Université du Québec
à Rimouski

De l'impuissance à l'agir de la parole créative : un chemin de consentement au mouvement de la vie.

Une démarche de recherche heuristique à l'esprit performatif et herméneutique.

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en étude des pratiques psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© SYLVIE HOGUE

Août 2018

Composition du jury :

Jeanne-Marie Rugira, présidente du jury, Université du Québec à Rimouski

Luis Adolfo Gómez González, directeur de recherche, Université du Québec à Rimouski

Renée-Bernardette Fountain, examinatrice externe, Université Laval

Dépôt initial le 15 janvier 2018 Dépôt final le 24 août 2018

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

Je dédie ce mémoire à ceux et celles qui arrivent d'un long chemin de retour vers leur cœur, par la grâce d'une vie reçue.

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier infiniment Luis Gomez, pour sa générosité et sa confiance à m'accueillir dans mes forces intuitives et mon humanité. Son regard bienveillant et rigoureux, au cœur de l'invisible et de l'inaudible, a tenu promesse de me veiller dans le lieu intime de naissance à soi-même. Merci de m'apprendre à vivre dans cet espace de rencontre à cet autre qui m'attend, tous les jours. Merci pour le temps primordial donné pour apprendre la bienveillance nécessaire pour me tendre la main, au cœur de l'authenticité de la vie, quoi qu'il arrive. Dans l'intention de cheminer vers l'essentiel de mon cœur, la pratique de l'écriture performative m'a permis de découvrir plus que moi-même. Cet enracinement au présent du mouvement de la vie m'apprend à habiter une nouvelle manière d'entrer dans l'existence. Par l'art et la parole qui vient, je m'ancre à une manière de me vivre dans la confiance d'un axe qui tient la cohérence de ma vie. Devant ma capacité nouvelle de lui répondre, je peux écouter cet indomptable vouloir dire qui cherche ses voies d'expression. J'arrive debout sur la terre, avec des mots libres d'aimer. Le deuil s'accomplit dans le consentement à me réactualiser, à l'aube d'une vie nouvelle. Dans l'accueil de ma différence, j'ai trouvé la force de l'épreuve et le courage dans mes passages. Cette nouvelle mémoire vécue crée une histoire d'ouverture des possibles. Je débute ma vie, dans ce geste de communicabilité avec l'étrangeté. Par cet autre, indispensable, à ma transmission et à la réception de notre commune divine humanité, en marche. Merci, Luis Gomez.

Je tiens à rendre hommage à Jeanne-Marie Rugira qui est à mes côtés depuis 2004. Je suis née de sa profonde humanité de femme africaine. Je remercie son attente à me laisser me retrouver au cœur du désir de mon être et sa confiance en l'intelligence de ma vie. Merci de cette force d'incarnation au sein des conditions de vie que tu as créées pour nous espérer féconds pour le monde. Je remercie la Sage-femme qui m'a appris à porter le sens

d'une souffrance innommable, de trouver en moi le courage constant pour me tenir au cœur d'une absence souvent intenable. J'ai appris à recoudre ma vie au cœur d'un sentiment d'appartenance au sein de ton hospitalité. L'exilée retrouve sa demeure, un corps et du respect pour le devenir de son intelligence singulière. Merci de ta proximité à l'amour et du silence partagé. Par ton regard d'accueil et de bienveillance, je rapatrie les ressources insoupçonnées de mon âme. Mes arrivées et mes départs tenus dans le lieu d'un lien sacré m'amènent à suivre ce courant du fleuve qui me conduit. Sur cette autre rive, je me reconnais métissée de mes chemins de formation, de mes cercles aimés et reliée à un savoir vivre ensemble qui se dévoile être le « socle » de ma demeure intérieure. Merci de cette « inspiration » tissée de tant de moments précieux que tu as gravée dans mon cœur. Je souhaite qu'elle accompagne mon devenir, un baume de gratitude pour éclairer ma vision du monde.

Je tiens à remercier Jean-Marc Pilon que j'ai rencontré dans les premières années de ma recherche. Il a orienté la praticienne-chercheure, l'apprenante balbutiante. Je remercie sa confiance à laisser tous mes premiers mots issus de ma pratique et de ces moments quotidiens de vie, être porteur de ce chemin heuristique de validation et d'apparition de Sylvie, dans mes talents d'accompagnatrice. Je marche en mon existence ferme et vivante. Dans la curiosité de l'enfant, je me souviens que tous les lieux d'action sont porteurs de ma nature singulière d'être et de faire. Merci de m'avoir appris à habiter ma mission d'acupunctrice en me laissant veiller ta maison et ta famille, tout autant qu'en m'offrant les conditions et les pratiques pour m'y rencontrer. Merci pour ce temps donné pour que je vive le sens de l'acceptation de mes cris et celui du chemin de renouvèlement de mes choix. Merci de ta confiance en la marcheuse qui aime le silence des montagnes. Sur ces cimes-là où tu es, je reviens te remercier et retrouver le courage de persévérer à rester dans une profonde écoute de nos humanités.

Je porte en moi une grande reconnaissance envers mes communautés d'appartenances, frères et sœurs de marche, allié(e)s sur le territoire de l'intervention psychosociologique et de la pédagogie perceptive : co-chercheurs initiés aux mystères des

profondeurs de l'être et de l'humain. Ma rencontre avec l'engagement de chacun d'entre eux envers la transformation singulière de l'humain a inspiré mon écoute du corps sensible et contribué à une vision nouvelle du soin. Ainsi, je remercie Jean-Philippe Gauthier, Monyse Briand, Pascale Bergeron, Karen Arsenault, Marc-Antoine Dion, Diane Léger, Marie Beauchesne et Marja Murray.

Je remercie aussi l'accompagnement et l'amitié d'Agnès Noël, Béatrice Lepage, Serge Lapointe, Martine Menu, Jean Humpich, Fabien Rosenberg, Angela Lacombe, Marc Humpich, Sophie de la Brosse, Aurélie Thuy Nguyen, Myra-Chantal Faber, Josée Desjardins, Élise Argouarc'h et Violaine Courtois.

J'invoque le pardon à ma famille pour mes longues périodes d'absence pendant ma démarche de libération. Cette quête d'une nouvelle demeure a pris le temps de mes passions et de la reconnaissance de mes racines d'origine. Le temps pour saluer et honorer votre chemin de parent et le don d'amour fait à vos enfants et petits-enfants. Je reviens plus près de chez nous par le chemin de mes mots. Je reviens plus près de chacun dans la gratitude de vos présences et de votre bienveillance à la vie.

Toute ma gratitude, à vous, Hélène Durette et Barbara Soucy, qui avez partagé ma vie et m'avez soutenue dans l'amitié le temps d'arriver à mon enracinement. Votre force d'exister et votre générosité est un souffle continu à mes jours de courage de vivre et d'aimer. Grâce à vous, je suis grandie de mes déménagements, de mon arrivée à mes départs vers une nouvelle demeure.

Merci à tous ces amis et amies, clients et thérapeutes du Centre Iyari qui ont jalonné mon parcours d'acupunctrice. Vous m'avez aidée à poursuivre ma quête de formation et à l'intégration de mes différentes compétences. Je remercie aussi mes collègues de maîtrise : Isabelle Synnott et Nicole Rousseau. Par nos échanges en terre Rimouskoise, je me suis sentie aimée, reçue en humanité et alliée dans nos singularités et nos défis.

Je remercie la présence de Jean Kabuta dans ma vie. La rencontre de ce maître du Kasàlà m'a appris à aller vers l'accueil de l'hospitalité des mots et des noms, la nécessité du rituel pour les accueillir sur la terre et célébrer la beauté de la vie, par le regard de la poète. Chaque jour depuis mon lieu d'écriture, dans ma mémoire est inscrite la présence de l'hôte et de l'hôtesse. Un souffle d'espérance sur mes hécatombes laissées par le désencombrement nécessaire à mon être que tu as salué de ta poésie. Je reviens à vos grands rires quotidiens qui inspirent à demeurer sur les chemins de la discipline. L'esprit du Kasàlà est semé et se cultive dans le jardin de mon âme. Sa forme dans mon expression singulière est devenue une quête de l'Histoire de mes appartenances et quête de liberté à continuer mes chemins de parole, pour m'y déclamer citoyenne ! Merci de ta sagesse transmise inscrite dans ma mémoire d'origine de cette vie qui se commence dans la joie.

Je voudrais remercier ces femmes, nouvelles amitiés inattendues, qui m'ont surprise de retour sur les lieux ancestraux de mon existence. Sur la route de la nomade, la poète quitte le nid de la grotte vers l'exploration de la défricheuse qui revient à ses retrouvailles au milieu de sa forêt intérieure. L'écrit s'actualise dans la rencontre de l'autre, des lieux et du Monde. Je dis merci à ces rires partagés avec Kédina-Fleury Samson, à ces larmes qui deviennent plaisir de vivre et de jouer avec cette actrice magnifique qu'est Louise Rosenberg et à ces silences troublants de liberté avec Marilou Brousseau. Ces nouvelles sœurs d'âme libre m'ont permis de commencer à parler, chanter et danser, et parcourir mon être sur une terre inconnue. J'amène ainsi dans ma Solitude réconciliée les récoltes de mon mémoire dans une sécurité intérieure sur les sentiers du Monde. Je remercie ces femmes qui osent appartenir à ces vols d'oiseaux qui passent, se font rencontre de l'instant et qui nous surprennent de leur force, de leur courage et de l'agir qui prend position dans de nouveaux horizons.

Merci à la vie de mes rencontres tissées depuis cet Amour qui a rejoint profondément mon cœur, tout au long des jours d'écriture. Ce mémoire ne s'est pas écrit pas seul, je suis devenue par ce qui se partage, se dialogue et qui parle de ce nous que je

suis avec les autres. Merci à Vitor Pordeus et le Théâtre Dyonisos de Montréal qui m'a permis de renaitre à partir des images et des actes intérieurs qui soutiennent ma communicabilité, singulièrement moi, au sein de l'espace de la relation. En quête de ma mémoire et de mon histoire d'origine, je me suis réconciliée au cercle des ancêtres et des cultures qui nous constituent.

Merci à vous tous, lecteurs inconnus, de votre attention. Puissiez-vous y trouver souffle et vie sur votre chemin.

AVANT-PROPOS

Pour vous permettre d'entrer dans la lecture de ce mémoire, je suis dans la responsabilité de vous indiquer les codes de cette recherche. Cette responsabilité est nommée par Emmanuel Levinas (Levinas, 2004, p. 121) comme étant la réponse du sujet à l'appel d'autrui. Cette recherche, vécue comme un voyage heuristique de 2005 à 2017, s'inscrit depuis ses débuts dans cet appel premier à répondre au défi de me rendre communicable ; acte nécessaire à l'intercompréhension, entre vous et moi, auteure. Mon parcours de renouvellement de ma pratique personnelle et professionnelle y a atteint sa maturité. J'ai expérimenté ce long dialogue donnant naissance à la construction de ma pensée comme un défi de création de liens entre les différentes dimensions de mon être : la femme blessée, la praticienne, la chercheure, l'artiste et l'intuitive. Chaque dimension fréquentée dans différents contextes donne lieu à l'exploration du *Je* qui se dit, en se refaisant au contact de l'expérience des relations interpersonnelles. Au cours de la recherche, je me rapatrie dans mes multiples identités. Mon grand désir d'aller à la rencontre de l'autre a été stimulé par l'intégration de nouvelles pratiques visant à rétablir le lien nécessaire à la relation à soi et à l'autre. Ces pratiques sont nées dans le contexte d'un espace dialogique de groupe, s'articulant autour d'un désir de soin de la relation à moi, à l'autre et au monde. Ce contact avec ces cercles aimés m'a appris la nécessité du rapatriement identitaire, de la responsabilité dans l'acte de me relier, du défi de ma communicabilité et de la rencontre dialogique. Ces premiers codes sont à tenir en compte dans la lecture de ce mémoire.

