

*La générosité de Maryse est proportionnelle à sa discrétion : c'est dire !...
Ce qui la caractérise, c'est la grande humilité et la grande efficacité avec laquelle elle œuvre dans les coulisses pour notre association.
Elle fait tout en toute discrétion... mais je la vois !! et je ne la remercierai jamais assez de l'aide qu'elle m'apporte.
Elle a aussi la particularité, fort agréable pour moi, de fleurir ma boîte mail de petits messages de remerciement chaque fois qu'un de mes enseignements la touche.
J'aime entendre les membres de ses groupes parler de sa joie de vivre qui leur donne chaque fois l'élan qui leur manque.
Mais savent-ils la route qu'elle a faite pour y parvenir ?
Chaque mois les assistants nous font l'honneur de se livrer dans leur parcours secret, leur intimité...
Puissent-ils donner envie à tous ceux qui sont sur le parvis d'eux-mêmes et n'osent franchir le pas.*

Patricia Montaud

J'ai pas le droit...

Il y a quelques années, je fus saisie par une phrase que Patricia m'a dite : « Mon rôle est de vous autoriser à être qui vous êtes : oui, Maryse tu as le droit d'avoir envie de t'amuser, d'avoir plein d'amis, d'avoir envie d'un appartement cocoon et d'y mettre tout ce que tu veux ! »

Je suis perplexe ! J'écarquille les yeux d'étonnement, parce que c'est l'inverse de ce que je vis. Dès que j'ai une envie, je la repousse immédiatement.

Mais d'où cela vient-il que je n'ose pas suivre mes envies ?

Mon premier élan, celui de mon arrivée sur terre est déjà freiné. Je dérange.

Maman, à l'annonce de sa grossesse, a mal au cœur – elle est fatiguée comme elle le sera jusqu'à l'accouchement. Elle ne pensait pas être enceinte si rapidement après son mariage...

Cela s'annonce bien mal pour moi...

Pourtant, enfant, je suis pleine de joie. J'ai rapidement gazouillé, je voulais dire à mes parents tout ce que je vivais, raconter mes petites « choses-secrètes ».

Mais Maman ne supportait pas toute cette agitation, ces bruits, c'en était trop pour elle. Maman, toujours si fatiguée, me demandait de me calmer et me répétait des « NON ARRETE » – Alors coincée entre mon envie de parler et ma maman qui me freinait, j'ai eu de plus en plus de difficulté à m'exprimer au point de me mettre à bégayer.

Il faut que je sois toute petite, toute sage pour ne pas déranger

Ni parler, ni bouger. Mais que reste-t-il à la petite fille pour vivre ?

Alors je me cache, loin du regard de ma maman pour vivre un peu.

L'arrivée de ma sœur

Et ça continue...

Oui...Je suis contente d'avoir une petite sœur, mais quand même, c'est un peu injuste. Elle, elle a droit à tous les câlins. Et moi, je n'ai plus qu'à regarder !

Elle a droit aussi à tous les jeux, tout particulièrement avec ses nounours, pendant que moi, à 6 ans, je dois faire mes devoirs à mon petit bureau.

Je voudrais rester petite, Na ! Quand on est grand, on fait des devoirs et c'est pas drôle !

En plus nous habitons à Paris, dans un minuscule appartement d'après-guerre, où nous vivons d'une façon limitée, étriquée... Maman tient son foyer avec une exigence pointue, et nous, les filles, nous n'avons pas le droit de faire du bruit dedans, ni de jouer dehors.

C'est vraiment partout que je dois être sage et ne pas bouger

Je deviens aussi étriquée que l'appartement !

Je comprendrai beaucoup plus tard que maman était dépressive parce qu'elle n'avait pas la vie qu'elle avait rêvée - elle non plus n'avait pas droit à réaliser ses envies.

Papa me confiera un jour un épisode angoissant et « secret » : maman s'est enfuie deux ou trois jours, sans donner de nouvelles, lui laissant à charge ses 2 gamines...

C'était l'ultime solution pour « respirer ».

Déménagement à Strasbourg

J'ai 10 ans.

Papa a une promotion et la famille quitte Paris pour s'installer à Strasbourg,

Maman ne s'adapte pas à sa nouvelle vie pourtant plus confortable. Elle est triste parce que son père vient de mourir et elle laisse à Paris sa mère, inconsolable.

Elle est en dépression grandissante. Durant une période, elle ne se lève même plus de son lit quand je rentre de l'école. Sa chambre n'est que pénombre, avec des

cachets partout et son verre d'eau sur la table de nuit. Je suis très triste, je n'ai plus de maman !

Je me fais toute petite, je marche sur la pointe des pieds. Je suis malheureuse.

À l'école c'est moyen, je rame, je suis en difficulté.

Mais maman tient à l'éducation de ses filles, pour que nous ayons des études, un métier et que nous soyons des femmes autonomes, indépendantes, ce qui comble sa propre souffrance de ne pas être parvenue ni à être autonome, ni à être libre dans son couple.

Alors, avec beaucoup de volonté et d'assiduité, j'arrive à un BAC secrétariat.

