ai sur moi. Mais qu'est-ce que c'est difficile ! Qu'est-ce que j'ai du mal à me voir et m'accueillir telle que je suis.

Il me revient un week-end Rencontre avec Bernard Montaud au domaine de Saint-Philippe. Au moment où je vais m'installer dans la chambre qui m'était réservée, je trouve une feuille écrite avec quelques mots d'accueil de Bernard.

Mon Dieu ! Quel soin Bernard a pris pour accueillir ceux qui viennent lui demander de l'aide. Moi, Cathy, celle qui n'a d'importance pour personne, je suis bouleversée de tant de tendresse et de respect pour ma petite personne tellement imparfaite.

C'est peut-être bien ça, ma petitesse !!!!!

« Bernard, j'ai découvert mon petit nom intérieur : je suis sans importance ! » m'écriai-je comme si j'avais trouvé la poule aux œufs d'or !

J'ai reçu en retour un sourire tellement complice de Bernard : ***« ça y est, tu as mis les pieds dans ton monde intérieur ».***

Mais quelle déception d'être encore et encore toujours la même ! Celle qui veut faire du bien et finit par faire du mal.

Alors je m'inscris à des stages de psychanalyse corporelle pour comprendre dans mon passé d'où provient ce comportement-

À travers les découvertes de mes traumatismes de la petite enfance, de l'enfance et de ma naissance, mon corps va me faire des révélations incroyables Quel voyage émerveillant à travers les épisodes de la construction de ma personne vont me faire vivre mes stages de psychanalyse !

Ma famille

Je découvre que la petite mission de mon arrivée sur terre était de réunir mes parents, leur dire ce qu'est l'Amour, celui vécu dans le monde d'où je venais.

Le mariage de mes parents était un mariage de raison dans un milieu catholique pratiquant très strict.

Mon père - futur médecin - il fallait vite le marier, de peur qu'il ne s'égare dans une vie futile, comme son oncle. Mais il finira par chercher à se libérer de ce carcan familial pour avoir une vie de plaisir, délaissant sa place de père et époux.

Ma mère, il fallait la marier à ce beau parti, pour qu'elle n'épouse pas le professeur de gymnastique dont elle était amoureuse. Elle sera une femme de devoir, pour être « bien sous tout rapport ! » cherchant à aider les autres pour se sentir malgré tout vivante.

Quand ma mère se retrouve enceinte, elle est désespérée !

Quelle grosse erreur qu'elle soit tombée enceinte, une faute de parcours ! Je vais être un poids qui l'obligera à rester avec mon père.

Elle tente de me supprimer... en vain.

Ma naissance sera un combat à la vie à la mort avec ma mère. Au moment de ma sortie, ma maman est tellement épuisée qu'elle s'évanouit et reste inerte-

J'ai le sentiment de l'avoir tuée : je suis UNE TUEUSE DE VIE.

Il y a urgence ! Ils l'emmènent au bloc. Je voudrais que mon père reste près de moi mais il est complètement perdu et désorienté !

Dès ma naissance j'ai perdu mon père et ma mère moi qui venait sur terre pour les réunir.

Mon envie de vivre met l'autre en danger !

Pour vivre Il faut que j'enfouisse tout ce que je contiens.

Alors je vais devenir une poupée bien sage, sans consistance, un objet de décoration pour ne plus poser de problèmes.

Je vais perdre toute vie... tout élan de vie...

Et plus tard, enfant, la seule fois où j'ai voulu suivre un élan de plaisir, cela s'est terminé par un véritable cataclysme.

Alors vite, vite, petite Cathy range-toi dans un coin, pour ne jamais plus déranger.

Sauvée par la danse !

Ce plaisir interdit, le plaisir d'exprimer la vie qui est en moi, je vais le redécouvrir dans la danse.

J'ai alors 6 ans, ma maman - qui aurait aimé être professeure de gymnastique - m'inscrit à un cours de « gymnastique harmonique et rythmique : méthode Irène Pop'art ».

Dès mon premier cours, je sens que là je peux être vivante, il n'y a pas de danger, je suis sous le contrôle d'une méthode.

Je vais ainsi me faire remarquer par une grâce toute naturelle et le plaisir que j'ai à retrouver la vie dans mon corps : je suis débordante d'énergie.