L'écriture nécessaire à la construction du mémoire m'a été difficile. L'écrit, son intimité a été un défi. La femme que je suis devenue se rencontre dans le recul et la solitude de l'écrit. Le deuil et la déception que j'ai rencontrés dans le processus d'écriture et par la relecture des temps et cycles de mon parcours m'ont dévoilé un écart, une déchirure. Dans le silence du rapport au soin, je me vis plutôt dans un état de grâce et d'intimité avec mon cœur de soignante qui porte ma pensée et mon corps. Dans le silence et l'intimité de

l'écriture, je rencontre plutôt mon jugement et mon manque de bienveillance envers moi-même. Par l'écriture, je me fais apprenante du consentement à ce qui est, une occasion d'habiter la bienveillance sur le chemin de rapatriement de mon être. C'est dans l'intimité de mon rapport à moi-même (entre ma pensée, mon corps et mon cœur) que l'écriture provoque, que je fais le choix, à l'hiver 2014, de me situer dans l'esprit d'une écriture performative. Je commence alors un premier texte, sous forme d'une prière (voir page xxv). J'y devine dans le choix du présent et de mes mots l'épreuve qui se dessine : le détachement des pères-paires, vivre l'arrêt du mouvement de ma vie au carrefour des possibles, la mémoire entremêlée, le besoin de démocratiser les mots pour parler du corps… La difficulté de retourner mon attention au présent s'exprime quand l'intuitive en moi se devine, quand le corps de souffrance se réveille et affecte la mémoire qui m'éprouve et quand cette épreuve laisse voir l'écueil de l'oubli dans l'accueil de mes mémoires du passé. Pour expliciter cette difficulté, il est important de comprendre mon état de santé : je souffre de déficit d'attention, ce qu'on connait sous le nom de trouble du déficit d'attention et d'hyperactivité (TDAH) chez l'adulte. L'exercice d'écriture me force à comprendre ma difficulté et à reconnaitre mon état de santé dans le besoin de m'apprivoiser et de nommer ce qui se passe.

À l'hiver 2014, je commence à voir que je n'y arrive pas. Dans l'agir d'un soin, tout mon corps travaille et la pensée est reliée au geste, au présent et à l'écoute de l'autre. Quand j'écris ce qui veut se dire, je ressens *la poussée de vie* ; mouvement du désir par ce qui s'écrit de manière intuitive et se donne dans l'instant. Puis, par moment, le mur, quand ce que je veux dire se tait : « cerveau blanc ». Je n'arrive pas à répondre à des objectifs précis. Quand je veux apprendre des tâches sur Word, je sens ma fatigue au niveau cognitif ; le même abattement quand je suis affectée par ce que je lis ou dans l'exécution d'une tâche quotidienne simple que je veux accomplir. J'agis par amour, par passion ou par responsabilité pour l'autre. Pendant un an et demi, suite au relâchement de mes protections affectives et devant mes constats de vie, j'ai des serrements au front, au cou et à mes dorsales. J'ai le sentiment que ma tête ne tient plus sur mes épaules. Je lis dans mon corps l'effet de la volonté qui ne contrôle plus ce que je vis et le poids de mes jugements et de

mes émotions. J'aurai aussi un sentiment de libération du corps qui se donnera comme un nouvel espace, permettant de structurer et d'organiser ma pensée par le mouvement ressenti. Par ce rapport à ma sensorialité, je peux tisser un pont avec ma pensée et apprendre à construire l'axe qui permet la direction ou le choix d'un geste. En m'appuyant sur mon intelligence corporelle, je peux contourner l'inertie qui se déclenche au moment de la nécessité de faire et de décider. Malgré le fait que je sois centrée dans mon corps, mon attention n'arrive pas à se porter dans un petit geste, dans la lecture d'un mot, ou à rester dans la focalisation dans l'action. Quand je me sens affectée dans mon corps pendant ma pratique professionnelle, je me cache et je vis de la honte. Je contrôle mon quotidien pour structurer le temps et les tâches. Je diminue mes engagements dans la fatigue. « Ça ne veut plus ». Je bute sur l'action que j'alterne de plus en plus avec des temps de repos. J'ai de la difficulté à rester centrée sur le dialogue avec l'autre. Par contre, je me sens dans une présence nouvelle à mon être et à mon cœur qui m'intériorise. À partir de ce lieu-là de ma sensibilité, j'ai la responsabilité de m'accompagner dans ce que je suis seule à vivre et que je ne comprends pas. Je choisis de faire confiance à la transition, à l'inconfort de la transformation et au processus de discipline de l'écriture : la pensée s'agite quand je sens la motivation à l'action diminuer et quand je vis la résistance à me nommer devant ce qui cherche à se faire récit dans mon histoire.

Cet état contraste avec le calme d'une méditation, d'un temps de silence ou de contemplation. L'écart devient visible selon les actes que je pose : mon corps qui danse, ma main qui écoute et lit la vie intime de la matière, ou quand je parle ou que j'écris à l'autre. Malgré ma sensibilité d'écoute, je vois que ma pensée est rapide et agitée. J'apprends à ralentir mon esprit en écrivant à la main le texte d'un ami. J'accorde dans cette action le geste et l'écoute des mots. Je suis animée de la rapidité de l'esprit et de l'effort de la lenteur pour rester en présence avec mon attention à ce que je fais. Dans l'agitation, je me nomme avec trop de mots confus, emportée par l'expression quand j'écris. Mes écrits par courriels sont intenses, décousus et difficiles à saisir pour l'autre. Je choisis de me laisser écrire pour sortir de la répression naturelle face à mon histoire qui surgit et pour faire face à celle qui ne sait pas se communiquer en dehors d'une dynamique d'accompagnatrice. Celle-ci a

appris à se dire à partir de l'expérience du moment et de l'écoute de ce qu'elle perçoit. Dans un contexte intime, j'ai appris la confiance d'un dialogue qui s'appuie sur une attention à la présence à l'autre. Je m'alerte de l'écart entre ma compétence de thérapeute et ces états d'inertie. Mon action se fige quand je suis au cœur d'une activité réflexive, quand la mémoire s'active dans l'écriture et quand je veux me laisser guider et que je dois répondre à des objectifs simples. Par exemple, ce refus d'action se passe quand je dois effectuer des tâches simples comme effectuer la tenue de mes dossiers ou rassembler mes papiers d'impôts.

L'action échoue. Je m'inquiète des conséquences et de mon incapacité à agir sur ces moments. Je me rends compte que malgré mes efforts de structuration, j'ai de la difficulté cognitive à discipliner ma vie réflexive et mon rapport à ma sensibilité. J'associe cela à une perte de ma capacité volontaire à prendre des décisions comme à prendre du recul pour agir et conduire ma vie de femme. Ma motivation naturelle pour agir est menacée. Je ne peux plus répondre à ma vocation seulement par un désir d'être dans un état de disponibilité à l'autre. Je suis perdue dans un trop plein d'intensité de vie à intégrer. Devant cet état de souffrance indicible, je suis inefficace à me « réparer ». J'ai peur de manquer de capacité à soutenir l'évolutivité de ma vie. Je n'arrive pas à prendre le recul nécessaire pour pouvoir avoir une vision d'ensemble de ma situation. Le sentiment d'être en errance dans ma vie se réveille. Je vois que je ne sais pas prendre les décisions pour accompagner les changements nécessaires à mon existence malgré les pratiques et les ressources dans lesquelles je pourrais engager mon existence.

C'est dans le contact avec l'écriture que je commence à ressentir la part de moi qui se tient éloignée des autres dans la peur de l'intimité. Je m'engage dans des moments neufs de proximité à mes relations qui me laissent voir la distance entre moi et l'autre. Je m'approche de l'autre par moment dans la confiance et par moment dans la méfiance du lien qui se rétablit. Malgré l'établissement des conditions nécessaires à la relation, présence inscrite dans une écoute, mon affectivité se soulève. Je fais les comportements, l'impulsivité et la pensée négative reçue dans le dialogue. Au cœur de ma sensibilité et de

ma proximité à l'autre qui débute, je retrouve mon histoire personnelle, au présent, avec ce climat relationnel et affectif de mon histoire familiale. C'est dans ce lieu de moi-même qui revient dans l'espace de la relation que je vois le corps de vie, la poussée de vie, la cognition et la force des schèmes acquis. Dans ce choix d'accueil de ce qui est, je veux m'adresser à ce qui me tient à distance de l'autre et de moi, dans mon rapport à ma vie personnelle et ma pratique professionnelle. Je me juge dans l'impuissance à agir sur cet état qui manifeste mon rapport à moi, tenu dans l'immaturité affective, l'insatisfaction, la dévalorisation ou l'inconfort. Par mes ressources de vie et, heureusement, des expériences nouvelles de vie, je persiste à rester dans l'écoute de mon cœur, l'assise et l'entrée dans un quotidien dans lequel je fais de nouveau choix. Je veux comprendre, plutôt que de contrôler sans me connaitre, pour me donner des conditions rendant la relation intime possible. Je quitte mon équipe de travail. Je consens à mon épuisement de thérapeute. Je reconnais la souffrance de la femme seule et solitaire. J'ose vendre ma voiture. Je déménage dans un lieu favorable pour écrire la recherche. Je désire travailler et apprendre à vivre plus près de la ville, au centre de ma communauté. Je me découvre plus près de moi-même dans les conditions d'intimité que je crée pour mieux identifier ce que je vis. Je simplifie ma vie pour vivre avec des choix qui portent mes valeurs, parfois anciennes, essentielles et d'autres qui me sont inconnues quand je vois l'état du monde actuel.

À l'automne 2013 et l'hiver 2014, je rencontre le cœur de ma crise que je n'arrive pas à reconnaitre. Tout s'entremêle entre émotions et pensées dans mes récits tohu-bohus. C'est dans la pratique de l'écriture que je rencontre mes comportements, mes mécanismes relationnels, mes désillusions et mes difficultés à me vivre de nouveau dans les enjeux de l'attente d'un chez-moi, d'une relation et du poids de l'insatisfaction devant mes choix de vie. J'ai 42 ans. J'établis des constats. Je ne sais pas parler depuis mon cœur. Je ressens ma vulnérabilité au contact de mes liens d'amitié. Je me rends compte que je suis blessée dans l'intimité quand je m'approche du présent de l'écriture. J'ai accès à mes mémoires personnelles qui remontent à ma conscience quand je reçois de l'accompagnement corporel. Le rapport à mon histoire personnelle ne s'est pas transformé malgré ce que j'ai appris à me rappeler. Le contexte de l'écriture et la répétition de mon histoire (déménagement et

insécurité financière) me font apercevoir la fille de ma mère et de mon père que j'ai été. Je suis l'actrice de mon histoire. Avec émoi, je réalise ma responsabilité dans ma manière de vivre ma propre vie de femme.

Je me juge dans mon impuissance à agir sur la situation devant l'écart entre ma vie matérielle et spirituelle. Je suis confrontée à cet écart entre mes pratiques, mes valeurs et mes choix qui ont créé ce contexte de vie. Ma capacité à agir sur mon environnement extérieur se dévoile. J'ai besoin de me centrer à partir de ma vie essentielle sur une réflexion qui me demande de rencontrer mon rapport à l'existence. Le temps donné à ce temps de recherche est un défi de consentement. J'ai besoin de découvrir ma manière de laisser la vie me parler pour pouvoir collaborer avec elle. J'explore mon autonomie à retrouver la cohérence entre les forces et les limites justes de ma condition humaine.

Les mots répétitifs comme lieu d'incompréhension de mon histoire oubliée commencent à nommer le sens de l'agitation de ma pensée. L'intuition et la sensibilité me permettent de rester dans ce souhait de soin à ce qui refuse de se nommer. Au printemps 2014, je continue de vivre la discipline : méditation, travail et écoute du sens du soin et structuration de mon quotidien. Je ne suis pas déprimée. Quand je rencontrerai la docteure Pascale Lahaie de Trois-Rivières, elle me parlera de ce que l'on appelle le déficit d'attention chez l'adulte. Je comprends que mon adaptabilité à ce qui compose ma vie a des enracinements dans ma biologie corporelle, que j'ai fait de bons choix compte tenu de mes limites, que je suis confrontée non pas à une dépression, mais aux limites de la blessure biopsychosociale de mon histoire. Malgré moi, cette blessure m'amène à vivre les mêmes décisions, à effectuer les mêmes choix par une pensée fixée dans mes représentations ou ma condition que j'ignore. Je choisis de rencontrer le contexte de mon présent et de lier ma connaissance avec les émotions qui me bouleversent dans cet étonnement. Je ne prends pas posture devant ce diagnostic. Par contre, je ferai confiance à mon émotion de reconnaissance lors de ma discussion avec la spécialiste et la lecture du livre : *L'esprit dispersé* du Dr Gabor Maté (Maté, 2001). Le chemin de recherche m'apparait comme un parcours de guérison et de confrontation à ma condition de vie depuis mon enfance.

Je me reconnaitrai dans les caractéristiques du cerveau des TDAH chez l'adulte : des « lunettes embrumées », l'oubli des clés, les blessures de naissance sur le corps et du développement de l'attachement de l'enfant, la difficulté à céder sur ses pensées (l'entêtement), à tenir la structure du quotidien, à rester relié au temps d'exécution des tâches et à ressentir les contours dans l'espace. J'apprends à me situer malgré le désordre et l'ordre à refaire au quotidien. Les objets se déplacent au rythme de mon déplacement exprimant le débordement de la vie intense à contenir.