J'ai 20 ans - Grande décision, je veux vivre enfin !

Papa est muté à Caen. Mes parents décident de quitter Strasbourg. Et là, pour la première fois, c'est un grand NON ! Je ne veux pas les suivre.

C'est l'occasion ou jamais ! Je n'ai pas d'autre choix pour vivre enfin que de m'éloigner de ma famille, même si cela me demande du courage d'affronter mes parents. Mais c'est l'unique façon de sauver ma peau !

Je suis convaincue qu'en prenant cette distance, je n'aurais plus d'interdictions et que je pourrais vivre à ma guise, grand large.

Et ça marche !... un temps

Je passe mon permis de conduire, j'ai ma 2CV, mon petit studio et j'ai mon premier emploi à Strasbourg.

Je suis certaine de contenir tout le nécessaire pour assurer ma vie.

Je découvre les joies de la vie, les sorties en boîte, les cinémas, les restaurants, les voyages New York, l'Autriche, l'Espagne, l'Allemagne etc...

Je suis la seule à posséder une voiture et on se bouscule pour venir faire un tour avec moi ... ! J'existe enfin ! Comme une frénésie, les sorties entre copines et copains « La vie à pleines dents » !

Tout le contraire de mon enfance sage et silencieuse !

Je fais la connaissance d'un groupe d'étudiants hommes et femmes diplômés des Hautes Écoles d'Ingénieur, envoyés par le gouvernement vénézuélien afin de poursuivre leur formation.

Je me laisse porter par leurs fêtes qu'ils organisent très régulièrement. Ils ont le goût de la danse, du rythme, de l'amusement qu'on prépare avec trois fois rien : une petite chaîne, une enceinte, des cassettes, on pousse tables et chaises, on dispose les verres et les bouteilles sur la table, et on est dans un autre monde.

C'est léger, et gai, je m'y sens bien accueillie et je ne loupe aucune soirée. Je suis un peu la chouchoute. Ils m'apprennent à danser et je prends des cours d'espagnol le soir.

Quel plaisir de découvrir ce deal entre nous.

En fait tout cela n'est qu'une grande réaction à un grand vide intérieur qui m'habite.

Je suis seule, sans vrai projet et sans vie amoureuse... et cela me désespère. Je n'ai cherché qu'à m'étourdir dans une frénésie pour cacher ma misère.

Tout le contraire de ma sœur qui elle, réussit.

Je suis l'aînée et je me vis intérieurement comme la deuxième, la petite qui ne réussit pas, avec la douloureuse sensation de l'échec qui me pince le cœur.

J'en veux à mes parents de m'avoir tant brimée, d'avoir coupé tous mes élans de vie.

Ma vie est un échec

Je dois absolument rencontrer quelqu'un et je vais le rencontrer.

Je tombe amoureuse d'un marginal aux cheveux longs, tatoué, sans éducation, ni culture, et en plus, sans gêne.

Mais il me regarde ! Je suis béate devant son audace : il sait s'affirmer jusqu'à oser se marginaliser !

Il n'en fallait pas plus à la petite bien sage pour se laisser embarquer dans l'aventure ! Mais qu'est-ce que **la petite** pouvait faire d'autre ? Et en plus Il réveillait en moi un petit côté « sauveuse ».

En fait, je me rends compte que le choix de cet homme, c'est comme une immense réaction à mon éducation de petite fille bien sage, bien rangée. C'est ma revanche, ma façon d'exister enfin face à mes parents à qui j'en veux tellement.

Comme si je voulais leur « donner une leçon », leur montrer que leur éducation n'a pas réussi.

Mais j'y laisse beaucoup de plumes. Ses comportements d'extrême agitation puis ses crises d'épilepsie avec convulsions de plus en plus violentes me terrorisent. Malgré mes demandes de se faire soigner, il ne le fera que très peu.

J'ai **reperdu** ma joie, ma gaîté, je me sens de plus en plus mal à l'aise. Pour lui j'ai quitté mes amis, mes activités...une fois de plus mon histoire est là : je me suis coupée de la vie, de mes envies. [Je me suis étriquée moi-même.](#)

On ne change vraiment jamais d'histoire.

J'aurais bien voulu le quitter mais il me faisait des chantages violents, me menaçait, moi et ma famille. Je ne pouvais pas prendre le risque qu'il passe à l'acte !

Alors j'ai tenu bon, j'ai vécu ces quinze années en barricadant mon cœur, je me suis anesthésiée pour ne pas ressentir la peur, pour ne pas voir cette réalité douloureuse.

Je m'étais créé comme un mantra que je gardais dans mon cœur : « il ne m'aura pas ».

C'est au dernier grand chantage qu'il me fait, quand j'ai senti que ma vie était menacée, que je décide de m'enfuir de chez moi, de tout plaquer. Je pars avec deux valises. Je prends les services d'un garde du corps avec son chien, je change d'hôtel chaque soir, et j'ai une voiture que mon patron me prête.

Envie de vivre à nouveau !