Suite à cette expérience, je dis à ma maman : « **Plus tard je serai professeure de danse !** ».

Après mon baccalauréat, je pars pendant 4 ans dans un Centre de Formation à Carcassonne, où diverses formes de danse sont enseignées : danse classique, contemporaine, jazz, claquettes et gymnastique féminine.

À 23 ans, je crée ensuite une école de danse à Béziers. La formation que j'ai reçue dans ce Centre ne me suffit pas et je cherche à voir ce qui se passe ailleurs, je fais plein de stages jusqu'à mieux sentir ce que je veux retransmettre.

Au fil du temps j'oriente mes recherches vers des techniques qui respectent le bien être du corps : Taïchi, Eutonie, Méthode Feldenkrais, la danse libre, la méthode Mézières.

Je veux savoir enseigner à chacun le plaisir d'être bien dans son corps à travers la danse.

Je cherche à aider mes élèves à devenir questionneurs et curieux de leurs difficultés dans l'apprentissage d'une technique. Curieux pressentiment que j'avais déjà à l'époque.

Avec plus d'une centaine d'élèves, je m'éclate à créer chaque fin d'année dans un beau théâtre un spectacle où je peux laisser ma fantaisie et ma créativité s'exprimer. J'ai un vrai plaisir à chercher comment mettre en valeur les plus jeunes, à travers des chorégraphies pleines d'humour, pour faire ressortir le vivant qu'ils contiennent.

Comme elle est normale cette envie de les rendre vivants, moi qui ai toujours peur de « tuer la vie ».

Pour les adolescentes et adultes je recherche comment mettre en valeur la personnalité de chacun, et non pas uniquement chercher à faire une démonstration de leurs performances techniques.

Dans l'école primaire où est mon fils, la directrice, suite à ma proposition, accepte que je fasse une intervention qui deviendra régulière en expression corporelle. Je me souviendrai toujours de ce que j'ai vécu lors de ma première séance.

Dans la salle, que des tables et des chaises, pas d'espace, pas le temps de tout déménager, il y a juste de quoi brancher mon magnétophone pour mettre de la musique. Ce jour-là j'ai été invitée à chercher ce qui restait de possible, et j'ai trouvé toutes formes de jeux corporels à travers ces limites qui m'étaient imposées.

Cette séance m'a appris que je pouvais transmettre à n'importe qui et n'importe où, le plaisir de se découvrir à travers les possibilités infinies du corps.

Mon Engagement spirituel

Mon choix d'engagement dans un chemin spirituel depuis 1993 ***va m'éloigner petit à petit de mon mari qui ne trouve aucun intérêt*** à ces questionnements sur soi-même. Il refuse avec force d'en savoir plus, il ne se sent pas concerné.

Après avoir envisagé une première fois de divorcer, mon mari revient vers moi en me disant qu'il ne voulait pas me quitter. Je suis touchée qu'il se livre ainsi et je lui dis que moi non plus je ne veux pas divorcer, mais j'ai besoin de ce chemin spirituel pour être mieux dans ma peau, j'ai besoin de mieux comprendre mes réactions explosives qui font du mal et me font mal.

Moi qui doute souvent, je suis intimement convaincue de l'importance de ma décision de ne pas quitter ce chemin, sinon le prix à payer sera cher pour nous trois.

Plus tard mon mari, qui à plusieurs reprises ne rentre plus dormir le soir à la maison, m'avoue qu'il a une liaison et décide de divorcer.

Notre divorce sera effectif le 12 août 2003.

Oser dire l'Amour

Mon chemin dans Art'as, va m'appriivoiser pour oser dire l'Amour.

Je n'ai jamais entendu mes parents se dire des mots d'amour. Ma maman disait même qu'il fallait se méfier des « mon chéri, ma chérie ! » et que c'était louche ! Ce n'était pas ça le vrai amour !

Lors d'une soirée d'assise, il nous est proposé d'écrire une lettre d'amour à quelqu'un et de la lui envoyer. Je suis stupéfaite, une lettre d'amour ?! Mais je ne sais pas dire l'amour ! À qui voulez-vous que je l'écrive ?