Je suis dans le refus de reconnaitre que les répétitions de vie, comme dans l'écrit, dénoncent mes difficultés avec ma mémoire et qu'elles résonnent à l'oubli et aux phénomènes de reconnaissance de moi-même. Je m'entraine à me donner les moyens de faire des tâches simples et exécutives et à voir les impacts de ces comportements quotidiens sur ma vie affective et relationnelle. Je suis déterminée à structurer mon action devant le désordre des papiers et du quotidien qui me demande d'apprendre à séquencer mon temps dans des objectifs donnés. Je vois l'évitement à me souvenir des conséquences sur l'apprentissage de l'enfant que j'ai été et sur l'accomplissement de mes objectifs de vie que je constate à l'aube de ma quarantaine. Je suis l'apprenante passionnée qui ne comprend pas la résistance à obéir aux directives exécutives. Ces mécanismes engendrent une fatigue et un sentiment d'échec et de dévalorisation qui m'envahissent.

Je commence à comprendre que dans un contexte scolaire et relationnel, je ne peux pas cognitivement apprendre et agir selon la convenance. Devant les réactions à mon égard, je vois que je n'obéis pas aux attentes exigées. Je vois ma contre-dépendance à l'autorité, mon entêtement et ma non-écoute. J'ai appris à obéir et à écouter autrement, en portant des intentions et en faisant confiance à ce qui se manifeste au quotidien. C'est ainsi que je me suis formée et que j'ai intégré mes expériences. Je réalise des tableaux synthèses porteurs d'une compréhension intuitive de ma recherche. La créativité accompagne le processus. Dans l'arrêt et le recul nécessaires pour entrer dans l'espace narratif et descriptif, je dois apprendre à découvrir ma manière de construire la structuration du mémoire nécessaire à son accomplissement et comprendre ma santé.

La médication de juin 2014 à août 2016 :

> Les stimulants de la psyché ont la réputation d'augmenter la disponibilité de dopamine dans les centres préfrontaux du cerveau. On croit que ça augmente la motivation et l'attention en améliorant le fonctionnement des centres du cortex préfrontal. (Maté, 2001, p. 2016)

L'impact de la médication est surprenant. Je vois, par contraste avec le flou quotidien dans mes actions que je supporte depuis plusieurs années, l'aisance soudaine à apprendre à exécuter des tâches, à les séquencer dans un début et une fin, à dialoguer et à communiquer avec les autres. J'entends mieux et je parle dans un temps ajusté. Les prises de conscience de l'impact de ma condition cognitive sur mon histoire, mes relations et mon parcours de recherche seront quotidiennes, successives et exigeantes. Je vois ce qui a été porté par un rapport à ma personnalité ou dans un désir de construire un rapport au présent et à la présence depuis le début de ma vie professionnelle, à 19 ans. Je comprends le sens de l'entrainement attentionnel au corps par la méditation depuis 10 ans. Par contre, ma sensibilité et mon intuition pour choisir et décider de mon action thérapeutique, ou pour vivre ma pratique du toucher, portent sur mes compétences naturelles. Le choix de commencer la médication est soutenu par ma capacité à nommer ce que je vis dans mon expérience. Je rencontre la difficulté de communiquer de manière compréhensible - à mes aidants, mon entourage et mon médecin - ce que je vis à la fois de bienfaisant et d'inquiétant dans mon état général. Je m'adapte à ce que je vis parce que je peux mieux écrire et lire tout en vivant dans le sentiment d'étrangeté avec ma personnalité. Je vois comment ma sensibilité naturelle et mon estime personnelle, atteinte dans ma capacité à réussir l'apprentissage de tâches simples contrastant avec d'autres parts de moi-même, m'ont fait contourner toute possibilité de relation.

La recherche va s'écrire au cours de cette année dans la perspective d'accompagner ce dialogue, dans l'intention de retrouver mon équilibre sur le plan de la santé. Dans cette initiation, je suis confrontée à mon recul d'un rapport d'aidante face aux autres et à l'apprentissage de me faire aider. Dans nos impuissances communes, je suis exigeante face à mes aidants. L'épreuve me rejoint au cœur de la soignante qui entre dans l'inversion de sa

posture de soin. La recherche, soutenue par la médication, allège l'effort cognitif. Je trouve le support pour m'engager dans un souhait de guérison qui demande l'engagement d'une réflexivité face à ce que j'éprouve au cœur de mes transformations. Elle me permet d'accompagner l'impact biologique et psychique de la mise en mouvement de la fixité de ma pensée, de mes émotions et de mes représentations. Toutes s'entremêlent dans l'expérience de reconnaissance de ma présence avec l'autre et de ma présence avec moi-même dans l'intimité. Ce que j'éprouve dans ce contexte de recherche m'ancre dans cette période de transition, de crise et d'écoute à cette situation de vie. Mon existence a besoin du processus de recherche comme lieu d'autonomisation pour vivre avec ma singularité et habiter ma présence au monde.

Une démarche de recherche s'ouvre : entre la toile et le récit.

Deux semaines après la médication, en juin 2014, je me rends à un atelier de femmes. La facilité avec laquelle j'organise l'action m'étonne. Je sors les toiles et les pinceaux. Je découvre que la parole de mon être est exprimée par le geste de l'artiste, exprimant ce qui guide mon cœur dans mon geste. La reconnaissance de la blessure, mes aspirations et les motivations immanentes se vit à partir de mon cœur de thérapeute, comme de l'enfant. Les mots et les maux de mon histoire trouvent la possibilité d'être communiqués comme une voie d'appartenance à ma propre vie. J'y vois l'essentiel de ce savoir que porte mon âme intuitive. Je peux traduire mon vécu par la création d'un langage ancré dans ma communicabilité singulière avec la vie. Gaston Bachelard dit que notre substance spirituelle n'est en nous que si elle peut aller hors de nous (Bachelard, 1992, p.46).

Les cartes-images : un chemin d'incarnation du sens de mon histoire et de la parole.

La toile et le récit deviennent des cartes-images qui expriment mon histoire et le chemin d'incarnation de ma parole. L'intuitive et la chercheure trouvent une démarche méthodologique à ma recherche inattendue. En appui à ce support, je peux développer de nouvelles compétences d'écoute du cœur et voir ma manière d'interpréter mon ressenti devant ce qui émerge dans l'acte de la relecture des cartes. Celles-ci étant médiatrices, entre

mon intériorité subjective et ce vécu relié à un objet extérieur à moi-même, elles me permettent l'apprentissage de la distance dans la fusion avec le senti et la séparation nécessaire pour me différencier. Je me situe de manière à accueillir ces parts de moi oubliées, exilées ou qui sont tenues à l'écart de ce qui ne se discutent plus. L'image porte ce que je ne peux nommer sous la forme de récits, de personnages ou de symbolisations. La nature universelle et mythologique du sens et de la signification des images est porteuse de mon inconscient comme de mon être qui s'exprime. Je vis comme un cadeau de rencontrer la peinture, dans ces temps de crise et d'incertitude. De la toile à l'écrit, un écho entre ce qui cherche à se dire et les mots, un lien se tisse avec ce lieu qui cherche à se dire. Je peux rester dans la vacuité du sens, dans l'écoute de ce qui vient et émerge. J'apprivoise le sentiment de l'attente, dans l'arrêt de mes possibilités à me comprendre.

Dans ce corpus de mes données, je reviendrai constamment à ce cadre quand la nature intuitive et la pensée tenteront de comprendre la crise et d'agir sur mon processus à partir de ma volonté. J'ai fait le choix d'assumer les différentes étapes de la recherche. La méthodologie et la problématique (septembre 2014 à avril 2015) ont été le début d'une discussion avec mon histoire de vie, passé et présente. Elles m'ont permis d'orienter l'axe de la recherche et de soutenir ce choix de m'approprier la symbolique et le processus intuitif pour construire un chemin réflexif. La question de recherche est latente dans le processus en émergence qui s'acte dans le temps de ma capacité à assumer, à apprendre de l'expérience et du chemin d'acceptation de mes limites. Quotidiennement, je serai confrontée au thème du consentement à mon incarnation.

J'intègre le défi de m'apprivoiser dans le sentiment de finalité, dans l'état d'incertitude de mon chemin et l'état de séparation, tous étant inter-reliés dans la solitude de la chercheure. Ce contexte de recherche m'initie à l'attitude du détachement et à ma manière d'être en attachement dans les étapes d'affectivité du deuil que suscitera chaque temps et séquence d'écriture. Pour chacun des chapitres suivants, je prendrai une attitude de ritualisation en assumant, le temps d'une semaine, l'espace d'écriture vécu dans la solitude et le retrait dans la nature. À chaque séquence, un chapitre-texte devient le fondement des

chapitres suivants : l'interprétation (mai 2015), la relecture de l'interprétation (début juin 2015) suivies d'une écoute de deux semaines pour m'ancrer dans une compréhension à partir du consentement à me relier à mon écoute singulière (juillet 2015). La recherche vécue dans ce contexte me met à l'épreuve de mes difficultés tout autant qu'au contact des effets bénéfiques de la nouveauté naissante. Dans la traversée, je suis au contact aussi de mes contraintes. Ce paradoxe m'invite au centre d'un silence d'accueil qui me rapatrie dans mon cœur. Cette posture appelle l'écoute et la rencontre de ma violence, souvenir de mon refus du mal reçu que je fais, je m'impose une attitude de consentement. Dans mon cœur, je vis ces guerres du monde, mon humanité à éprouver. Une épreuve de bienveillance se vit dans le constat de mon accueil et de l'écoute réelle que je me fais dans l'expérience de ce qui m'habite, en avançant dans le mouvement de mes découvertes.

Au moment de l'écriture, ma conscience s'est éclairée ainsi que ma confrontation à mon histoire qui se fait mémoire du présent. Le temps de la relecture de ces textes écrits dans cette intentionnalité m'inscrit dans l'esprit performatif de ma démarche. J'apprendrai à me vivre à partir d'une parole créative qui s'écrit dans l'écoute authentique de ma vraie vie. Cette recherche, ce dialogue avec ma vie, est soutenue par des actes qui m'ancrent dans mon intimité. J'ai fait l'effort, à chacune de ces semaines, d'être dans un espace-temps en dehors de mon quotidien, pour me tenir à distance de l'inconfort créé par l'instabilité de ma vie personnelle et professionnelle, en crise. Je voulais éviter ma tentation d'agir sur mes conditions de vie par la volonté ou une dynamique de pensée réflexive qui ne pouvait que répéter mes stratégies de vie habituelle, à partir d'une réactivité à l'insatisfaction presque insoutenable. La crise vécue a été vécue dans la conscience que l'identité et les parts conflictuelles en refus de dialogue empêchaient le mouvement de la vie. La recherche devient le souhait de m'accompagner dans ma transition vers une part plus profonde et essentielle de moi. J'éprouvais le souhait que le lien entre mon cœur et mon esprit se rétablisse dans la reconnaissance et l'impact de la blessure originelle. Je me suis détachée du diagnostic de déficit d'attention. J'ai choisi de découvrir mon rapport à l'amour, l'impact de ma cognition sur ma vie et de suivre le processus intuitif de résilience. Quelles

compétences qui m'ont formée dans le développement de mes connaissances singulières actuelles pouvaient être au rendez-vous de ce qui me guide à travers la sortie de ma crise ?

Mon engagement à m'accompagner à partir de mon intuition et le contexte intime de ma situation m'a confrontée à mon adaptabilité et sollicitée à l'action, à accueillir la vulnérabilité de mon être et à vivre ma réactivité devant mon impuissance. J'ai choisi d'apprendre à habiter une posture de consentement pour apprendre à être plus assumée envers l'acceptation consciente de ce que je ne peux pas changer. Dans ma révolte, je me suis vue trahir mes valeurs et l'essence de mon engagement dans ma pratique. Le mur devant ma poussée de vie est une attitude à vivre quand ce que je voudrais changer est en échec. Le désir d'une nouvelle réflexivité sur ma spiritualité est devenu une initiation personnelle dans le processus de la recherche. J'ai formulé le souhait de devenir une autre, une inconnue, comme une « autrui » qui m'offre à être dans le geste d'amour – pour moi, comme pour les autres. Souvent, je m'effondre quand je vois la violence de ma réactivité quand je m'ouvre aux situations désagréables et insatisfaisantes. Je ne suis pas libre de ma réponse à la vie et d'habiter l'intention naturelle de mon cœur. C'est dans cette perspective que je me lance dans le défi d'assumer « ma traversée de la rive ».

La méthodologie de recherche à esprit performatif m'a appris à vivre mon chemin d'écriture comme un acte d'incarnation d'un nouveau mode de vie, nécessité de la mise en mouvement de ma manière de m'articuler avec mon existence singulière à partir de ma condition humaine. Ce dialogue, construit au départ par la pratique de l'écriture libre, s'est fait dans une ascèse quotidienne et dans le constat réel des enjeux du passé ainsi que de la réflexivité née de mon rapport au présent.

Le texte qui suit a été écrit au dernier cours d'autobiographie avec Luis Gomez. Il situe l'axe de la recherche et permet la synthèse du vécu du cours. Il est écrit sous forme d'une prière pour situer l'axe de la recherche. Écrire dans l'intention d'une communicabilité de soi, pour l'autre et en présence de l'autre.

