

Corinne Charpentier

LA MAGIE DES MOTS



J'ai un message pour vous !

Sans réellement savoir ce qui vous a mené jusqu'ici, je pressens qu'en vous, germe une graine qui ne demande qu'à pousser, grandir et s'épanouir. Pas improbable non plus que votre existence vous pose question, que tout n'est pas si joyeux et en paix à l'intérieur de vous. Sans doute recherchez-vous à donner du sens à votre présence sur terre ou alors plus de douceur et d'amour à ce que vous êtes. Quelque soit la raison de votre quête existentielle, je vous souhaite la bienvenue dans mon univers.

La vie n'a de cesse à nous interpeller et nous confronter. Tout comme vous, je me suis posée et me pose encore bien des questions. Les réponses ne sont pas toujours évidentes à trouver, ni vraiment limpides et quand elles arrivent, d'autres questions émergent. A croire que rien n'est vraiment acquis et encore moins immuable. Bien de quoi se décourager ! Alors oui ! Parfois je lâche l'affaire et c'est bon de me foutre la paix alors que d'autre fois, plus déterminée que jamais je reprends l'exploration, dans l'espoir de passer un cap, de m'accomplir un peu plus.

Aujourd'hui, le message que j'ai envie de vous faire passer est un encouragement à explorer votre histoire, une invitation à oser la raconter, à oser exprimer ce qui a trop longtemps été mis de côté. Se reconnaître au travers de son parcours, aimer sincèrement qui l'on est, est source d'une joie profonde et durable. D'avoir su poser des mots sur mes ressentis, d'avoir pu exprimer mes émotions, dire ma vérité sans plus avoir peur, ni honte de blesser ou de déranger, a guéri mon cœur et m'a ouvert un chemin de liberté.

Laissez-moi vous compter un bout de mon histoire d'amour avec moi même. Et qui sait ? Peut être aurez vous envie, au final, de me raconter la vôtre.



Petite, timide, toujours fourrée dans les jupes de ma mère, j'étais loin de me faire remarquer. Mon plaisir à moi, c'était d'écouter, regarder, observer, essayer de comprendre ce qui se passait. Si je ne comprenais pas, je faisais semblant d'avoir compris. Hors de question de passer pour une ignorante. Je parlais peu mais je ne manquais jamais une occasion de rire, de tout, comme de rien.

J'ai toujours adoré les histoires, surtout celles racontées par ma tante et ma grand mère paternelle qui avaient le don de me faire rire aux larmes.

En état d'admiration devant tout ce qui m'était racontée, je préférais me taire plutôt que d'oser prendre la parole et en même temps le risque d'être ridiculisée. Quelques phrases sarcastiques m'ont plus d'une fois remisent à ma place :

« Si c'est pour dire ça, tu aurais mieux faite de te taire ! »

« N'importe quoi, tu ne comprends vraiment rien à rien, t'as deux neurones où quoi ? »

« Oh toi la petite, on t'a rien demandé »

Rien ne valait mieux que mon silence pour m'éviter ce genre de remontrances.

A l'école, en famille, devant un grand nombre de personnes, quand il était question de m'exprimer je perdais vite mes moyens, mes mains devenaient moites, ma respiration courte, mes joues rougissaient et mon cerveau se vidait de toutes pensées. Rien, absolument rien ne laissait présager qu'un jour je monterais sur scène pour parler de moi. Et pourtant !



En grandissant, j'ai appris plus ou moins à dépasser ma timidité. Passée l'adolescence, j'ai adoré discourir avec mon père, sur la vie, les gens, sa vision du monde, essayant ainsi de forger la mienne. J'ai pris de l'assurance et petit à petit, j'ai osé prendre la parole, en faisant toutefois très attention à ne pas trop m'exposer.