Après toutes ces années d'enfermement j'ai un besoin forcené de vivre. Je rencontre une jeune artiste peintre, Marie, avec laquelle je me lie d'amitié.

Je trouve que ce qu'elle fait est vraiment super, mais elle n'arrive pas à se faire connaître. Quel gâchis ! J'ai une irrésistible envie de l'aider.

Nous sommes très complémentaires, branchées, un peu « fonceuses » et nous montons le projet un peu fou d'une salle d'exposition pour exposer les œuvres d'artistes créateurs : peintres, sculpteurs raku, créateurs de bijoux, écrivain, créatrice de mode...

C'est un peu osé, mais nous y croyons et ça marche. Les artistes apprécient l'organisation soignée, le confort du lieu... nous exposons de plus en plus régulièrement et nous communiquons dans la presse régionale. Nous montons en intensité. Je me souviens, entre autres, de ces six danseuses de flamenco que nous avons invitées et qui ont enflammé la salle...

L'expérience du direct !

Je suis même invitée à FR3 Alsace pour annoncer l'événement et présenter quelques œuvres qui seront exposées : sculptures raku, tableaux aquarelles, bijoux...

J'attends dans ma loge, après être passée par la coiffeuse et la maquilleuse. Prise par la surprise du « direct », je ne peux qu'assurer : et je vis ce jour-là une expérience marquante. Les mots sortent tout seuls de ma bouche, ils coulent.

C'est l'aventure !

Je suis vraiment transportée par la joie de mettre en valeur ces artistes.

Moi, celle qui n'avait pas de valeur, qu'on rangeait dans un coin, j'ai envie que les autres soient mis en valeur.

Mais, voilà ! cela ne change rien à ma vie de tous les jours ! Je m'épuise et ma vie personnelle est toujours aussi peu réjouissante, je dirais même lassante et ennuyeuse.

Je suis assistante de direction dans un cabinet d'architectes, et je me noie dans mon travail qui ne m'apporte que peu de satisfaction. Je suis dans une lassitude galopante.

Je m'interroge sur la vie sur terre : ne peut-elle être qu'une suite de difficultés, de problèmes, de pépins ?

Quand est-ce que je vais pouvoir vivre enfin !!!

2005 - Crise de la cinquantaine - ARTAS - Une lueur d'espoir

Je découvre l'enseignement des dialogues

Un jour je m'entends penser très fort, cette phrase, que je répétais intérieurement comme un leitmotiv : *n'y a t il pas quelque chose sur terre qui pourrait m'aider à aller bien ?*

Je lance un appel à la vie : un grand cri d'alarme devant mon désespoir.

Je reçois une réponse par l'intermédiaire de ma sœur : elle évoque l'association Artas, Bernard Montaud, dont elle avait lu les livres, et écouté quelques interviews. Elle me parle de l'expérience du livre des *Dialogues avec l'ange* - où il est question de mission, nous avons tous un ange dont nous sommes aimés, et nous avons tous à trouver à quoi nous pouvons être utile...

Que des mots qui me parlent et me font envie !

Un espoir ! Une chance de sortir du gouffre !

J'achète le livre que je dévore en deux ou trois soirs - je n'y comprends pas grand-chose mais je me sens particulièrement bien après chaque lecture.

J'apprends que Bernard se rend à Lyon dans le cadre de l'association AIDLES pour répondre à ses lecteurs. C'est un WE de Pâques et je vais y passer les trois jours. Je rencontre Bernard, et déjà ses réponses me frappent par leur force de vérité.

Puis, je vais là où il habite, près d'Agen où il répond aux questions de ses lecteurs à 18h presque tous les jours.

Je suis assise au fond de mon siège, moi, la petite et pourtant j'ose ma question et la réponse me percute ! C'est incroyable que cet homme puisse me scanner à ce point. Sa réponse n'est pas blessante mais un peu secouante tout de même. Comme c'est étrange !

De retour chez moi, je me rends tout de suite dans le groupe d'assise d'Artas qui se réunit dans ma ville et je m'inscris en septembre 2006.

Ça y est, je suis admise à l'école de la vie spirituelle et je vais découvrir **la vie intérieure**.

J'ai trouvé l'école qui va me sauver la vie...

Mais la première chose que j'y apprend est vraiment dure à digérer : ce qui se passe à l'extérieur, dans ma vie, n'est que le reflet de ce que je vis dedans. Je suis donc responsable de tous mes problèmes !

J'apprends les bases de l'enseignement avec assiduité et persévérance. La petite est au CP !

Que de nombreuses matières ! Les centres de conscience, les cycles traumatiques, et transformés, le règne humain, la spirale de vie, les traumatismes...

J'apprends à dialoguer avec mon ange, ce qui me procure une grande espérance. Plus tard, je « saute de joie » quand mon ange me répond. Avec mes deux amies d'Artas nous décidons de dialoguer régulièrement ensemble pour nous entraider.

C'est donc possible pour moi aussi d'avoir un ange qui m'aime et me répond !

Je suis impressionnée par le sacré, le respect de l'ordre des choses dans la salle d'assise : la pierre, la nappe, les fleurs, le respect de l'horaire, la place de l'enseignant...