Corps de Vie - Corps de Parole

Écriture, Père-formative, de ma poussée de vie
Aide-moi à devenir ma première forme.

Quelle est la porte de mon entrée en cette recherche ?

Au Feu rouge (cœur-feu), un arrêt.
L'esprit de l'auto-condamnation à brûler !
Accélérer sur la route verte de la vie,
Au carrefour des embouteillages des chemins du passé.
Détourner la loi qui freine la mémoire entremêlée.

Je consens à laisser brûler les cercles humains de mon voyage tant aimé.
Je me détache de la peur de la mort de mon père, de mes pères, de mes pairs accompagnés.
Je passe au bûcher des paroles qui m'ont exilée de mes racines entrecoupées.
Les brèches ainsi révélées ouvrent la source de ma pensée.

De L'exil à l'accueil, elle devient un mystère de vie qui s'écoule en ma chair.
L'ancre de ma main a trouvé le chemin de rapatriement de mon cœur.
L'encre qui rapatrie mes corps demeurés à l'étranger, à l'Étrangé.
Chaque jour me pousse sur la route de la rencontre,
Devant la vie de ces inconnus, mon cœur tremble
Quand ma conscience s'ouvre dans la bienveillance des mots,
Les maux qu'ils rassemblent font écho dans ma terre de paix.

Écoute du silence de mon expérience
Je redécouvre la joie d'une vie qui s'écrit
D'une vie que se dit
D'un corps de paroles inédites
Je suis mon corps de vie
Je me rapatrie Sylvie

Auprès de vous, chers amis et chères amies,
je me vis aujourd'hui *comme uni quai.*
Touchée d'être arrivée à bon port d'attache
Rassurée de reconnaître là où était le mal à dire.

Je retrouve l'amour qui se métisse :
Au cœur des interactions
Temps et espace d'émergence
Cercle de parole et relation
Souvenirs à revivre
Au son de la Rivière
J'oriente mon chemin.

De la connaissance d'où j'entends la vie,

ma chair devenue sacrée, cri d'existence à incarner.
La Pensée qui s'écoule en mon être
ouvre mon visage d'enfant,
mon regard de femme,
rapatriée.

Corps de vie et de Corps de parole
Trouverai-je les mots de ta démocratisation ?

Par ton Don qui propose la création
Depuis un voyage régénéré
Comme un poème à mon peuple retrouvé

Voici la prière
Ma poussée d'être
Songe d'un désir
Comm-uni-quai, au quai de ta présence

Merci de me faire Autre
Sur le rivage de ma vie.

(Sylvie Hogue, mars 2014)

C'est une parole tellement simple, tellement limpide, elle nous rappelle que la vie, la vie véritable, la vie éternelle, nous pouvons déjà y être initié par l'amour de nos frères, par l'amour de l'autre. Là aussi, il y a une sortie de soi, une sortie de l'enfer de l'enfermement. On oublie les limites de l'égo et l'énergie divine peut circuler. (Maurice Zundel, p. 69)

RÉSUMÉ

La présente recherche propose une exploration à caractère heuristique, s'ancrant dans une écriture à la première personne radicale, un Je ferme et vivant qui se rapatrie sur le chemin de son cœur. La chercheure se pose en sa qualité de sujet, créant des conditions d'altérité nécessaires à la communicabilité de la démarche. Ce parcours heuristique aborde des thématiques telles que : le deuil, la colère et les séparations nécessaires. Les procédés méthodologiques créent un mouvement d'existence et de vie neuve. La chercheure, par un retour à caractère autobiographique, revisite des évènements difficiles de son histoire, parsemés des situations-limites de son existence. Assumant un diagnostic de Troubles déficitaires de l'attention avec hyperactivité chez l'adulte (TDAH), la chercheure accepte l'épreuve exploratoire de la recherche caractérisée par une sorte d'errance de sens, affrontant le risque de transiter dans les chemins de l'essentiel et de l'amour à Soi, à partir de ses blessures existentielles et ses particularités cognitives.

La recherche propose une manière de passer du regard rivé sur le passé vers une éthique dite « du consentement ». L'autre, perçu dans l'histoire de la chercheure comme une menace la contraignant à l'impuissance, cherche les voies de l'accueil, de la bienveillance, du respect de soi et de l'autre. Son parcours l'amène vers les racines de sa propre humanité, de ses désirs de voir autrement, de son amour de l'autre et de sa pratique en passant par l'expérience de la violence.

Les propositions méthodologiques et épistémologiques de la recherche amènent la chercheure à utiliser l'art (images) comme outil d'exploration et de communicabilité. L'écriture dite *performative* traduit la parole trouvée dans la création artistique en geste d'enracinement de la nouvelle communicabilité et de la nouvelle compréhension à mesure qu'elle émerge. Une manière de s'enraciner dans le présent de l'expérience de l'écriture du mémoire qui permet le développement d'une posture de gratitude face à son histoire.

Du rejet à l'inclusion, elle libère progressivement les expériences traumatiques, permettant la naissance d'un dialogue de soi à Soi. La praticienne-chercheure réactualise le sens de l'agir intime et de ses manières d'entendre la partie silencieuse de sa vie, en instaurant une démarche à l'esprit phénoménologique et herméneutique. Elle innove en utilisant des voies inattendues. Son procédé dit « auto-divinatoire », dans le style d'un tirage de cartes de tarot, crée l'espace dialogique entre soi, l'autre et le monde. Un procédé singulier qui démontre son efficacité pour la mise en forme d'une parole chez la personne aux prises avec des capacités cognitives particulières.

C'est une démarche qui vise le renouvellement de ses multiples pratiques de soin et leur relecture intégratrice en fin de processus d'écriture : acupuncture, accompagnement du corps sensible, tarot divinatoire comme médiation au dialogue avec l'autre. La mise en acte d'un choix de création appelle à l'expression d'un regard de santé qui s'exprime dans une vision intégrée de l'accompagnement de l'autre dans le soin.

Cette démarche laisse émerger les conditions de co-naissance d'une praticienne par une parole créative en cohérence avec l'agir.

Mots clés : heuristique, phénoménologie, herméneutique, première personne radicale, praticien réflexif, éthique, auto-interprétation, récit, écriture performative, TDAH.

ABSTRACT

The present research is a heuristic exploration rooted in a radical first person writing, a firm "I" firm, alive, who repatriates in the way of her heart. The researcher poses herself as a subject, creating the conditions of otherness necessary for the communicability of the process. This heuristic journey addresses themes such as mourning, anger and the necessary separations. Methodological processes create a movement of existence and new life. The researcher, through an autobiographical return, revisits difficult events in her history, interspersed with traumatic situations in her life. Assuming a diagnosis of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Adults (ADHD), the researcher accepts the exploratory challenge of her research characterized by a kind of wandering of meaning, facing the risk of transiting through the path of the essential and of self-love, from her existential wounds and cognitive particularities.

The research proposes a way of moving from a look to the past to an ethics known as "consentement".The other, in the story of the researcher, perceived as a threat rendering her powerless, seeks ways of welcoming, in kindness, and with respect for oneself and the other. The journey brings her to the roots of her own humanity, her desire to see differently, her love of others and of her practice, passing through the experience of violence.

The methodological and epistemological proposals of the research bring the researcher to use art (images) as a tool for exploration and communication. Performative writing translates the word found in the artistic creation into an act of rooting new communicability and new understanding, as it emerges. A way of being rooted in the present of the experience of the writing of the theses, which allows the development of a posture of gratitude in the face of one's own story.

From rejection to inclusion, it gradually releases traumatic experiences, allowing the birth of a dialogue between self and Self. The practitioner researcher reactualizes the sense of intimate action and her way of hearing the silent parts of her life, by instituting a phenomenological and hermeneutic approach. She innovates using unexpected ways. Her "self-divination" process, in the style of a tarot card reading, creates the dialogical space between oneself, the other and the world. A unique process that demonstrates its effectiveness in giving form to words for a person with particular cognitive abilities.

It is an approach that aims at the renewal of multiple care practises and their integrative rereading at the end of the writing process: acupuncture, accompaniment of the subtle body, tarot divination as mediator in dialogue with the other. The enactment of a choice of creation calls for the expression of a view of health as an integrated vision of accompaniment of the other in care.

This approach reveals the conditions for the rebirth of a practitioner through the coherence between the creative word and the act.

Key words : heuristics, phenomenology, hermeneutics, radical first person, reflexive practitioner, ethics, self-interpretation, narrative, performative writing, ADHD.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS ..... **ix**

AVANT-PROPOS ..... **xiv**

RÉSUMÉ ..... **xxix**

ABSTRACT ..... **xxxi**

TABLE DES MATIÈRES ..... **xxxiii**

LISTE DES FIGURES ..... **xxxvii**

INTRODUCTION **1**

CHAPITRE I MÉTHODOLOGIE **7**

1.1 Méthodologie de la recherche 7
1.2 Les étapes de la recherche heuristique 9
1.2.1 L'engagement initial 10
1.2.2 L'immersion 11
1.2.3 L'incubation 12
1.2.4 L'illumination : l'eurêka 13
1.2.5 L'explication ou la mise en sens de l'émergence de la révélation 14
1.2.6 La synthèse créative 15
1.3 L'originalité de ma recherche : le choix des données, les cartes de Tarot 16
1.4 L'écriture performative 17
1.4.1 Qu'est-ce que cette écriture dite performative ? 18
1.4.2 Les trois moments "Poiësis-Aisthésis-Catharsis" 21

CHAPITRE II PREMIER TOUR EXPLORATOIRE **25**

2.1 De la poïésis. De l'engagement initial et de l'immersion. Nommer ma souffrance 25
2.2 La rive 29
2.3 Isha, la femme bleue, source et origine 35
2.4 Engagement initial : Faire problème 36

CHAPITRE III DEUXIÈME TOUR EXPLORATOIRE **39**

3.1 Aisthésis : entendre l'autre. L'INCUBATION. Écoute neutre et bienveillante. Se faire entendre et être comprise par l'autre 39
3.2 L'histoire de la disparition : la colère du cœur 41
3.3 L'être, un corps sensible : le don et la limite de l'incarnation 42
3.4 Isha descend vers la prochaine carte : un chemin d'incarnation s'initie 44
3.5 La Parole à entendre au Féminin : Lien avec l'interprétation 48
3.5.1 La femme incarnée, un corps de vie 50
3.5.2 Mon corps de parole : être comprise par l'autre 52

CHAPITRE IV UNE PAUSE RÉFLEXIVE 57

4.1 De l'épistémologie à la démarche interprétative de la recherche 59
4.2 L'espérance d'une incarnation de l'Enfant 60
4.3 L'espérance d'incarnation : la bienveillance d'une divine humanité 61
4.4 La traversée de la rive et l'émotion du vivre 63
4.5 Corps de vie et de parole 65
4.6 Le lien d'intimité à l'autre : une parole d'amour en Soi, pour Soi 66
4.7 Naitre comme une personne unifiée : la parole du cygne 69
4.8 Écouter sans jugement dans le regard naissant de l'intimité : avec l'ami, l'autre et la vie 72
4.9 Comprendre le passé au présent, de manière à rouvrir l'avenir 75

CHAPITRE 5 TROISIÈME TOUR. ENTRE AISTHÉSIS ET CATHARSIS : L'INTERPRÉTATION DIALOGIQUE. TRAVERSÉE DE LA RIVE. MISE EN SENS. 79

5.1 La situation existentielle : l'appel à la chercheure intuitive 82
5.2 Le rituel de la finitude d'un cycle de vie 83
5.3 La Visée du Premier Tarot 83
5.3.1 Premier Tirage interprétatif (auto-divinatoire) 84
5.3.2. Question complémentaire au premier Tirage interprétatif (auto-divinatoire) : qui est la femme incarnée ? 92
5.4 Le Tarot de la Réciprocité : la nature du lien fait relation 96
5.5 Le Tarot de la réciprocité, une question de départ : le conflit intime 97
5.5.1 Deuxième tirage interprétatif (auto-divinatoire) 97
5.5.2 Quelle est la nature de la Femme Bleue et de la femme Arbre? 98
5.5.3 Quelle est la nature du lien entre la Femme Bleue et la Femme Arbre ? 99
5.5.4 Qu'est-ce qu'elles apprennent l'une de l'autre? 100
5.5.5 Quelle est la voie de dépassement de leur relation ? 101
5.6 Le Tarot de Réciprocité et la promesse de la relation : suite du deuxième tirage interprétatif (auto-divinatoire) 103
5.7 Aller vers la rive de l'autre : la promesse de dépassement 105

CHAPITRE 6 SYSTÉMATISATION. CATHARSIS. SYNTHÈSE ET RELECTURE CRÉATIVE 113

6.1 Le chemin de la révélation : faire face à l'aube, entre moi et l'autre 114
6.2 La Vie commence à l'intérieur : mon cœur, entre corps et être 115
6.3 Portrait santé : consentir au dénuement de l'amour absolu 118
6.4 Recevoir la vie : commencer à vivre le deuil du passé 121
6.5 La cassure : je-nous 123
6.6 Apprendre à recevoir et être aidée 124
6.7 Responsabilité d'habiter l'entre : rupture-blessure 125
6.8 Blessure et contexte à transformer 125
6.9 Présence ouvre au désir 127
6.10 La Pratique : l'autre, le patient 128
6.11 Ma nature, la réciprocité et le don 128
6.12 La mutation : dignité, coopération et autonomie 129
6.13 Assumer la transformation 130

CONCLUSION POUR ROUVRIR LA NOUVELLE HISTOIRE 137

BIBLIOGRAPHIE 147

ANNEXE : KASÀLÀ DE SYLVIE HOGUE 149

LISTE DES FIGURES

Figure 1. Champ libre : le devenir Femme 70
Figure 2. La visée du premier tarot 80
Figure 3. La Visée du Tarot de Réciprocité 81
Figure 4. Le chemin de rapatriement de la blessure du cœur 84
Figure 5. Cultiver la gratitude : un chemin de consentement à mon incarnation 92
Figure 6. Deuxième tirage du Tarot de la Réciprocité (partie 1) : la nature du lien 97
Figure 7. Deuxième tirage du Tarot de la Réciprocité (partie 2) : la promesse de la relation 103
Figure 8. Le Chemin de la Révélation 113
Figure 9. La Carte de la Méthodologie : L'art et la manière 114
Figure 10. Entre le passé et l'avenir, une disposition face à l'advenir 121

INTRODUCTION

Je voudrais vous présenter, après vous avoir donné une idée de mon contexte de vie dans l'« Avant-propos », un aperçu de la structure du mémoire.