Soudain il me vient, (*aujourd'hui je dirai mon ange m'a soufflé à l'oreille*) : « *Écris* une lettre d'amour à ton père que tu lui enverras ... »

Je m'étais beaucoup éloignée de mon père pour rester auprès de ma maman qu'il délaissait pour vivre ses envies ailleurs...

Et cette lettre était un vrai dépassement.

Je me suis lancée, et, à mon grand étonnement, *les mots venaient tout seuls*. J'ai laissé parler mon cœur sans retenue, pour lui dire combien je l'aimais malgré les douleurs créées par son absence.

Quelques jours plus tard je reçois... une réponse de mon père au delà de ce tout que je pouvais imaginer.

Sa lettre me révélait à quel point j'étais pour lui « *sa petite princesse ...* » et qu'il n'imaginait pas avoir droit à une telle déclaration d'amour.

Mon rêve : Réunir mon chemin spirituel et ma vie en couple

Lors d'une soirée d'assise, comme dans un rêve, je m'entends dire : « Comme ça doit être bon de vivre en couple avec un homme engagé sur le même chemin spirituel que soi ! »

Mon rêve se réalisera quelques années plus tard...

Plusieurs groupes de l'école Art'as, à la fin de leurs stages, se réunissent pour faire ensemble un repas de fête au restaurant. Et là, je me retrouve à côté de l'homme qui allait me donner tout ce dont je rêvais : être ensemble sur le même chemin pour apprendre à s'aimer et à aimer. *L'amour que j'ai pour cet homme, déterminé à vivre avec moi, me donnera la force de faire un choix très douloureux : me séparer de mon fils qui restera vivre avec son père.*

Que cette douleur ne soit pas vaine ! Et qu'elle me rapproche de mon fils un jour, me suis-je dit !

Et c'est ce qui arriva !

À l'adolescence mon fils me livre sa difficulté à faire son choix d'orientation dans sa sexualité. Il ne veut surtout pas en parler à son père.

Son partage va me permettre de lui dire que si je peux entendre ce genre de confidences, sans aucun jugement, c'est parce que j'ai choisi de me faire accompagner dans mon chemin spirituel pour apprendre à me découvrir et m'accepter telle que je suis et pouvoir écouter comprendre et mieux aimer les autres.

Nous serons tous les deux désormais reliés, complices de ce moment de confiance important où il s'est senti accepté dans son choix d'orientation sexuelle.

Ma Maman aussi s'inquiète de mon choix d'un chemin spirituel, et je n'arrive pas à lui en parler tranquillement. C'est toujours comme ça ! quand je suis mes envies, je finis par faire du mal autour de moi, et je ne l'accepte pas, alors je vis mes envies, coupable, en cachette. Je vais alors chercher à la convaincre que ce que je fais, c'est bien. Ce qui en fin de compte ne fera qu'empirer les choses.

Grâce à mon chemin, je vois que ce n'est qu'une petite maman inquiète pour sa fille, et je vais lui écrire une lettre, à elle aussi, en lui confiant combien ce chemin spirituel m'aide à mieux vivre.

Que c'est bon de changer de monde !

Réconciliation

2005, j'ai 55 ans. Mon deuxième mariage a eu lieu dans une église en présence d'un prêtre ouvrier avec lequel nous avons partagés notre parcours spirituel et nos vœux pour cette cérémonie. J'ai souhaité prendre la parole pour dire devant ma maman et mon fils le sens qu'avait pour moi ce nouveau mariage.

« À 55 ans je choisis de me donner le droit de chercher à bien vivre la suite de ma vie. Je suis désolée que cela crée des douleurs de séparation pour chacun. Mais une nouvelle vie attend chacun de nous pour, pas à pas, nous retrouver autrement dans le respect de nos choix »

Suite à ce partage, mon fils, m'a dit « Maman tu as réussi à me faire pleurer ». Celle qui finit toujours par faire du mal à ceux qu'elle aime était apaisée.

Et j'ai eu envie de faire la paix avec tous ceux que j'avais pu blesser dont mon ex-mari. Je lui ai dit *« que ce qui me restait aujourd'hui de cette partie de ma vie avec lui, c'était un enfant qui nous lierait à jamais ; et je lui ai avoué mes regrets de n'avoir pas su lui dire tranquillement mes difficultés, mes maladroites et mes aspirations. Et que je lui souhaitais le meilleur pour la suite de sa vie »*.