Par contre, j'appréhende les rencontres hebdomadaires d'assise immobile. Une heure assise, c'est long. Je sens peu mon corps et ne vis pas toute l'expérience proposée. Mais j'ai toujours l'espoir d'y arriver.

La psychanalyse corporelle m'effraie un peu Je me souviens des cris de douleur des gens, quand je passais près des salles de psychanalyse corporelle à Touchenoire. Non ! Pas avoir mal à ce point pour retrouver son passé ! Je ne veux pas encore de douleurs !

Je ne ferais pas de psychanalyse corporelle !

Le RIS - la Solidarité

Bernard crée en 2009 (après la crise de 2008), le R.I.S. = Réseau d'Initiatives Solidaires pour créer un réseau d'Aide pour les plus démunis

Je me sens concernée par l'aide aux gens en difficulté et à la Terre.

Je prends un grand plaisir à ouvrir un groupe dans ma région, et en deviens responsable. Je sens le précieux de cette initiative novatrice qui doit absolument exister ici à Strasbourg !

J'ai trouvé notamment des partenaires pour effectuer des achats alimentaires en bio.

Dans le RIS, nous sommes accompagnés par un comité de gestion qui nous apprend à gérer des rencontres de groupe, à rédiger des comptes rendus précis dans lequel nous parlons de nos difficultés, de notre expérience de responsable...

Je commence à revivre

Une décision importante : je prends ma place

Le cabinet d'architectes à Strasbourg dans lequel je travaille est lauréat du concours d'envergure « Pavillon d'Alsace » dans le cadre de l'Exposition Universelle de Shanghai 2010. Je suis assistante de direction dédiée à tout le projet chinois depuis les prémices de leur installation future.

Six mois avant l'ouverture officielle, une décision urgente doit être prise : recruter le gestionnaire du Pavillon Alsace pour une période d'une petite année sur place.

C'est une place importante car après tant d'années d'investissement de travail et d'argent on ne peut prendre le moindre risque d'échec.

C'est soudain une évidence pour moi : c'est ma place ! Alors, j'ai la force, et l'audace d'annoncer dans l'instant, ma décision d'accepter ce poste.

Une année en Chine me fait vraiment envie mais peur à la fois car c'est un monde tellement inconnu pour moi : carrément expatriée, une langue inconnue, loin des habitudes, une fonction à responsabilités, libre et maître à bord.

Il m'a bien fallu toutes ces années d'Artas pour commencer à me rencontrer et oser me dépasser de la sorte. Je fais mien ce pavillon, comme s'il m'appartenait, témoignant de l'ambiance, du goût, de l'accueil - il est le miroir de la France !

Je sens aussi que pour moi c'est l'ultime chance de transformer ma carrière professionnelle en demi-teinte en une vraie réussite ! Alors j'y vais, je sais que c'est ma place !

La petite devient grande.

Animée d'avoir une telle responsabilité et honorée qu'on m'ait confié ce poste, je me donne sur tous les fronts. J'ai présenté devant une centaine d'architectes chinois, et une délégation de la Région d'Alsace, nos projets et mises en œuvre, nos vidéos, films traduits simultanément en chinois et relayés sur écrans dans la salle.

Je prends une place de véritable partenaire dans les décisions avec les architectes où ma parole compte. L'enjeu pour la Région d'Alsace était d'avoir une vitrine à Shanghai, de se faire connaître en vue de créer de futurs partenariats commerciaux internationaux.

C'est une réussite totale qui m'a remise en vie pendant une année entière.

Je ne remercierai jamais assez Artas de m'avoir donné force et confiance pour terminer ma carrière professionnelle avec panache.

La réconciliation familiale

Mais, le lendemain de mon retour en France, ma vie retombe comme un soufflet et j'apprends de plus que Papa a un cancer qui ne lui laisse que sept mois à vivre... Je croyais que j'avais des parents éternels !

Je suis tout juste à la retraite et rien ne me retiens plus chez moi à Strasbourg, Je décide de rester auprès de mes parents pour les accompagner et j'y resterai pendant deux ans.

Immédiatement, je suis devant le terrible miroir d'avoir fui mes parents à mes 20 ans et finalement, je me sens comme une « étrangère » vis à vis d'eux, 45 ans plus tard.

Mais je suis là auprès d'eux - je sens chez mon papa la surprise de me voir là et il me remercie du fond de son cœur.

Je suis, avec ma sœur, totalement aux petits soins pour lui : mais comment l'apaiser quand on doit lui faire une ponction pulmonaire... il prend peur dès que la seringue arrive...

Alors je lui tiens la main, moi qui ne voulais ni le toucher, ni l'embrasser depuis très longtemps !

Des souvenirs me reviennent de moments douloureux avec lui : blessure, un sentiment d'être perdue, dans l'insécurité, le doute.

Nous parlerons, papa et moi, de notre souffrance de ne pas nous être ni rencontrés, ni connus. Je fais une route de réconciliation en accéléré. Ce que je n'ai pas pu vivre en psychanalyse corporelle, c'est l'accompagnement de fin de vie de mon papa qui me le permettra.