Il suffisait d'un rien, d'un mot, d'un regard, surtout s'il était masculin, pour que je retourne, illico dans ma grotte silencieuse, à l'abri de toutes humiliations. Trop longtemps, j'ai cru que les hommes savaient tout, mieux que moi, qu'ils étaient plus doués, plus intelligents, plus cultivés, plus plus, plus et moi pas grand chose... Hors de question de rivaliser, je n'en avais ni la capacité, ni la carrure. J'ai ainsi filé ma vie d'adolescente et de jeune femme, discrètement soumise aux convenances et à la bienséance. Tout ce que je ne pouvais exprimer, ni faire, je le transcendais au travers des livres et histoires qui m'étaient contées, au cinéma, au théâtre... En silence, je rêvais d'une autre vie.

Dans ma réalité, la sous-estime de moi régnait en maître. Petite dernière d'une fratrie de deux frères, entourée d'attention et d'amour par tous les membres de ma famille, je me suis bizarrement peu estimée, peu aimée.

Comment était-ce possible ? Moi qui n'avait jamais manqué de rien, avec, en plus, une bonne santé, des amis et suffisamment d'argent pour répondre à mes besoins. Où était le problème ?

Il était sous-jacent, loin, bien loin de ce que je pouvais imaginer. Suite à toute une série de remises en questions, de consultations thérapeutiques (constellations, bio décodage, chamanisme) j'ai pu mettre le jour sur la racine de ma mésestime.

Eduquée, formatée dans le culte de « l'autre », je lui ai toujours fait honneur, laissant passer son plaisir avant le mien. J'ai vu faire ma mère, mes frères, mon père et j'ai très vite compris que mon genre féminin n'allait pas être mon meilleur atout dans la vie. Il me ferait régulièrement passer au second plan.

Toujours présente et au service, ma mère s'occupait de notre santé, de notre confort. Elle veillait à ce que nous soyons bien habiller, bien nourrir. Elle nous rassurait, nous réconfortait et malgré toutes ses attentions quelque chose persistait à me manquer. Elle nous a quitté trop vite, trop tôt et de ses câlins, de ses bisous, j'ai gardé peu de souvenirs. Elle ne se plaignait jamais, remplissant sa tâche de mère, d'épouse à la perfection. Cependant, m'aimait-elle vraiment ?

Mais oui bien sûr ! Alors pourquoi ne me l'a t'elle jamais dit ? Etait-ce compliqué ? Inutile ? Un détail insignifiant ?

Mon père lui, qui ouvertement me le disait souvent, avait, malheureusement la moquerie facile. A ces yeux j'étais, certes, belle, gentille, mignonne mais un petit peu idiote sur le bords. Cela faisait sourire tout le monde, enfin tout ceux qui l'entendaient.

Mon ex-mari aussi, était fervent de ce genre d'humour. Mine de rien, leurs mots et leurs sous-entendu faisaient leur oeuvre en sourdine. Et moi, aussi incroyable que cela puisse paraître, je riais aussi de leurs railleries, coincée entre leurs amours et cette humiliation qu'ils m'infligeaient régulièrement de façon totalement anodine.

J'avais probablement quelque chose en moi de risible, de peu intelligent et surtout de docile. Comme je ne voulais rien perdre leur amour j'acceptais ce qui en réalité était inacceptable. Ce schéma là, m'a collé à la peau plus de la moitié de ma vie.

Plus tardivement, j'ai découvert que cette sous-estime de moi-même prenait sa source bien plus en amont. Elle remontait à ma toute petite enfance, à une période de ma vie dont je n'ai quasiment aucun souvenir. Pourtant, les ressentis sont bien là. Mes peurs liées au masculin, mon mal aise avec la sexualité et nombre d'autres comportements convergent tous à un seul et même constat : j'ai été victime d'un abus sexuel. Ne pas vouloir, revivre, revoir, ressentir cet acte a maintenu longtemps, un voile sur ce petit bout de mon histoire. Jamais rien ne sera raconté de ce bref instant qui m'aura marqué à vie. Pas un mot ! Silence !