Cette recherche est un temps d'expérience en soi, à la manière d'une visite dans une maison où chaque pièce porte son climat et sa fonction. C'est votre visite dans la demeure de mon cœur, de mon être singulier. Pour moi, le consentement, me sentir avec, est par ce mot déjà porteur de tout le souhait du mémoire : rester dans la présence à l'autre quoi qu'il arrive, dans les mouvements et les cycles de ma vie qui me font plaisir ou contrainte. Consentir m'invite à dire oui, à m'adjoindre par la toile aux mots, par le texte à l'autre, par la relation à moi-même. De toutes mes hypothèses réflexives et les différentes questions qui ont porté mon processus de recherche, je me rends compte qu'elles étaient « phares » pour m'amener à vivre l'expérience de cet enseignement. J'ai choisi de ne pas vous parler du concept de « consentement », sauf de sa référence étymologique latine offerte par mon directeur de recherche pour qui ce mot signifie : le songe de la soignante. Tout le mémoire qui a porté sa vie m'a appris à accepter d'aller aux choses mêmes, dans le sens de me connaître vivante, avec la vie et les autres. Apprendre à dire oui là où je refuse, et dire non là où je ne me limite plus. Dans cette acceptation de mes différents climats, je me suis découverte fortement intuitive et j'ai pu vivre mon mode de connaissance, d'apprentissage et faire confiance à la justesse de cette intelligence intuitive qui me porte et qui me guide. Je demande pardon pour tous ces jours à l'ignorer et à l'opposer à mon désir de grandir dans une pensée plus conceptuelle et de raison. Pour moi, la base du consentement est de rester dans cette relation à deux choses qui s'opposent et voir ce que chacune donne à vivre de commun ou de différent.

Voici donc le cheminement que suivront les chapitres et qui porte ma proposition méthodologique. Chaque chapitre suivra l'intention de m'apprendre à être sujet de

l'expérience de l'acte et de l'intentionnalité qu'ils proposent, de manière à laisser ma pensée se former par l'appui à la symbolique, avec confiance en la cohérence d'un début et d'une fin qui énonce le propos parfois vide ou trop chaotique au départ mais qui grandit au rythme de chaque lecture et de relecture des chapitres vécus et écrits, et dans un effort de rester dans la présence au présent du moment. Un ressenti qui capte les événements de ma vie et qui tente sa traduction par les mots et une pensée qui appelle à sa propre forme ainsi qu'à la guérison de ma cognition, affectée par ma mémoire émotionnelle et par mon histoire. Il s'agit donc d'un(e) mémoire en acte, c'est-à-dire que les différents chapitres sont écrits dans une intentionnalité spécifique. Chaque chapitre respecte trois temps : les différentes étapes de la recherche heuristique, celles de l'écriture performative et les trois étapes de sortie de la crise, telles que proposées par l'éthicien Jean-François Malherbe (Malherbe, 2006, p.35).

Le premier chapitre est celui de la méthodologie. Je commence ce mémoire par ce qui demeure dans l'axe de la pratique, d'un faire et d'un agir qui s'ancre et qui s'innove de manière intuitive à partir de mes compétences de praticienne, manuelle et créative. Je vous présente la recherche heuristique et les six étapes de la recherche heuristique qui sont proposées par Moustakas (1990). Ma proposition s'ensuit par l'écriture performative en tant que narrativité en recherche à la première personne et qui propose **trois mouvements itératifs et concomitants dans un processus en spirale.** Ces trois mouvements sont : **poïésis-aisthésis-catharsis.** Ils porteront toute la rigueur de l'émergence des chemins de parole issue de la démarche interprétative pour vous présenter les données de ma recherche : les cartes-images.

Ces temps sont vécus comme des actes qui disciplinent une nécessaire expression, une neutralité d'écoute et la mutation de la crise, notion proposée par Jean-François Malherbe, dans son livre *Les crises de l'incertitude* (2006). Ces trois étapes parleront des trois voies de la sortie de la crise. C'est dans cette perspective que la recherche tente d'être une réponse, un lieu de connaissance par l'intégration de l'expérience que porte l'écriture, expression de la problématique de la recherche. Le souhait de la vivre et de la comprendre,

un souhait de mise en sens et de mouvement de mes représentations. Je cherche à habiter ce qui vient, pour reconstruire de nouvelles perspectives à ma vie.

Le deuxième chapitre est le premier tour exploratoire comme temps de présentation des données : les cartes-images sont présentées par de courts textes, moment de la **poïésis**. Ce temps d'immersion dans la présentation des données sert à vivre l'étape de la recherche heuristique, qui propose un ancrage favorisant l'engagement initial du chercheur. À cette étape, l'espace de l'écriture est donné à la construction de nouveaux repères, condition pour pouvoir nommer ma souffrance et mettre à jour le désir d'être entendue par l'autre, neutre, en bienveillance. Cette expression de la crise est rencontre de l'abîme, porteuse de mon histoire, comme elle est et se donne à entendre. Ce sera le chemin de rapatriement de mon cœur pour apprendre à rester dans un contact de présence à cette rencontre avec les blessures qui portent le rapport à mon existence.

Le troisième chapitre est le deuxième tour exploratoire comme voie d'interprétation des données : vivre le deuxième moment de la crise, la traversée de la rive. C'est dans cette intention que le défi de communication est réveillé et que la mise en mouvement du sens appelle à une voie créative. Le dispositif des données, les cartes-images, deviendront des cartes de Tarot. Ce procédé dialogique m'amènera à reconstruire dans l'interprétation une posture dialogique. Je m'invite à me situer au sein de l'écart de deux rives et me vivre dans l'entre de leur distance. Cette manière de faire vise à inviter l'autre, à créer un dialogue avec une part de moi autre, qui peut écouter sans jugement et dans la bienveillance l'expression de la crise et se laisser transformer par les significations amenées par les trois tirages de Tarot. Comme un horizon épistémologique né du lieu de mon intuition, qui me structure à partir de ma sensibilité artistique, poétique et perceptive et qui organise mes mémoires et mon histoire. Une pensée réflexive nait dans ce processus de connaissance intuitive qui me conduit.

Le quatrième chapitre est une pause réflexive. Je suis confrontée à la crise et je l'assume. La femme que je suis fait face à son existence. Depuis le lieu de la blessure, le

contact avec l'autre s'amorce. La posture face à ma vie et la vie amorce l'épistémologie associée à la démarche interprétative de la recherche. Cette pause réflexive vise à vous présenter l'art et la manière de la chercheure de s'engager dans sa démarche.

Dans le troisième tour exploratoire, je poursuis l'interprétation dialogique entre Aisthésis et Catharsis. Je m'accompagne à traverser la rive et entrer dans une démarche de mise en sens. Ce chapitre présente le premier tirage de tarot et quelques notes techniques vous permettant d'en suivre le cheminement et de m'accompagner dans la lecture des tirages. Après les premiers tours d'interprétation, je vous présente le sens des cartes-images, le temps de leur création et leur présence qui me permet d'intégrer par la symbolique leurs références à mon histoire et à un savoir intime de la praticienne que je suis. Ensuite, vous y trouverez Le Tarot de la Réciprocité : la nature du lien qui fait relation. Ce deuxième tirage est conçu de manière à construire un cadre dialogique et de laisser voir les différentes étapes que je mets en place pour écouter, voir les cartes-images, ressentir et entendre les échos des cartes-images et les temps de parole spontanée, émergentes et créatives.

Le sixième chapitre de la compréhension est un retour pour honorer le chemin, celui que je souhaite communiquer : de comment à partir des actes intimes je me suis réappropriée, dans le mouvement de l'interprétation de la voie dialogique du Tarot. Cette parole spontanée, émergente et créative m'a permis de me soigner comme personne. L'interprétation prise en soin et en soi se joue dans une écoute des mots portés par une écriture qui tente d'intégrer la mise en acte de mes apprentissages. Catharsis. La visée est une intention de synthèse et de la relecture créative de mon histoire.

La recherche se termine par sa conclusion. L'acte de finir, d'accomplir pour que se commence un début, ancré dans mes réflexions conscientes et intégré dans le temps de mon existence et de ma pratique. La sortie de la crise devient possible, ce chapitre est là pour rouvrir la nouvelle histoire.

Cette recherche est un consentement à découvrir une démarche qui honore le chemin de sa méthodologie en laissant voir et vivre comment le processus intuitif qui guide la praticienne, tout comme ma posture dialogique quand je fais le tarot, peut être une voie d'apprentissage et de création de connaissance. J'apprends à faire confiance à cette délicate part de soi qui demande une attitude de cœur et une éthique de l'autre. Dans la reconnaissance de mes limites, je découvre par l'application de ce qui se donne comme art et manière créative de faire ma recherche, le respect de ma vulnérabilité et des limites cognitives[1], tout autant que la force de la créativité à me mener sur des chemins inconnus et féconds de moi-même.

[1] « C'est la possession des capacités cognitives qui détermine la valeur de l'homme » remarque Callahan (2000, p. 117). Cette situation pose une série de questions concernant le statut de vies vulnérables et la manière dont nous devons en prendre soin.

CHAPITRE I
MÉTHODOLOGIE

1.1 MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

En recherche, plusieurs psychologues humanistes ont influencé la recherche qualitative par leur posture devant les propositions de la méthodologie positiviste, entre autres : Bugental (1967), Rogers (1969), Jourard (1967), Maslow (1968) et Moustakas (1968). Ces hommes ont agrandi la place de l'humain dans la recherche scientifique. Soutenus également du côté des sciences pures par des auteurs comme Thomas Kuhn (1962) et Michael Polanyi (1959, 1964, 1967), ces chercheurs s'intéressent à la résolution des problèmes, au processus de recherche et à la découverte scientifique, dans la visée de faire avancer l'esprit et la vie de l'humanité. C'est dans ce contexte que la recherche heuristique prend naissance comme alternative à la méthode positiviste en sciences humaines. En ce sens, Herman Feigel nous apprend que :

> Une psychologie de la vie doit trouver ses racines dans l'homme… L'homme doit être perçu comme un être humain, conscient, en relation avec d'autres et préoccupé de son salut […]. Je cherche une psychologie qui s'applique à l'Homme porteur d'un sens et en lutte : une psychologie dont la portée ne sera pas altérée par une philosophie de la science structurante : une psychologie dont les concepts ne seront pas essentiellement des produits de méthodes de recherche, mais plutôt du fonctionnement de la vie humaine englobant le courage, l'amour, la tragédie, la volonté, le plaisir. (Feigel, 1970, p. 33)

J'ai commencé ma formation en acupuncture à l'âge de 19 ans. Cette formation m'a appris à apprendre à partir d'un enracinement dans la philosophie chinoise. Elle guide mon geste et m'apprend à lire l'expérience du soin dans l'agir. Mon inscription à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales répond au besoin de me former et de me relier à la culture occidentale en recherche. Ainsi, j'ai choisi de me former par l'étude de la

psychosociologie pour agrandir ma vision du monde. Par la compréhension de ma culture, à partir d'un langage qui m'inscrit dans la lignée des psychologues humanistes contemporains, je me relie à cette communauté partageant la vision que l'étude de la personne doit aller au-delà de l'analyse comportementale, de la dimension quantitative et de l'objectivité. Ce courant m'invite plutôt à aborder les dimensions de l'expérience humaine de manière plus qualitative et subjective (Bugental, 1967 ; Child, 1973 ; Mandler, 1973) et selon ma manière naturelle d'aborder ma pratique de soin.