Papa me dira que c'est une heureuse organisation du Ciel qu'il ne m'ait pas inquiétée avec sa maladie quand j'étais en Chine. Que la Vie est douce !

Bénévole dans un centre socio-culturel

J'avais quitté Artas pour travailler à Shanghai et de retour chez moi après le décès de papa, puis de maman, je sens que la vie m'attend ailleurs.

Je suis toujours en quête d'intensité de vie. Je veux être utile, aider.

C'est septembre, le mois de la rentrée des classes, je trouve l'annonce du Centre Socio-Culturel du quartier où j'habite, recherchant une bénévole pour la transmission « avec plaisir » de la langue française pour adultes migrants.

Après une 1^{ère} année passée auprès des primo-arrivants, je prends en charge une classe plus avancée dans la compréhension orale et verbale.

En supplément aux cours, je les prépare trois années consécutives au projet « Plaisir d'Écrire ».

Une autre année, c'est avec une metteure en scène dans une pièce de théâtre qu'ils répètent leur rôle et assistent aux répétitions d'une façon assidue. Ils s'y croyaient devant leur micro et sous les spots. Ils se sont bien amusés !

J'ai pris beaucoup de plaisir à préparer les cours à ma façon, à trouver des jeux, et à être entourée de jeunes et moins jeunes autour de moi. Je crois que je leur ai fait prendre un peu d'autonomie, et d'indépendance. Et moi, je me suis sentie utile.

État d'urgence : je fonce - rien ne m'arrête

Un jour qu'une jeune femme du groupe de migrants dont je m'occupe m'appelle à l'aide : elle est en grande détresse conjugale avec une personne « toxique ». C'est l'urgence absolue pour moi, je fonce...

Avec le Centre Socio Culturel, habitués à ce genre de scénarios, nous mettons tout en route pour qu'elle soit mise en sécurité rapidement et hébergée.

Comme c'est étrange que cette femme ait eu l'idée de faire appel à moi pour l'aider... moi qui ai eu les mêmes problèmes qu'elle. Mais je ne suis plus la même Maryse et j'ai compris combien il n'y a pas de bourreau ou de victime, mais des personnes malheureuses qui font comme elles peuvent pour s'en sortir.

Soutien à une maman

Ensuite ce sera une jeune maman russe que je vais aider, dont la fille de 12 ans est atteinte d'une maladie cardiaque très grave mais qui ne peut pas être opérée dans son pays. Elle vient à mes cours pour parfaire son français, pour mieux comprendre les chirurgiens, et le corps médical.

J'embarque toute la classe pour aider cette maman en détresse sans son mari ni son petit garçon restés en Russie.

Le Centre Socio Culturel m'a donné toute la liberté de pouvoir vivre et apporter le Social et le Culturel dans la classe - Il porte bien son nom.

Pour Noël, nous organisons une super fête pour elle deux, avec des mets, de tous pays hauts en couleur, des chansons que nous reprenons tous ensemble dans une ronde merveilleuse.

Quelle sincère et émouvante fête.

Que je suis vivante quand je peux aider ! Rien ne m'arrête.

Encore plus utile !

Ma rencontre avec Les Amis de Gitta Mallasz et Patricia

À mon retour de Chine, après le décès de mes parents, je ne me suis pas réengagée dans Artas parce que c'était trop de douleurs pour retrouver son passé.

Mes amis artasiens, avec qui je suis toujours en lien, m'apprennent que Patricia Montaud a fondé sa propre association et qu'un groupe A.G.M. s'est constitué dans ma région.

Je participe à mon premier WE avec Patricia près de Strasbourg.

Je connaissais Patricia dans Artas, et j'avais déjà fait des stages avec elle mais là, la pratique du dialogue miroir sur ce qui nous touche, les réponses qu'elle donne aux participants m'interpellent et me donnent envie d'avoir moi aussi des réponses.

Inexplicablement, j'ai la conviction que là est ma place. J'ai envie de me mettre vraiment en route pour transformer ma vie avec son aide.

Mais tout se jouera au moment où l'on me propose de raccompagner Patricia à la gare de Strasbourg, moi la petite ! Mais quelle confiance incroyable, on me fait ! Je pensais que seuls les anciens, ceux qui sont près de Patricia dans AGM pouvaient l'emmener ! Quel honneur ! Et au cours de ce déplacement, quelque chose a eu lieu entre nous et je lui annonce mon envie de faire partie de son association.

Je sens que je ne suis plus au CP

Les quatre ans 1/2 chez Art'as sont une base pour moi qui facilitent mon intégration : je connais Patricia, l'histoire des quatre Amis. C'est soulageant pour la petite !

Et bien évidemment ce qui va le plus me toucher dans ce qu'enseigne Patricia, c'est la conquête de « Ce qui me ferait du bien »

La conquête de la joie, du plaisir : le challenge de ma vie.

L'accompagnement de Patricia sur cette route.