Qu'est ce qui en moi, avait pu susciter et justifier un tel acte ? Je devais sans doute le mériter et ne pas valoir plus que ça. Rien de si étonnant, à ce que mon regard sur moi se soit durci, jusqu'à devenir mon propre ennemi, mon pire juge. Coupable ! J'étais forcément responsable de ce qui m'arrivait. Blessée, choquée, condamnée au silence, j'ai enfoui ce secret au plus profond de moi. J'ai fait comme si rien de cela n'avait existé. Le drame était passé, le non amour de moi-même et la peur de l'homme allaient persister. Je ne m'étendrais pas plus sur toutes ces années durant lesquelles se sont succéder les épreuves de ma vie. Un parcours incessant et fatiguant de « je m'aime », « je ne m'aime pas », « je m'aime », « je ne m'aime pas »...

Il m'en a fallu du temps pour passer de « coupable » à « victime » et reprendre mes droits et l'impérieuse nécessité à me positionner afin de sortir gagnante de cette sombre histoire. D'avoir reconnu et nommé mes blessures, a largement contribué à me faire sortir de cette croyance de devoir me laisser aller au bon vouloir des autres. J'ai repris les rennes de ma vie.



Et puis un jour, un peu par hasard mais surtout parce que l'idée m'amuse beaucoup, j'ai relevé le défi de monter sur scène pour me raconter. Je ne devais pas avoir toute ma raison ce jour là pour me lancer dans une telle aventure mais je ne regrette en rien tout ce qu'il m'a fallu traversé de persévérance, et d'audace. J'ai énormément appris sur moi, sur comment prendre ma place et poser ma parole. J'ai du faire le tri dans mon histoire, choisir ce qui était prioritaire et essentiel pour moi de dire au monde. Il m'a fallu aussi définir pourquoi j'avais tant besoin de faire cela et de quelle façon j'allais m'y prendre. Un véritable chemin initiatique. Forte de cette expérience maintes fois renouvelée il n'y a eu qu'un pas de plus à franchir pour accompagner d'autres personnes à vivre cette magnifique expérience et créer ce concept de « show existentiel » qui a fait depuis 2014 bien des adeptes.

Nul doute d'avoir ainsi répondu à un rêve d'enfant, à un rêve d'artiste. Moi qui avait été si intimement poussée au silence il devenait urgent de libérer ma parole et poser ma vérité. Même si avant chaque représentation, je me demande pourquoi je m'inflige un tel challenge, une fois sur les planches, l'évidence est là. Au delà d'un plaisir intense, une réparation est en oeuvre à l'intérieur de moi. Une réparation que je m'offre et que j'offre aussi avec grande joie au public.

Les Constellations d'Abondance ont également beaucoup influencé mes écritures de shows existentiels. Imaginer avoir neuf personnages symboliques à l'intérieur de moi, m'a tout de suite plu même si la gestion de ce petit monde là est loin, parfois, d'être simple. Je remarque que chaque fois que le « Bronx » s'installe dans ma vie, je trouve toujours bénéfique de prendre du temps avec ma petite entreprise intérieure. Ecouter chacun s'exprimer, laisser monter et libérer mes émotions, m'ont systématiquement ouvert des chemins de compréhension et de résolution.

J'ai découvert que j'avais une âme et que sans la foi, en moi, en l'amour, ma vie avait peu de sens. J'ai réalisé que mon corps était un allié précieux qu'il me fallait l'honorer tel un temps sacré et le laisser libre d'agir et créer à sa guise. Mon enfant intérieur après bien des péripéties a fini par retrouver sa joie et sa pétillante. J'ai compris qu'il était dans mon intérêt d'accueillir et intégrer autant ma part d'ombre que ma part de lumière. Qu'elles m'offraient toutes les deux, des dons, de la puissance, du rayonnement qui contribuaient à l'ouverture de mon coeur. Un coeur qui pourrait enfin, oser prendre le risque de s'abandonner à l'amour et d'aimer à nouveau. Entre ma mère intérieure et mon père intérieur rien n'est encore vraiment gagné. Même s'ils ont fait la paix avec les histoires du passé, je reste attentive aujourd'hui à maintenir l'équilibre de mon couple intérieur, dans l'harmonie, le respect et le soutien de chacun. Grâce à leur union libre en moi, mon énergie vitale peut se déployer et m'amener à l'essentiel : jouir de ce que je suis.