J'ai été touchée qu'il ait pris le soin de me répondre pour me dire tout simplement **MERCI**.

Ma rencontre avec Patricia

Pendant ces années dans Artas, je découvre Patricia Montaud, je suis touchée par sa façon d'aimer le même homme d'un amour affectif en tant qu'épouse et d'un amour spirituel en tant qu'élève. Quelle capacité d'amour et quelle humilité il faut pour être cette femme là. Cette femme simple, joueuse et joyeuse contient ce que j'ai envie de devenir, mais je crains son feu, je vais m'approcher d'elle petit à petit, en faisant des stages de pratique dans l'ordinaire qu'elle animait dans Art'as.

Patricia va m'aider à apprivoiser le plaisir, à avoir des audaces dans ma nouvelle vie amoureuse que je n'aurais jamais eues seule, moi l'handicapée du plaisir.

Elle va me faire découvrir la place du jeu dans une tout autre sexualité, et m'aider à m'épanouir en tant que femme.

2012 - l'AG d'Art'as

Bernard nomme 45 enseignants, dont je fais partie.

Même si je me suis de plus en plus engagée dans des responsabilités avec des mises en jeu croissantes dans son association Art'as, je suis totalement surprise de la place que me

propose Bernard. Mais je suis face à un dilemme : je vais devoir choisir entre Art'as (l'association de Bernard) et AGM (celle de Patricia).

En fait, depuis plusieurs mois, ma décision était prise : je veux que ce soit Patricia qui accompagne la suite de ma vie, et pour cette raison je vais quitter Art'as.

Pas simple de quitter Bernard alors qu'il m'honore en me proposant une place d'enseignante, et puis il m'a tellement aidée plusieurs fois à faire des choix déterminants pour réussir ma vie...

C'est incroyable ! Il se rejoue la même histoire que dans mon enfance, c'est pour cela que j'ai du mal à annoncer ma décision !

Il est difficile pour moi de choisir entre mon père et ma mère « spirituels », parce que cela réveille la douleur du choix que j'ai dû faire entre mon père et ma mère « de chair ».

Je demande de l'aide à mon Ange qui me répond : « Assume dignement ton choix ».

Le lendemain, devant les 200 membres présents à l'AG d'Art'as j'ai pu dire dignement et clairement à Bernard mon envie d'être accompagnée pour la suite de ma vie par Patricia et de m'engager dans son association. Je le remercie pour les pas que j'ai pu faire grâce à son aide pleine d'humour et de tendresse pour décoincer « la petite étriquée » et m'aider à l'aimer.

Un large sourire illumine alors son visage. Je suis en paix.

2012 - Je suis désormais adhérente de l'association les Amis de Gitta Mallasz

Pour Patricia la proposition de Bernard était claire, il s'agissait de devenir enseignante dans Art'as. Alors elle va tout faire pour me hisser au même endroit dans son association.

Je vais oser dire « oui » à des responsabilités où je ne me sentais pourtant pas très compétente, mais j'ai envie de tout faire pour le devenir. Je serai donc présidente de sa jeune association et, plus tard, responsable du site AGM qui m'a tant appris.

La présence de Patricia est si contagieuse de Bonne Vie, et c'est justement ce qui me manque.

J'ai moi aussi envie d'être vivante.

Je voudrais l'accueillir chez nous, et pour cela je lui organise une conférence à Romans. C'est un vrai dépassement pour celle qui doit taire ses envies de peur de faire du mal !

Suite à cette conférence, voyant que je jugeais mes erreurs, Patricia m'a fait une déclaration incroyable : « Mais Enfin Cathy, je t'aime comme tu es !!! »

Alors ça ! C'était la cerise sur le gâteau, de l'ordre de l'impossible devenu possible.

J'étais aimée par Patricia... MA MAMAN DU CIEL !

Moi qui n'étais pas désirée par ma maman de chair... QUEL MIRACLE !