« S'amuser, c'est après avoir fini tout ce que tu as à faire »

C'est ce que j'ai entendu de ma maman toute mon enfance.

« Le plaisir est la mère de tous les vices »

C'était la devise de toute ma famille.

Et là j'entends tout autre chose :

« La joie de vivre c'est votre affaire », disent les dialogues...

Mais malgré toute ma bonne volonté, c'est plus fort que moi : je trouve toujours mille excuses pour repousser le temps de m'offrir un petit moment de plaisir.

Il m'a fallu du temps pour reconquérir ce droit au plaisir.

Peu à peu, la joie de vivre est devenue le challenge de ma vie !

Être attentive à ce qui me ferait du bien est devenu une de mes priorités : des pauses avec un bon café dans une belle tasse... Le temps d'un moment paisible et de siestes que je méprisais tant est devenu un temps incontournable.

J'ai modifié le rythme de mes matinées et c'est tellement doux et puissant que la vie change de couleurs !

Vacances à la maison avec QBLM

Un été, je fais un stage avec Patricia, « Qu'est ce qui me ferait du Bien Là Maintenant ? »

Qu'est-ce qui ferait du bien à ma vie ? Et je vis une expérience d'un plaisir de vivre, de me sentir, un étage au-dessus de d'habitude.

En rentrant chez moi je n'ai pas de projet séduisant de vacances, rien ne me plaît et je décide de ne pas partir. Oui mais, quand même - j'aimerais bien un peu de « piquant », quelque chose de plaisant et de nouveau. Il me revient ce que j'ai vécu durant le stage.

Ce matin-là, toute tranquille, j'ai envie d'un petit déjeuner tout en délicatesse, j'en choisis la composition minutieuse, le lieu - et c'est une dégustation jusqu'à m'offrir une suite de petites envies d'écouter du jazz, de cocooning d'instant en instant. Toute une matinée pour moi, rien qu'à moi !

Je me découvre joyeuse, paisible et libre ! Que c'est bon !

Et j'en ai refait des petits déjeuners avec des choix, des goûts si différents !

J'ai le droit d'être gourmande et d'en vouloir encore...

Et puis j'ai eu envie de partir en balade dans un massif montagneux de l'Alsace du Sud où j'ai retrouvé le plaisir de fouler les herbes hautes balayées par le vent, comme au temps de la petite fille toute contente qui courait partout.

A la fin de ma semaine de plaisir en plaisir j'écris à Patricia : Inutile de partir en vacances, j'ai vécu les meilleures vacances en restant chez moi !

Le plus beau petit déjeuner du monde !

Un premier janvier où j'étais seule, j'ai décidé, pour ne pas en rester là, de m'offrir le plus beau petit déjeuner du monde ! Rien que ça... dans la salle à manger, la nappe brodée, les tasses en porcelaine, les couverts en argent, les petits plats dans les grands ! Une table royale rien que pour moi et mon ange ! Rien de trop beau ! Mémorable ! Et moi qui m'étais faite toute belle !

La fadeur transformée en éclat !

L'appartement qui me ressemble !

Et de fil en aiguille, ce qui me ferait vraiment du bien, c'est d'être bien dans mon appartement. Je mérite bien d'être à l'aise chez moi, d'y être bien. Je décide de mettre en œuvre ces travaux de décoration, que je repoussais sans cesse. Je renouvelle mes meubles, je mets de la couleur chaude et douce aux murs.

Plus tard je prendrais un plaisir particulier à aménager la pièce où nous faisons les rencontres de groupe pour que les choses soient toutes à leur place, et permettent plus de sacré.

Tout a été vite : Correspondante d'un groupe lecture

Après quinze mois en tant que membre, où je m'enchantais dans chacune des soirées de groupes, ma sœur et mon beau-frère, touchés par ma transformation me demandent de faire connaître le film des dialogues avec l'ange dans leur réseau à Caen. Après ma première présentation, ils sont tous emballés, ils veulent aller plus loin. J'ai une folle envie de les accompagner.

Patricia me donne son accord, pour ouvrir ce groupe une fois par mois, alors que j'habite à 750 km, à condition que ce soit chaque fois l'occasion d'avoir un temps avec ma famille.

Ça va très vite !

Je deviens donc Correspondante d'un groupe lecture, rampe de lancement pour apprendre à aider et à retransmettre tout cet enseignement qui m'a tant nourri.

Oh ! Je suis bien un peu studieuse et appliquée au début, mais je me fais aider par Patricia dans les week-end de formation et je pratique assidument.

Cette expérience qui durera trois ans, m'a donné le sentiment d'une vraie utilité.

Moi la petite, j'enseignais à ma sœur et à mon beau-frère, médusés par ma métamorphose. Moi, la « sans vie », j'étais enfin vivante et je les mettais en vie. C'est ma sœur, Claudine, qui reprendra le groupe.

Justement, quelqu'un devait prendre la relève pour être correspondant d'un groupe dialogue près de chez moi à Strasbourg. J'étais prête pour animer les quatre rencontres.