Selon Bonner (1967), la recherche heuristique est basée sur la recherche à la première personne comme voie de liberté, d'actualisation et de connaissance de soi-même. De leur côté, Sargent (1967) et Maslow (1971) insistent sur notre capacité expérientielle à accorder de la valeur aux dimensions et potentialités de l'expérience transcendante. Dans cette perspective, la recherche viserait le sujet en particulier comme voie d'accès à sa singularité et son unicité. Carl Jung dira à ce sujet : « Ce n'est pas l'universel et le régulier qui caractérisent l'humain, mais plutôt son caractère d'unicité » (1958, p. 17). Il avait le sentiment que « plus on s'attache à l'aspect individuel d'un champ d'exploration, plus la connaissance qu'on pourra en tirer sera pratique, détaillée et vivante » (p. 62). En allant en ce sens, les mots de Rogers me viennent à l'esprit quand il affirme que :

> La conscience n'existe que dans l'individuel. Ce n'est qu'au travers de l'individuel que des entreprises alternatives peuvent être examinées le plus profondément et le plus consciemment quant à leur pouvoir d'enrichissement ou de destruction. À mon avis toute l'histoire de l'humanité démontre un intérêt grandissant pour la signification et la valeur de l'individuel. Je constate non seulement cette orientation mais j'y contribue. (Rogers, 1970, p. 13-14)

En tant que praticienne, je vis dans le contexte du travail autonome, du célibat, de l'éloignement et de la solitude. Dans le contexte de mon cheminement de vie, ma motivation à poser le geste nécessaire à ma pratique du soin chute quand, en tant qu'individu, je ne trouve plus les repères de transformation intérieure qui permettraient d'accompagner le renouvellement du sens de cette pratique. En tant que chercheure utilisant la méthode heuristique, je découvre une démarche qui me permet de développer

des compétences pour comprendre mon engagement, mon implication et les insatisfactions qui émergent de mon désir de m'accompagner dans mes transitions de vie. Ces transformations étant autant personnelles que professionnelles, je me suis vue bousculée à tous les niveaux de mon individualité. Les étapes de transformations constitutives de la recherche heuristique me mènent, nécessairement, à cette évolutivité et au renouvellement de la praticienne et de la personne que je suis dans son intégralité.

1.2 LES ÉTAPES DE LA RECHERCHE HEURISTIQUE

La méthode heuristique présentée par Craig (1988) et Andrée Condamin (1994) m'a servi de guide pour mettre en valeur mon individualité, ma confiance, mon intuition, ma liberté et ma créativité dans mon processus de découverte.

La principale caractéristique de cette méthode heuristique est de permettre au sujet de suivre, par des étapes spécifiques, un processus de découverte concomitant à la compréhension de l'expérience individuelle. Cette méthode se veut « une forme organisée et systématique pour investiguer l'expérience humaine » (Moustakas, 1990), une recherche qualitative qui trouve ses fondements épistémologiques dans la pensée phénoménologique existentielle (Horth, 1986 ; Laferrière, 1985 ; Valle et Halling, 1989). Les étapes proposées par la méthode heuristique s'entrecroisent, se rejoignent, se complètent entre elles, tout en permettant une identification des différentes conditions nécessaires à la découverte d'une nouvelle compréhension issue de l'expérience humaine individuelle. Il ne s'agit pas d'étapes qui se suivent de manière linéaire, mais plutôt dans un mouvement d'aller-retour, d'imbrication, de progression spiralée. Moustakas parle de la méthode heuristique dans ces termes :

> L'objectivité dans ce type d'approche est de savoir ce qu'est une expérience particulière pour l'autre personne et non pas ses causes, ses raisons ou sa définition. Cela veut plutôt dire voir les attitudes, les croyances et les sentiments de la personne comme ils existent à ce moment-là et percevoir leurs unités. J'ai voulu comprendre le sens de la solitude non pas en définissant et en catégorisant,

> mais en expérimentant directement chez moi et à travers la vie d'autres personnes. (Moustakas, 1990)

Les six étapes qui guident la recherche heuristique, telles que proposées par Moustakas, sont :

1.2.1 L'engagement initial

Pour Moustakas, en chaque chercheur se loge une expérience sensible, un thème, un problème qui le concerne et qui soulève intensément son intérêt. L'engagement initial commence avec ce territoire de la recherche, cette passion qui porte une signification personnelle et sociale qui suscite son implication. Le chercheur est invité à ce dialogue avec lui-même et les évènements qui le bouleversent. Ce processus est une rencontre qui le plonge, depuis un regard du soi, dans son histoire et les relations signifiantes inscrites dans ce contexte.

Dans mon processus personnel, je rencontre une expérience initiale dès mon premier cours de maîtrise. J'y fais un mandala encore signifiant de mon désir d'unification entre l'enfant muette, la praticienne sage qui porte un savoir implicite et la femme qui porte un désir de rencontre avec l'autre et le Monde. Or, toute ma formation se vivra dans l'expérience du groupe et du cercle, soulevant ma difficulté personnelle à me relier et mon histoire de communication dans ma famille. La question première qui émerge porte le désir d'apparaitre dans une parole habitée qui communique ce que je suis. Quand je peux prendre parole, ma présence devient floue : « je disparais ». Le processus m'invitera à me tenir dans cette instabilité et dans des moments de confiance en ma présence, qui varient selon les contextes. C'est dans l'intention de faire place à ce qui ne peut pas être communiqué en

« mots » que j'entre dans la question qui porte le désir d'apparaitre. Moustakas dira que ce pouvoir personnel qui se développe en restant dans l'engagement révèle les significations plus profondes, dans le temps nécessaire à sa clarification.

Dans mon processus personnel, il s'agit pour moi de prendre le temps de la construction de ma communicabilité pour pouvoir traduire ce que je vis, à partir de l'expérience quotidienne. Le temps de la recherche dépend ainsi de ma capacité à entrer dans la conscience de l'expérience reçue et perçue de manière intuitive. L'expérience sensible est ressentie dans mon corps de vie comme une impuissance à agir sur mon désir de me relier aux autres.

1.2.2 L'immersion

Quand la question et le thème sont difficiles à formuler, c'est par l'intuition que je me permets de me mouvoir librement et d'élucider ce contexte qui me relie au vécu et m'ancre dans la question de ce mémoire. C'est par ma posture de chercheure et par l'expérience que je vis dans un état de conscience particulier – en marchant, en méditant et en décrivant des moments neufs ou éventuellement par les rêves ou les dessins – que l'étape d'immersion se poursuit. Moustakas la décrit en trois étapes : l'immersion par engagement, l'acquisition par imprégnation, puis la réalisation par le recul laissant les choses évoluer d'elle-même (Douglas et Moustakas, 1985). Tout ce qui se vit au cours de ce processus nourrit la recherche et se cristallise dans les mots intimes que prend le chercheur pour nommer sa question. Le processus de l'immersion prend ici la voie d'une œuvre de création quand je me retrouve entre la difficulté de nommer et l'insatisfaction qu'elle déclenche. Il s'agit d'une force naturelle et intuitive de ressenti qui appelle la découverte. La persévérance à grandir et à vivre m'a conduit à rapatrier ma propre méthodologie : les cartes-images de Tarot qui me relient au principe symbolique de la culture et le défi de l'écriture qui s'accompagne par ma métaphore-ressource : « J'arrive à ma demeure pour habiter mon cœur », celle-ci m'aidant à vivre ces processus quand, dans la solitude, je ne trouve plus

l'appui de l'interaction avec l'autre pour entrer en dialogue. La question du Je, ferme et vivant, est rapatriée en habitant une posture qui veille à mieux me comprendre.

1.2.3 L'incubation

L'incubation se fait par un retrait du focus intense et de la concentration sur la question. Pour Moustakas, un chemin différent s'ouvre par le détachement de sa question de recherche, ce qui permet à la conscience de se déplacer, ouvrant l'espace à un nouveau sens et à une nouvelle signification. Un nouveau niveau de connaissance et un mouvement de croissance prennent alors place. Cette période permet d'entrer en relation avec une dimension tacite qui contient tous les possibles. À cette étape où l'invitation à l'arrêt permet la manifestation d'une autre réflexivité, le quotidien et d'autres formes d'activités favorisent les processus d'intuition et de révélation. Lorsque nous oublions un nom, un chiffre ou un mot, nous pouvons nous apercevoir qu'en faisant autre chose, nous nous en souvenons. La mémoire est libérée de l'activité cognitive et rationnelle de la concentration. J'ai beaucoup appris de mon expérience quand, en portant en moi les mots et les concepts liés à ma recherche, j'effectuais autre chose. Je les portais dans un autre niveau de conscience, un niveau aidant à clarifier et à œuvrer à la compréhension de ces concepts. Le processus de concentration et d'arrêt a été appris par la discipline du Pomodoro[2]. Cette méthode m'a appris à distinguer et à vivre les processus mentaux favorisant la découverte, les nouvelles perspectives et une vision unifiée du champ de recherche. Celui-ci est ainsi ensemencé de nouvelles graines qui germent dans le silence. Ces graines produisent une conscience créative qui permet d'identifier les différentes dimensions qualitatives du phénomène à l'étude.

[2] La technique Pomodoro est une technique de planification développée par Francesco Cirillo à la fin des années 1980. Cette méthode se base sur l'usage d'un minuteur permettant de respecter des périodes de 25 minutes appelées pomodori (qui signifie en italien « tomates »). Ces différentes périodes de travail sont séparées par de courtes pauses. La méthode a pour principale idée que des pauses régulières favorisent l'agilité intellectuelle. Un des buts principaux de cette technique est de supprimer les interruptions de travail dues à soi-même ou aux autres. Le ressort de cette technique provient du déplacement de la gratification psychologique obtenue non plus de ce qu'on a produit ou appris mais du respect des temps de concentration ou du nombre de Pomodoros effectués dans la journée (Wikipédia, 2017, p.27).

Je me suis également aperçue que lorsque je suis dans la présence attentive au geste de la praticienne, il se construit un rapport intentionnel à l'immédiateté. Je vis également un espace de recul et de retrait de l'espace de concentration, de rationalité et du jugement naturel face à mon processus. Ceci constitue une manière de me détacher du processus réflexif, ce qui me permet d'occuper mon esprit à une qualité d'écoute impliquant mes compétences perceptives et sensitives. Une manière de m'éduquer et de m'informer depuis une nouvelle manière de penser, à entrer en contact avec ce que je vis en observant ce que je fais. Il s'agit d'un silence relatif, il est lieu de méditation et de rencontre avec mon activité mentale et tout le discours interne formant les repères de la pensée. À travers cette étape, Moustakas nous situe dans ce temps de la recherche où le pouvoir du subconscient continue à nourrir le processus ; ce qui reconstruit l'attitude d'accueil, de réception de la nouveauté et de l'émergence d'un acte ou d'une nouvelle question. Un temps de naissance à une nouvelle vision des choses, plus vaste et profonde.

1.2.4 L'illumination : l'eurêka

Le processus d'illumination peut apparaitre naturellement quand le chercheur est ouvert et réceptif au savoir tacite et intuitif. Il se produit à l'instant de la pénétration dans une qualité de conscience altérée et reliée au thème de la recherche. Cette forme de conscience ancre une image claire de ses savoirs permettant une compréhension émergente de nouveaux constituants de l'expérience. Elle agit en modifiant la représentation initiale, ajoutant un ingrédient à la synthèse des connaissances et l'acquisition d'une nouvelle lucidité. Les « insights » déclenchés auront besoin de rencontrer un degré de réflexivité qui laisse place au mystère de la situation. Un travail pour découvrir le sens et les significations de ce qui se donne, en soignant l'interprétation et le rapport à nos différents modes de perception qui nous permettent d'apprendre singulièrement de l'expérience.

Moustakas dira que la tolérance au savoir fragmenté de la connaissance, au-delà de l'immédiateté de la conscience, invite le chercheur à trouver ses propres manières de prendre acte, par le journal ou autre moyen, de ces temps où l'on reçoit de nouvelles

connaissances. Pour ma part, je me suis aperçue que la dimension symbolique et qu'un regard compréhensif sur les moments répétitifs de ma vie me reliaient intuitivement à ce que je ne savais pas reconnaitre de manière consciente. Cependant, cette manière de faire semblait me parler de façon plus signifiante, par sa résonance à l'émoi de mon cœur et de mon être. J'ai appris à reconnaitre consciemment ce sentiment de révélation comme un temps de vérité et d'authenticité de relation à mon âme en dialogue avec la vie. J'ai donc compris que je développais une relation au processus de création et que c'était, finalement, ma manière à moi de connaitre.