Dans la foulée de cette conférence à Romans, je propose chez moi une soirée rencontre autour de la projection du film dialogue avec l'ange, et je crée un mon 1^{er} groupe dialogue avec 4 personnes.

Après avoir accepté mes difficultés avec l'étude du livre des dialogues, petit à petit j'ai pris du plaisir à chercher comment, dans chaque rencontre, faire le lien entre la théorie et la pratique de cet enseignement, tenter de le rendre de plus en plus accessible.

2014 - Ma retraite

Ça y est ! À 64 ans Je suis à la retraite ! Je vais enfin avoir plus de temps pour faire ce dont j'ai envie...

Mais lorsque Patricia me pose la question :

« Alors maintenant que tu es à la retraite Cathy, quelle vie magnifique as-tu envie de vivre ? » ...

Aucune réponse ! le vide, l'horreur, rien à dire, que des larmes qui coulent, et qui coulent... J'ai mal, je souffre de sentir ce vide, c'est comme si je découvrais qu'il n'y avait rien à l'intérieur de moi.

Elle est encore là la peur de faire du mal avec mes élans de vie : alors je ne sens même plus mes envies !!!

Il faudra tout l'accompagnement de Patricia et de mon ange pour que je puisse entendre au fond de moi ce qui me met en vie.

2016 - Création d'une maison de partage

Avec Gérard, mon mari, nous avons envie d'accueillir des gens chez nous, d'organiser des stages... mais notre maison a ses limites. Un jour... nous recevons un message d'un collaborateur de Bernard, Jean-Luc Tournier.

Il nous fait part de son envie : créer une maison de partage autour de l'enseignement de Bernard, avec une vie en communauté, et il a pensé à nous.

La Vie nous tend les bras, c'est évident, alors oui, nous sommes d'accord pour commencer l'aventure.

Quel incroyable Rendez-Vous pour celle qui se sent inconsistante !

Comment l'inconsistante va-t-elle prendre sa place au milieu de ces « trois pointures d'Artas ?! »

Ensemble, nous allons construire un lieu de transmission de tout notre mouvement : Artas, AGM, Réflexe-Partage. Mon rêve se réalise pleinement, je vais vivre avec mon mari, alors président de Réflexe-Partage, une expérience de transmission de cet enseignement reçu de Bernard qui est aussi à l'origine de notre rencontre.

Nous menons de front travaux et découvertes de cette vie en communauté. Quelle aventure !!!

Mais au fil du temps, mon mari réalise que ce lieu ne se prête pas au développement de son projet : *accueillir des SDF en résidence, pour leur donner la possibilité de se reconstruire.*

Je ne mesure pas tout de suite à quel point c'est important pour la suite de sa vie, jusqu'à ce qu'il ait des problèmes de santé particulièrement inquiétants.

Mon mari veut quitter la Communauté et moi je suis anéantie...

Je suis devant un incroyable rendez-vous : j'ai l'intime conviction que si je quitte cette expérience de vie en communauté, je vais m'éteindre.

Intime conviction aussi que, malgré la douleur que cette séparation d'avec mon mari va engendrer, que mon choix - rester dans la Communauté - va redynamiser mon couple.

En 2023, après plus d'un an de recherche, mon mari a trouvé un grand chalet à Hauteville dans l'Ain complètement adapté à son projet !

Je vais devoir vivre une nouvelle expérience de séparation, cette fois avec ma Communauté.

Celle qui ne doit pas poser de problème va poser un réel problème en ne disant pas clairement son choix : il aurait tout simplement suffi de leur dire qu'il était l'heure pour moi de rejoindre mon mari.

Avant mon départ pour une nouvelle suite à ma vie, j'ai fêté joyeusement avec ma Communauté ces six ans de vie en maison de partage, six ans d'une aventure vivifiante, bousculante, structurante, qui m'ont donné l'audace de devenir une autre femme. Une femme qui a su assumer son choix vers plus d'indépendance, ce qui a permis à notre couple de se retrouver dans une tout autre relation, belle, d'une authentique complicité amoureuse.

Mes responsabilités dans AGM

TU SERAS LABOUREE PAR UNE RECHERCHE SANS REPIT.

Premier entretien avec Gitta

Correspondante

Pour nous aider à grandir Patricia ne se refuse rien !!