Jouir : voilà un mot qui m'a longtemps dérangé. Un mot tabou, indécent qui rendait le plaisir du corps interdit, mal sain. Est-ce que pour autant je pouvais envisager d'avoir un corps sans plaisir, sans désir ? Absolument pas. J'ai appris à le regarder différemment, à reconnaître sa beauté et accueillir cette jouissance en moi en toute simplicité.

L'essentiel de notre existence ne se résumerait-il pas à juste ressentir cette joie et ce plaisir à être ? C'est en tout cas, ce à quoi j'aspire maintenant.

Jouissez-vous de ce que vous êtes ?

Je vous invite à suivre le protocole suivant. Prenez une demi-heure, dans un endroit calme et confortable. Soyez le plus sincère possible et dans la plus grande bienveillance.

- Répondez à ce petit questionnaire ci-contre :

- Aller sur la page de mon site du tirage en ligne du « JE comme un jeu » pour effectuer les tirages proposés.

- Dessiner de façon spontanée et sans réfléchir, sur une feuille blanche, une fleur. Observez votre dessin. Cette fleur est à votre image que vous raconte t'elle ?

- A la suite de toutes ces étapes, faites le bilan.

- Vous voilà face une vision de votre état de jouissance du moment. Accueillez sans vous juger et mettez en place l'action tirée ou toutes autres actions qui vous semble importante pour faire un pas de plus vers votre jouissance personnelle.

Quelques questions à vous poser et actions à mener :

AVEZ-VOUS DES RÊVES ?

QUELS SONT ILS ?

QU'AVEZ-VOUS MIS EN PLACE POUR LES RÉALISER ?

QU'EN EST-IL DE VOTRE JOIE, AUJOURD'HUI ?

POUVEZ- VOUS L'ÉVALUER ENTRE 0 ET 10 ?

QU'EST CE QUI POURRAIT L'AUGMENTER ?

SI PLUS DE JOIE RENTRE DANS VOTRE VIE :

DE QUOI AVEZ-VOUS PEUR ?

3 MOTS POUR ILLUSTRER VOTRE ÉTAT DU MOMENT.

QUELLE RELATION AVEZ-VOUS AVEC VOTRE CORPS ?

TIRER UNE CARTE REFLEXION DU "JE COMME UN JEU"

PRENEZ LE TEMPS DE LA RÉFLEXION

TIRER UNE CARTE ACTION DU "JE COMME UN JEU"

Savoir surfer sur les vagues de sa vie, aller à la rencontre de soi est un cadeau inestimable. Découvrir quelle personne merveilleuse on est. Parfait.e ou pas, l'importance n'est pas là. Elle réside dans l'acceptation et la reconnaissance de ce que l'on est, sans aucun jugement d'aucune sorte.

Voilà plus de vingt ans que je suis dans l'introspection. Des années de questionnement, de recherches, de prises de conscience et de libération. Des années que pour moi, chaque mot compte tout autant que la façon de les exprimer. Ils émettent une vibration qui vient raisonner en celui qui pose sa parole et celui qui la reçoit. Le verbe est tout aussi créateur que guérisseur. Prenons soin de notre vérité, de nos maux (mots), par amour pour nous, pour restaurer notre histoire et l'aimer, pour se restaurer et s'aimer.

Soyons attentif à la magie de mots que nous prononçons.



Par amour pour vous, je vous invite à oser raconter votre histoire, à libérer votre parole et l'artiste qui sommeille en vous ! Révéler ce que vous êtes !

Vous pensez de ne pas être capable , trop jeune, trop vieille, pas assez d'argent, pas le temps... Mettez tout cela à la poubelle et écoutez l'élan de votre coeur, le désir de votre âme, la petite voix de votre enfant intérieur, le plaisir de votre corps... Eux savent très bien ce qui est bon pour vous. Ecoutez les !

Au plaisir d'écouter votre histoire et vous accompagner sur votre chemin de vérité.

Consultez l'agenda sur mon site et prenez rendez-vous !

Corinne CHARPENTIER

Tel : 06.18.29.53.06