Alors, le virage est grand, et je me dépasse pour eux, je pratique pour eux, je dialogue pour le groupe, là où pour moi, j'aurais baissé les bras. Et Patricia m'invite à la pratique personnelle du QBLM à laquelle je résiste à nouveau.

J'oublie, je n'y pense pas, je n'y arrive pas et Patricia ne cesse de me rappeler cette pratique.

... et j'attire des personnes nouvelles. J'ai du mal à y croire... Je ne suis plus la même.

J'ai envie de m'engager davantage dans l'association, alors Patricia me confie la responsabilité des transcriptions. Je suis ravie d'entendre et réentendre cet enseignement qui m'émerveille chaque fois et me donne des ailes. J'ai l'impression de m'imprégner peu à peu de toute cette connaissance et de pouvoir la retransmettre un peu dans mes groupes.

Je suis tellement vivante en rendant les autres vivants... !

Des responsabilités crescendo.

Et puis un jour Patricia me propose la responsabilité d'encadrer les Week End de Formation. Je me dis que c'est dans mes cordes compte tenu de mon expérience de gestionnaire à l'exposition à Shanghai.

Mais Je n'avais pas tout vu !!

Car tout à coup je suis très proche de Patricia et j'ai un peu peur de son feu...

Elle va voir mes lacunes. J'aurais voulu disparaître à chaque prise de parole devant tous les correspondants, jusqu'à en bégayer.

Tiens, mon histoire est donc toujours là.

J'ai peur que Patricia me rejette, comme ma maman, parce que je n'assume pas, mais c'est tout le contraire. Et elle m'apprend à m'accueillir au point que l'année suivante je lui demande de garder cette responsabilité pour apprendre ce qui me manque.

Ce fut la deuxième rampe de lancement. Un accélérateur.

Et de fil en aiguille je prends une place de plus en plus importante dans l'association de Patricia, moi qui n'avais pas de place, moi l'étriquée, je prends du coffre !!!!

Je vais gérer les enregistrements et transcriptions de chaque entretien présenté par Patricia, et qui servent à la constitution des dossiers-lecture.

Je suis heureuse de pouvoir être utile à l'association, et de plus en plus gourmande de cet enseignement.

Un jour Patricia me dit que je suis prête pour la place d'assistante.

Mais c'est impensable ! Elle se trompe ! Qu'est-ce que je vais apporter, moi ?

Je ne contiens rien de nouveau, je suis la toute petite !

Je ne me réjouis pas vraiment de cette place.

Tiens ! Je reconnais le « Ah ! non pas ça ! » dont nous parle si souvent Patricia, et qui annonce une grandeur à laquelle nous résistons.

Je me sens quand même perdue parmi les autres assistants, les « grands » d'AGM. J'aimerais qu'on puisse dialoguer ensemble pour une entraide, j'en parle à Patricia qui me répond d'emblée : « Pourquoi ne pas créer entre vous, les assistants, des petits groupes dialogues comme nous le vivions avec Gitta ».

Et ça marche ! Je n'en reviens pas que mes envies soient entendues.

Quel soulagement ! Je suis dans ma famille.

La vie me pousse encore plus loin

J'ai l'impression qu'au fur et à mesure que je grandis la vie me pousse un peu plus loin. Et encore un peu plus loin...

Mais jusqu'où va-t-elle aller ?

Me voilà maintenant Secrétaire de l'Association : c'est un honneur d'être à cette place. J'apprends à recevoir la confiance de Patricia. Je sens grandir en moi une solidité intérieure qui me stabilise et qui m'apporte la force de poursuivre vers mon service.

J'ai pleinement AGM dans mon cœur : c'est comme si AGM, c'était moi.

Ma Rencontre-découverte :

Je suis aimée, j'ai le droit de jouer !

En tant qu'assistante c'est à mon tour de présenter l'Association aux personnes désireuses d'en savoir davantage.

Ce que j'écris dans ma préparation est quelconque, commun. C'est vraiment trop banal !

La panique monte en moi. : il ne me reste plus que deux jours.

Pour me sortir de là, je tire une carte dans notre Jeu, puis 2 puis 3 cartes - en les pratiquant, je m'apaise, et me calme.

Je me présente à mon ange, et lui demande son aide dans ma situation difficile.

Mon ange me répond par une étonnante image que j'essaie de traduire : celle d'*arlequin*, ce comique bouffon qui improvise, qui se montre sans filtre, joueur aux idées vives.

Je saisis cette belle intuition pour écrire : jouer, être comique, rigolote, vivante, je mets des mots, les barre, en rajoute, des idées arrivent à flots. Je me sens metteur en scène, c'est amusant et léger cette formule ! Le scolaire n'a plus sa place !

Le soir de la rencontre, je reste en lien avec mon ange, et me sens accompagnée.

L'écran de mon ordinateur est rempli de visages : 6 personnes intéressées par l'association !

Je m'enchanté déjà ! Je survole mes notes, les transforme en langage plus vivant, plus spontané.

À la fin de ma présentation tous veulent s'inscrire dans un groupe.

Waouh ! Je me souviens de cet état où j'ai tout lâché et où j'assistais à ce qui se passait !