Elle est là, la place des responsabilités qu'elle nous propose et que nous acceptons d'expérimenter ou pas. Rendez -vous incontournable, pour mesurer la distance entre ce que « je dis et ce que je fais. » J'ai ainsi appris à voir là où mes élans pouvaient faire du mal, et j'ai été transparente avec mon groupe de mes maladresses, j'ai ainsi permis à chacun de se livrer, ce qui a finalement soudé le groupe.

Tout récemment j'ai créé un groupe dialogue à Hauteville Lompnes où j'habite désormais. Nouvel apprentissage, en effet... Ces personnes ne connaissent, ni le livre, ni Patricia, ni ce qu'est une voie spirituelle : je suis conviée à faire du sur-mesure pour les guider pas à pas sur cette voie des dialogues avec l'ange.

Ce nouveau groupe me donne le « LA » pour être plus innovante, plus fraîche, dans ma responsabilité de transmission de cet enseignement qu'avec mes trois autres groupes dialogues plus anciens.

Animer un week-end en région.

Il me revient le plaisir mêlé de peur que j'ai ressenti, seule en scène pour animer un week-end régional, à St-Sauveur en 2016.

Je me souviens de ce moment où, suite à un instant de tension dans le groupe, j'ai utilisé ce vécu collectif pour, à travers le schéma simplifié du balancier mettre en lumière le comportement de chacun.

Cette expérience de week-end régional s'est poursuivie ensuite à deux à Caen, et en Bretagne avec Véronique. Autre challenge, trouver sa place par rapport à l'autre, pour être complémentaire et savoir profiter de nos différences.

Je me souviens alors que j'étais disparaissante dans notre duo !

Suite à un temps de théorie faite par Véronique, j'ai osé témoigner d'une pratique que j'avais faite juste avant ! J'ai ainsi éclairé joyeusement ce qui venait d'être exposé. Ce bon goût de moi m'a permis ensuite de sentir comment mettre en valeur l'autre marraine, lorsqu'elle s'est à son tour livrée.

Quel beau moment de complicité vécu pour se sentir relié !

Être assistante c'est aussi aider les correspondants dont Patricia m'a confié la responsabilité. Quel incroyable apprentissage que de savoir écouter vraiment leurs demandes d'aide, leur apprendre à dire sans retenue leurs incompréhensions, leurs doutes, leurs difficultés, leurs

envies. Leur apprendre comment rendre accessible et vivant cet enseignement des dialogues avec l'ange. C'est le monde à l'envers : **je suis faite pour redonner vie, même s'il me faut chaque fois le rechoisir et pour cela dépasser mon histoire.**

Les nouvelles Cartes de Jeux

Comme c'est étrange que je me retrouve avec cette responsabilité, moi à qui on a dit et redit enfant : « Jouer c'est pour les petits !! Ce n'est pas sérieux, il est l'heure de devenir grande ».

Parmi toutes les fiches et les explications que Patricia nous donne sur chaque jeu, comment mettre de l'ordre ? comment simplifier.

Expérience pas simple pour moi de trouver les mots justes et donner envie aux correspondants de vivre ces jeux...

Les aller-retours que mon équipe et moi-même faisons avec Patricia sur chaque fiche sont un apprentissage accéléré du mot à sa place.

Découverte du Dialogue Corporel

Mais surtout, il y eut pour moi un surprenant rendez-vous avec le dialogue avec le corps que Patricia nous propose. Qu'est ce qui me ferait du bien là maintenant ?

Je suis à la fois attirée et apeurée...

Génial ! elle n'utilise pas le mot PLAISIR, il s'agit de se faire du bien, c'est plus neutre... rien de plus simple et facile à priori.

Mon corps, dans mon histoire c'est un traître : se faire du bien ça crée un débordement incontrôlable qui provoque le mal.

Eh oui ! mon passé reste collé à ma peau !

Alors au début, même les yeux fermés, je ne prends aucun risque : je reproduis les gestes, les mouvements que j'ai appris à travers des techniques de danse.

J'ai dû apprendre à lâcher peu à peu ma tête pour libérer mon corps des chaînes de mon enfance.

Et j'ai découvert, séance après séance, la diversité incroyable des petits coins de vie qu'il contient.