1.2.5 L'explication ou la mise en sens de l'émergence de la révélation

À cette étape-ci, il y a nécessité de mettre en forme les thèmes, qualités et composantes de la question qui continue d'apparaitre, d'évoluer et de se définir. Pour Moustakas, dans l'exigence de la recherche universitaire, l'explication est un processus de description pour comprendre et expliciter les nouvelles significations sous-jacentes à l'expérience de l'émergence propre à l'illumination. Cette étape permet l'élucidation des concepts et la reconnaissance des constituants de l'expérience qui dépendent de plusieurs références internes. Ma difficulté à comprendre l'expérience vécue de manière unifiée et globale, ainsi qu'à faire des choix de mots qui décrivent ces découvertes, m'a obligée à tenir compte de ma manière intuitive de réfléchir et de comprendre. Ces difficultés m'ont aussi obligé à trouver comment j'entre en relation avec ma conscience, mes sentiments, mes pensées, mes croyances et mes jugements comme préalables à la compréhension, par exemple en prenant appui sur ma manière d'élucider des concepts quand je les découvre, en dialogue et en interaction avec les autres. Dans le défi de la finalité de la méthode heuristique, j'ai trouvé les ingrédients qui m'appartiennent comme une méthodologie singulière, plus intimement liée aux enjeux de ma communicabilité. Le moment de rapatrier, d'amener ensemble et d'organiser les éléments trouvés de manière à laisser voir une compréhension de l'essence du phénomène était à la fois l'épreuve, le défi, la révélation et la finalité donnant l'eurêka de ma recherche. Je rappelle que les étapes

s'entremêlent dans le temps de naissance du chercheur et de son défi à donner un sens et une direction à sa recherche, en une vision globale et unifiée permettant le partage du sentiment du « tout » de l'expérience, en rassemblant et distinguant les parties rencontrées.

1.2.6 La synthèse créative

La phase finale m'appelle à dépasser la difficulté cognitive inhérente à l'étape précédente. Le désir d'expression de la joie de la découverte invite à trouver une forme créative comme une présentation concrète d'un texte-témoignage, d'un poème, d'une peinture ou d'une histoire renouvelée. La synthèse créative donne parole à la signification profonde et les détails de l'expérience de la recherche en la poursuivant par le geste, l'intuition et l'intégration des savoirs tacites qui ont été éclairés par la recherche. Moustakas dira que la synthèse créative peut seulement être achevée à travers l'exercice du pouvoir intuitif et tacite, qui permet de faire de la synthèse une expérience totalisante. Par cette expérience le chercheur est invité à vivre, dans la solitude et la méditation, un processus d'inspiration lui révélant sa manière de se dire à lui-même, aux autres et au monde. Il s'agit d'une invitation à laisser la vie participer à ce qui grandit et se comprend, et qui cherche la voie de son expression comme manifestation de son accomplissement. Moustakas nous rappelle à ce moment-ci que la singularité du chercheur est mise en lumière par son comportement humain, gouverné et formé par l'expérience. Le cadre de référence interne du chercheur est constitué par : son unicité, son mode de perception, ses sentiments et ses ressentis, son intuition, ses croyances et ses jugements. À cette étape, je prends conscience et reconnais ma dimension d'artiste. C'est dans cet espace que j'ai trouvé la motivation et la manière de commencer, de poursuivre et de retourner à mes compréhensions et d'accomplir le devoir de conceptualisation pour terminer ma recherche et pouvoir ainsi vous la présenter. Ce temps est présenté par Moustakas comme le tissage de la personne à son soi, temps de reconstruction pour le processus d'individuation et d'unification, de reconnexion au cœur, aux autres et au monde. Pour moi, c'est l'unification

avec mon monde intime, particulier, avec tout construit de ma vie individuelle et de mon histoire, et que je reconnais comme un devoir d'émancipation personnelle.

1.3 L'ORIGINALITÉ DE MA RECHERCHE : LE CHOIX DES DONNÉES, LES CARTES DE TAROT

> *Rien n'est plus important que de comprendre les origines des découvertes qui sont, à mon avis, plus intéressantes que les découvertes elles-mêmes.*
>
> Leibniz

Je vais vers l'eurêka qui exprime la joie de la découverte d'Archimède. Les étapes du voyage et le réel des activités de la recherche nécessitent le passage vers l'écriture. Ainsi, la consultation du « Oxford English Dictionary » nous dit que le mot « heuristique » signifie : « Qui sert à découvrir ; se dit d'un système d'éducation dans lequel l'élève est amené à découvrir les choses par lui-même ». Heuristique et eurêka viennent de l'adjectif grec *Heuretikos*, qui signifie « inventif » et dont le verbe correspond à « trouver ».

Ma recherche prend la voie d'une œuvre d'exploration et de création à partir de plusieurs outils : les cartes-images, les journaux, les dialogues, le questionnement personnel, le partage avec les amis, les moments de révélations du soi : par l'autre, par ce qui me parle, par la pratique. Ces outils accompagnent le chemin d'exploration et de découverte dans la continuité du quotidien. Grâce à ces outils et à ce qui émerge à travers eux, j'augmente en qualité de présence, portant une grande attention intérieure à la cueillette des données. Ces outils me permettent une pause dans le temps et dans l'espace où je ne fais rien d'autre que d'être en ma présence pour découvrir, communiquer, dialoguer et observer mon cadre de référence interne. Cette manière de faire se met en place dans l'intention d'entrer dans un processus de compréhension qui m'invite à me rejoindre, de manière intuitive, dans le silence de mon rapport « à soi » et dans le partage favorisé par la rencontre de l'autre et le contexte de la riche communauté dialogique de la psychosociologie. C'est pour moi une manière de pallier la difficulté que je retrouve dans

mes moments de solitude : le manque de recul affectif et cognitif au moment du rapatriement des choix des données et de leur future compréhension. C'est dans le geste de l'artiste qui crée les toiles-textes menant à des cartes-images que le corpus de données se forme. C'est un point de départ pour commencer un mouvement exploratoire et entrer dans un processus de recherche qui respecte mes limites et mes forces singulières.

1.4 L'ÉCRITURE PERFORMATIVE

À partir des conditions méthodologiques de la recherche heuristique telle que présentée dans la section antérieure, j'ai cherché à me rejoindre dans l'écriture en m'invitant à demeurer en relation avec mes contextes de vie dans lesquels j'existe, je pratique et je m'éprouve comme personne. Le mémoire s'écrit dans le présent de l'écriture, dans le recul de l'expérience et par le lieu intime de mon rapport à moi-même. J'invoque l'expérience de la praticienne, de la femme solitaire et de ma relation aux autres. Je fais face à mes mémoires, mon histoire passée et ma relation à l'autre et au monde depuis mon intimité. Par l'écriture de la recherche, je m'assois et je pars à ma rencontre avec ces parts de moi qui se révèlent, en étant à l'écoute de cette femme inconnue que j'appelle à naitre dans le processus de recherche et d'écriture (performative).

Or, me situant dans le lieu intérieur de l'intersubjectivité[3] vécue dans l'absence de l'autre dans l'écriture en solitude, je vis ma difficulté de m'adresser à quelqu'un dans l'écrit. Pourtant en présence de cet autre me constituant et en lien à cette présence du Tout-Autre, cette solitude provoque la désarticulation interne entre mon intention et mon attention, inhibant la possibilité de porter un jugement attentionné sur mon cheminement, provoquant l'absence intentionnelle au présent. Désarticulation qui provoque la confrontation à ma confusion cognitive et à mes peurs. J'ai besoin de dépasser cette

[3] Jean-François Malherbe nous dit que pour un « sujet », devenir soi, c'est accepter de travailler ses masques. C'est un effort critique tenace pour « ne pas devenir qui on n'est pas ». Ces masques nous lient à nos semblables. Quand nous cessons de nous y enfermer, cela inquiète les autres autour de nous et suscite d'âpres réactions de rejet. Les complices « amis » sont les sujets de cette bienveillance critique réciproque dans laquelle deux êtres occupent à tour de rôle la position de la parturiente et celle de l'accoucheur.

situation qui me confronte à mon existence entière. Face à l'activité post-réflexive que j'ai déjà nommée, je découvre dans l'écriture performative une possibilité de création d'un chemin permettant de surmonter la difficulté d'écrire : je choisis mon contexte, je m'assois dans un lieu sécurisant, je choisis des espaces-temps définis d'écriture dans différents lieux et je m'engage à une attitude qui fait du présent ma possibilité de changement et de transformation. Dans ces conditions qui favorisent l'écoute de mon cœur et de mon intuition, je rencontre la difficulté à orienter et diriger mon esprit et ma pensée dans un mouvement de parole écrite. Le choix d'une attention à retourner au présent, à laisser se dire ce qui s'énonce en présence, m'apprend à recevoir ce qui s'écrit dans un mouvement libre, sans contraintes outre ce qui se passe. Ce type d'écriture m'amène à me relier à ce que je vis avec la parole qui s'écrit, dans l'accueil de la violence, de la tourmente ou de la confusion face à ce qui s'écrie. Je m'aperçois de la difficulté à accueillir dans la bienveillance les mémoires incomprises, à voir l'esprit de jugement devant ce qui est indicible et qu'il m'est difficile de communiquer même si je ressens dans mon corps de vie l'authenticité d'une histoire qui cherche à se narrer, s'organiser et se comprendre.

1.4.1 Qu'est-ce que cette écriture dite performative ?

La notion de performativité a été développée par le philosophe John Langshaw Austin dans son ouvrage *Quand dire c'est faire* (1962), dont le titre original est *How to Do Things with Words* (littéralement *Comment faire des choses avec des mots*). Cette notion caractérise certaines expressions qui *font* littéralement ce qu'elles énoncent. Il ne s'agit pas d'expressions telles que « je parle », qui n'est qu'une description, mais d'expressions qui modifient le monde. Le titre du livre d'Austin est à cet égard explicite : une expression est performative lorsqu'elle ne se borne pas à décrire un fait, mais qu'elle « fait » elle-même quelque chose (Wikimonde, 2017, 9).

L'écriture performative m'invite à relier l'intuition à ce à quoi je suis invitée à être en relation. L'esprit de la performativité m'apprend à m'actualiser en me confrontant à qui je suis, à mon contexte, à ma pensée, à l'émotion du vécu et à ce qui est rencontré dans mon

attitude et mon corps sensible[4]. Cet acte d'écriture, parce qu'il reste comme une mémoire graphique, m'informe de l'harmonie libératrice de l'écriture ou du conflit intime des maux qui se manifestent dans les mots quand je les reçois. Les toiles deviennent mémoire attentionnelle et imagée de ce qui cherche à se dire. Par l'écrit performatif, j'actualise, je rapatrie un discours de recherche qui dit ce que je fais à chaque étape de la recherche : en intention, en volonté, en expression et en directivité. Il s'agit d'un acte cognitif pour agir.

L'intention du présent reconstruit un rapport au passé quand je vois que je peux acter, par le choix des mots, une nouvelle intentionnalité de ma pensée qui, en même temps, modifie mon état d'être. Je m'aide dans la difficulté par le choix de tenir les conditions de la performativité comme un désir d'apparaitre dans une nouvelle manière de m'habiter. Les conditions de présence au présent, qui donnent place à la part du passé[5], deviennent un cadre de soin pour apprendre à comprendre et rencontrer mes défis cognitifs et attentionnels. C'est un lieu d'apprentissage nécessaire pour agir intentionnellement sur les différents enjeux du quotidien de la création de ma vie.

C'est dans cette perspective qu'en demeurant dans le défi de rester en contact avec des données concrètes, c'est-à-dire les cartes-images, je construirai au cours de ce processus de recherche de nouvelles possibilités d'être en contact au présent avec mon histoire, dans l'accueil de mes mémoires traumatiques qui s'expriment par un ressenti (corps de vie) et une écriture confuse (corps de parole). Dans ce dialogue image-ressenti et récit d'écriture, je cherche à clarifier ce que je vis dans ce magma « tohu-bohu » qui communique la part précieuse à entendre dans ma vie. Tout au long de l'écriture, ce contact avec les images fait office d'ancrage à mon attention quand l'esprit s'agite dans des

[4] Ici, je fais référence à la notion d'écouter son corps. Pour Danis Bois, il s'agit d'écouter le silence de la vie sensible du corps. Le fondateur de cette méthode à laquelle je me suis formée appelle ainsi la perception du sensible : « J'utilise le mot sensible de façon à ce qu'il n'y ait pas d'équivoque avec la perception des sens extéroceptifs. Le sensible dont je parle est une sorte d'osmose, un état de fusion entre les sens qui gèrent la relation au monde extérieur et ceux qui gèrent la relation à l'intérieur du corps » (Maria Leao, 2002, p.226).