La petite a trouvé une place de grande

Dans cet état d'un profond lâcher-prise, je suis baignée d'un halo d'amour m'enveloppant d'une douceur infinie. **Comme je suis aimée par mon ange !**
Immense gratitude à Dieu qui me permet cette expérience.

Séjour écriture du livre de ma vie - JE SUIS AIMÉE

Tu n'es pas que ça, Maryse !

Je crois que c'est gagné ! Mais lors du séjour écriture réservé aux assistants, c'est à nouveau la petite étriquée qui est là. Les autres sont tellement mieux que moi !

Oui - j'avais toujours le fol espoir, de ne plus être la petite, que cela s'arrêterait un jour. Je voulais tellement l'éliminer de ma vie. Je me souviens alors de *l'entretien 20G* :

G. Y a-t-il un moyen sûr pour éviter de retomber dans mon « petit moi, dans ma personne ?

- Tu ne peux pas retomber dans la personne, car tu es dedans. Vous êtes tous dedans.

*IL NE FAUT PAS LA QUITTER, MAIS L'ÉLEVER,
VOTRE PLUS GRAND TRÉSOR EST CETTE PERSONNE*

Alors, contrairement à d'habitude, je ne plonge pas. Je vois que c'est moi qui m'éloigne, me jugeant tellement « nulle » par rapport à tous les autres assistants.

Je vois ce qui se joue en vérité.

Et monte en moi un « je ne suis pas que ça ! » et je vais vivre un magnifique séjour. Lors du bilan le vendredi, mes larmes coulent, coulent encore.

Je suis aimée, comme je suis.

C'est comme une grâce ! Trop d'amour d'un seul coup qui inonde mon cœur lourd. Moi qui pensais tellement n'avoir droit à rien.

Patricia me dit :

- Recevoir de l'amour nous donne le devoir de le redistribuer. Ne stocke pas cet amour que tu viens de sentir, redonne-le aux gens de tes groupes. Deviens une « passeuse d'amour ».

La vraie vie : les groupes

C'est une source de joie de pouvoir redonner ce que j'ai appris !

Le temps précieux de la préparation de moi-même - chercher et créer un petit nouveau à chaque rencontre, qui va me plaire et les enchainer.

Préparer un bonbon d'enseignement dans mes notes des WEF, ou d'un séjour, être comme une maman au lieu d'être le petit soldat du début.

La pratique du *J'ai le droit, d'elle a le droit* m'a conféré patience, respect et calme.

C'est auprès d'eux que je retrouve l'émerveillement, la joie.

Je suis émue de les voir revenir chaque semaine pour tenter l'aventure de se connaître et d'être Meilleur, ce qui me donne force et confiance en moi.

Je suis heureuse de voir les membres de mon groupe participer de plus en plus à des WE ou séjours et même pour certains, de devenir correspondant. Je suis profondément touchée.

Je suis contagieuse

Je me souviens dans mes premières années de correspondante, la joie démultipliée que j'avais à l'arrivée d'une nouvelle personne dans mon groupe. C'était le cadeau de la vie au point de le fêter avec un champagne à Touchenoire.

Solidarité humanitaire

J'aide depuis quelques années une jeune maman et ses trois enfants dans le besoin au point d'avoir tissé des liens très forts avec eux.

Pendant la pandémie et la fermeture de l'aide alimentaire, ils sont démunis.

J'ai alors l'idée de proposer une solidarité collective à tout mon groupe. C'est l'enthousiasme général et chacun va vivre des expériences de partages très forts.

Je n'en reviens pas d'être à l'origine de tout ça ! Je m'aperçois que j'ai grandi, là aussi, et que j'aide les autres à grandir.

Et la suite ?

Et puis, à Beaugard, l'an passé, Patricia me demande : « comment va ta vie, Maryse ? » Le ciel me tombe sur la tête !

Et d'un coup me revient cette idée de communauté que j'ai eue.

Comment traduire cette envie dans ma vie d'aujourd'hui ?

Des loisirs ?

Un projet que je rêve de construire.

Je n'ai pas suffisamment de vie sociale, de loisirs avec les autres.

Moi qui n'avais pas le droit de m'amuser, ni d'avoir droit à mes envies, j'ai envie de créer des moments conviviaux avec les gens de mon groupe, hors des rencontres dialogues.

J'en parle à Patricia qui me dit : fonce !

Les quatre premières rencontres sont sympathiques, gaies, originales, mais je sens que ce n'est qu'un début. Je sens comme une petite aventurière qui trépigne au fond de moi.

Avoir droit à tout cela, c'est comme être devant une immense panetière à jouets, émerveillée.

Avoir cette incroyable chance de pouvoir aider dans le cadre d'un service, à mon âge ! Je ne veux pas et ne peux pas laisser passer mon existence sans apporter ma pierre à l'édifice et aider les gens à ne plus errer sur terre.

Je me sens prête pour la suite !!!!

Je ne remerciais jamais assez Patricia, de sa patience, et de la confiance dont elle me témoigne.