Découvrir l'extrême douceur d'une petite caresse sur mon visage, avec juste le bout de mon doigt. Laissez mon visage tout froissé se défroisser très lentement. Juste sentir le filet d'air qui va et vient à travers mes narines.

Déguster tous ces petits plaisirs de trois fois rien.

Me laisser guider par mon ange et découvrir ma grandeur « la semeuse de pépites de vie », **jusqu'à faire de ma vie UNE DANSE pour aider chacun à danser sa vie.**

Quel surprenant dialogue celui qui a lieu avec le corps.

Aujourd'hui les dialogues avec l'ange le réhabilitent, le magnifie.

SI TU ES BIEN, TOUT T'EST DONNÉ.

NE PENSE À RIEN D'AUTRE.

Entretien 12L

Et puis, incroyable surprise, un jour Patricia me propose d'animer un séjour « dialogue avec le corps » à ses côtés.

Je devais annoncer aux stagiaires le pourquoi de ma présence aux côtés de Patricia.

J'avais donc à lui proposer un contenu, une pédagogie... mais j'avais tellement peur que mes envies soient nulles, que je me suis collée à tout ce que Patricia avait déjà fait dans ses stages précédents.

Alors, elle m'a poussée chaque jour à oser un brin d'audace supplémentaire. Je me souviendrai toujours de la fois où elle a applaudi à l'une de mes interventions, me demandant si elle pourrait dorénavant me citer !!!

Merci Patricia pour le vrai plaisir que j'ai pris chaque fois que tu m'as donné la possibilité d'animer ton corporel.

J'ai pris du plaisir à emmener le groupe dans cette première partie du corporel où l'essentiel est de laisser parler ce corps « animal, instinctif ». Le laisser se lâcher pour se faire du bien, l'écouter ne pas le retenir, ne pas le brider, le laisser faire comme un tout jeune enfant, fou de découvrir la vie en lui.

Pas à pas vers mon service personnel

Souvent, je suis partie des douleurs de mon corps : « Ah ! non pas ça ! »

Mais, vues et acceptées, j'ai trouvé une façon de vivre le dialogue avec le corps qui me soulageait chaque fois. Et peu à peu mon service personnel s'est dessiné.

Derrière un « tamalou ? » se cache un « t'es bien où ? ».

Étrange ! moi qui ne doit pas dire « j'ai mal ! » pour ne pas poser de problème.

Depuis une année, j'expérimente ce corporel à ma façon une fois par semaine dans un Centre social et culturel à Hauteville Lompnes où j'habite désormais.

Je leur apprend à nommer ce qui fait mal... pour trouver ce qui est bon.

Une fois de plus, c'est le monde à l'envers pour moi !!

Mais je sais que c'est seulement en s'occupant de ses douleurs qu'on peut se redonner vie. Eh oui ! À travers l'enseignement de Bernard ou Patricia, j'entends un incontournable chemin intérieur : « Je ne peux pas être bien si je ne sais pas de quoi j'ai mal ».

Sinon, je me contente d'un « je suis bien » de façade, ce que la danse m'a permis de vivre.

Voilà la route : quel « tamalou » j'ai vécu ? et quel « t'es bien où » ?

Comment a eu lieu le passage de l'un à l'autre ? Voilà ce que je fais vivre à mon groupe !

À l'occasion de l'AG du Centre social et culturel qui a eu lieu dernièrement, un des responsables m'a proposé une interview filmée pour présenter mon Atelier corporel.

Les retours qui m'ont été faits : présentation vivante, un contenu simple et touchant, qui donne envie d'essayer.

Merci à Patricia de nous avoir invités à écrire notre Page de Vie !

Cela m'a donné un vrai recul sur les tous événements qui ont jalonné mon existence et leur incroyable cohérence.

Quel voyage au pays de moi-même !

Derrière un « tamalou ? » se cache un « t'es bien où ? »

Quelle phrase magique m'a soufflé mon ange pour transmettre par le corps comment retrouver le vivant en moi !

Merci à la VIE, qui a mis sur mon chemin, Hier Bernard et Aujourd'hui Patricia,

Mon rêve ! Que tout ce qu'ils m'ont donné à vivre ne reste pas vain.