[5] Louis Lavelle nous dira que le passé doit être considéré dans toute son intégralité en tenant compte de tous les éléments qui le constituent. Si nous le considérons de façon parcellaire, il risque de devenir pour le sujet : « […] tantôt le lieu où toute existence se perd, tantôt le lieu où s'accumulent tous les moments de notre accroissement, tantôt le lieu où elle échappe au temps et acquiert pour nous un caractère exclusivement spirituel » (Lavelle, 1945, p.289).

mécanismes de protection, d'une pensée d'analyse et de justification du passé. Les cartes-images deviennent lieu de dialogue à tenir dans des espace-temps qui contiennent un mouvement de découverte intuitive et qui m'aident à découvrir un langage communicable, souvent poétique. C'est par le sens de justesse et de connaissance intime que ce langage porte que je peux revenir à la cohérence des actes de la recherche, dans la quête de l'émergence de leurs significations, en attente de ma capacité à réintégrer leur contenu dans une conscience plus globale de mon histoire. Je contourne ainsi les impacts de la mémoire implicite affectée par l'émotion et du sentiment reliée à la souffrance indicible et incompréhensible. J'attends la naissance de celle qui peut prendre conscience des racines de la confusion.

La discipline performative m'aide à m'acter dans les mots qui se disent, dans le choix de me positionner face aux maux qu'ils évoquent. Une manière de naitre dans la parole qui s'acte dans l'écriture. Un souhait de trouver une parole narrative dans une relation avec les images, les mots signifiants qui font et les textes qui disent. Ce processus m'apprend à vivre au contact de ce qui émerge, dans l'écoute de ce que j'écris et que je fais pour construire un dialogue avec moi-même, les données et les autres. Cet accordage intérieur avec ce que je dis et ce que je pense, faisant office d'intention, ralentit l'activité de la volonté et de la pensée. J'ouvre un nouvel espace de vie qui me demande de suspendre l'agir sur mes conditions de vie, dans l'attente et l'espérance de la perspective d'un temps futur et d'une interlocutrice pouvant, de manière autre, reconstruire une vision signifiante de mon histoire de vie. Je verrai que l'acte qui se transforme en cours d'écriture, par le discours de l'intentionnalité positive qui se crée, me fera découvrir une nouvelle posture d'existence de vie. Face à ma problématique, je découvrirai que dans ses conditions de performativité et appuyée sur l'attention provoquée par l'image, la sagesse intuitive porte le savoir de la praticienne sensible au mouvement de la vie et de l'artiste qui sait construire un contexte qui crée du lien à mon cœur pouvant assurer l'évolutivité de ma vie.

Ainsi, la dynamique dialogique présence-absence, dans l'espace de l'intersubjectivité solitaire, se récrée dans un esprit de soin qui rapatrie intention et attention dans une relation

d'auto-coopération qui entend la blessure. Images et écrits performatifs permettent de consentir à une démarche dialectique auto-divinatoire par l'image qui se révèle et par l'écriture qui se dit dans la dynamique même du soin.

1.4.2 Les trois moments "Poiësis-Aisthésis-Catharsis"

L'écriture performative, en tant que narrativité en recherche à la première personne, propose trois mouvements itératifs et concomitants dans un processus en spirale. Ces trois mouvements sont : poïésis-aisthésis-catharsis. Luis Gomez (2009) propose la narration comme acte performatif, qu'il propose comme : « un discours qui ne cherche pas à valider ses propositions par rapport à son objet, mais à créer un espace problématique où se dessinent, de la façon la plus limpide possible, les traits de la représentation personnelle que le chercheur se fait du monde » (Gomez, 2009, p. 127). Ces trois moments sont vécus comme des temps de construction de ma communicabilité et de support pour entrer dans le processus de narration, d'interprétation et de compréhension de la recherche.

Le premier mouvement dit **poïésis** appelle l'acte intuitif qui cherche à se dire, à s'exprimer, qui court au-devant de ce qui n'est pas encore énoncé. Il s'agit des intuitions, des sensations qui ne trouvent pas encore forme et parole dans un texte. Gomez dira de ce premier moment d'écriture qu'il s'agit d'un acte narratif et le propose comme : « un discours qui ne cherche pas à valider ses propositions par rapport à son objet, mais à créer un espace problématique où se dessinent, de la façon la plus limpide possible, les traits de la représentation personnelle que le chercheur se fait du monde » (Gomez, 2009, p. 127). Gomez et Bourdages (2012) nomment ce moment : « l'acte performatif de la narration, le moment de *Poiësis*, comme moment de création de l'objet par la médiation des mots. L'acte devient la narration de la construction en direct du texte qui s'assume en premier jet ». Dans le cas de ma recherche, ce moment devient une donnée de recherche en image par les cartes, un vécu du silence parlant, l'émoi d'une praticienne qui porte la justesse de ce qui veut se dire. Le ressenti cherchant sa forme.

Le deuxième mouvement ou **aisthésis** est la recherche d'un style, d'une manière, d'une forme pour pouvoir se dire à l'autre. Dans ma recherche, le moment de catharsis est ce temps de longue préparation d'un texte témoignage qui me nomme et qui puisse résonner à votre écoute. Une voie vers la parole d'oraison du cœur, c'est-à-dire, dans ma conception, une parole qui vient du cœur et qui fait prière, tournée vers l'horizon de la Vie, cette Vie avec une majuscule que j'explore dans les chapitres suivants. La confiance en une parole performative initie la création d'une sorte d'ouverture, à partir de ma sensibilité, au dialogue avec l'autre. Une praxis qui s'accorde à l'essence d'une écoute de l'autre, qui s'apprend dans le risque du regard de l'autre. Le signe d'une relation, d'une communion et d'une intercompréhension mutuelle.

La troisième étape appelle à vivre la **catharsis**, un appel à la résolution de la crise dans l'espace de la communication à l'autre et de ma reconnaissance comme sujet. Elle rapatrie à la fois mon engagement dans la sortie de la crise, la démarche herméneutique de la symbolique et mon désir d'une nouvelle posture en interaction avec l'autre qui renouvelle mon être-au-monde. Elle vise à permettre de relire l'histoire de la crise, de manière à rouvrir une nouvelle possibilité depuis un regard authentique sur les faits et sur sa juste expression. Je m'adresse à ma communauté psychosociale et scientifique dans la perspective de répondre à l'émergence d'un nouveau savoir de pratique et d'accompagnement, pour construire un vivre-ensemble, singulier et commun, depuis lequel la communicabilité comme condition d'un vivre-ensemble devient possible et conviviale (*catharsis*). (Gomez, 2009)

Dans le cadre de ma recherche, ces trois moments sont des moments d'une écriture qui devient le lieu de l'expérience phénoménologique où je me situe dans un moment présent, en train de vivre l'écrit qui porte mon unification à travers l'éclatement possible de la pensée fixée sur le passé. Expérience de me narrer dans le respect du temps nécessaire à l'expression comme à la conscientisation de ce qui s'écrit. Cette expérience phénoménologique devient le terrain d'apprentissage du consentement à me reconnaitre dans la narration de ce qui est en train de se vivre. Pour que cela soit possible, il faut que je crée des conditions qui me permettraient d'atteindre la communicabilité de moi à moi, de moi à l'autre et de moi au monde.

Le processus poïésis-aisthésis-catharsis appelle la conception de ce triple rapport au savoir déjà évoqué par Charlot (1997) : rapport à soi, à l'autre, au monde. Je cherche ainsi à renouveler ma posture relationnelle en entrant en dialogue avec l'ensemble organique de mon monde intérieur. Ces trois moments sont, à mon avis, la possibilité d'incarner des actes et des expériences déchirées, vécus dans des espaces séparés les uns des autres. Je cherche ainsi à apprivoiser la déchirure pour construire ma communicabilité : rapatrier ce que je fais spontanément quand j'interprète, entendre la parole de l'autre, invisible, qui émerge en situation d'altérité et consentir à rejoindre la muette en moi, au cœur de la déchirure entre moi, l'autre et le monde.

De plus, ce processus rappelle les trois étapes proposées par l'éthicien Jean-François Malherbe pour sortir de la crise (Jean-François Malherbe, 2006). En suivant le mouvement des mots que je rassemble spontanément par triade : imaginer la sortie de la crise, nommer sa souffrance dans une écoute neutre et bienveillante et pouvoir faire une relecture, de façon créative, pour rouvrir la nouvelle histoire. Cette expérience, ainsi mise en place, ferait œuvre d'enseignement au consentement, me plaçant dans l'acte de foi, en un processus qui cherche à construire les voies de la sortie de la crise. Ceci répondrait, dans mon intention, au besoin de construire "l'entendement",[6] la réflexivité[7] comme condition de possibilité

[6] Pour Kant, l'entendement est la capacité d'ordonner, grâce aux concepts, le « divers de l'intuition », c'est-à-dire la matière encore informe qui nous donnée par la sensibilité. (Barberousse, 1999, p.233)

d'une réflexion[8] qui s'incarne dans le geste quand j'apprends à habiter les lieux de la blessure de mon triple lien (à moi, à l'autre et au monde), qui a affecté ma cognition, la confiance dans mon geste d'ouverture, et ma capacité à me laisser toucher et altérer par l'information que je perçois.

Par les recours méthodologiques de l'heuristique et de la performativité, je cherche à me faire présente dans l'écrit, à m'incarner autrement. Je cherche le passage pour devenir une personne qui s'unifie, par-delà son histoire de vie. Je tends à prendre corps au sein d'une histoire de vie nouvelle qui s'écrit dans la mémoire vive d'un présent qui m'invite à me comprendre autrement.

---

[7] Pour Robert Misrahi, la réflexivité est la conscience première de soi (spontanéité), consciente d'elle-même, de sa propre existence et de ses actes. Par là s'affirme en même temps le dynamisme temporel du sujet et sa liberté, puisque la réflexivité est une distance de soi-même. (Misrahi, 2008)

[8] Par la réflexion, la conscience se fait explicitement l'objet d'elle-même alors qu'elle ne l'était, dans la réflexivité, que d'une manière implicite. Elle est retour actuel sur soi-même, travail intellectuel, analyse et synthèse, recherche et méditation, information, mise en ordre conceptuelle, discours et connaissance vraie de soi-même et non pas seulement conscience de soi. (Misrahi, 2008, p.229)

CHAPITRE II
PREMIER TOUR EXPLORATOIRE

2.1 DE LA POÏÉSIS. DE L'ENGAGEMENT INITIAL ET DE L'IMMERSION. NOMMER MA SOUFFRANCE

La toile : le Phare

Texte spontané suite à la création de la toile.

« J'arrive au monde : phare, rive, oraison. L'oiseau chante mon âme, le temps, le jour, l'espace, l'étendue d'une relation. En ta connaissance, je suis disponibilité à la vie, à la création d'une oraison, d'un effort de parole vers l'écrit. Une rencontre avec l'autre, en texte, en corps, en solitude. Je te parle sans mots. Tu me réponds en écho. »
(Sylvie Hogue, Journal, juillet 2014)

Par l'image du Phare, j'initie le chemin symbolique de la problématique. J'imagine par le geste de l'artiste la promesse d'une voie de sortie de la crise, quand j'arrive à l'écoute des mots qui font et disent le mouvement de la toile. J'appelle une parole d'oraison qui fait horizon.

L'image-Phare me montre la femme qui s'engage dans la traversée de la rive vers l'émergence d'une femme "autre". Depuis l'intimité de mon être, j'arrive au bord de la rive, à l'aube. Je tends les mains et l'écoute à ce lieu inaudible, silencieux où je me suis cachée. J'attends dans l'écho de l'autre rive, mon appel à cet autre qui écoute là où je suis perdue dans mon existence, là où j'entends en moi la "muette", celle qui reçoit la parole de la vie. Dans un tremblement que je ne comprends pas, je consens à la perte des repères, à prendre du recul, à rétablir mon lien avec cet autre au risque de me vivre dans le dialogue brisé. Dans cette confusion qui cherche sa clarté, j'habite ce Phare dans lequel je me suis construite dans mon histoire. Hésitante à entrer dans ce fleuve qui résonne en ces temps de rencontre avec l'être qui m'y a déjà portée, je suis prête à naitre, au bord de la rive.

Consentir à la traversée de la rive pour naitre à la parole d'oraison qui appelle cette femme inconnue. La parole de l'oraison est un appel à l'apaisement de mon cœur, par la compréhension et la sortie de la crise. Je veux rapatrier la voix de l'enfant, de l'adolescente, de la sœur, de la mère, de la thérapeute et de la marcheuse solitaire en quête de silence. L'horizon[9] appelle la Femme, Autre.

La symbolique du Phare exprime mon chemin de cœur. Chacune de ses pierres de fondation est reliée à une année de parcours. Je sais ce que j'ai fait et qui porte la trace des différents moments de choix et d'étapes de vie. Je souhaite me raconter autrement mon chemin de vie. Dans ce passage, je cherche à m'initier au dévoilement d'un savoir-faire pour partager ce que l'expérience m'enseigne. Je n'assume pas ce phare, cet axe, cette colonne intérieure à habiter.

Tout au long de l'écriture, l'interprétation de la symbolique de la carte-phare veille à me garder dans l'intention de son mouvement de vie : donner sens à l'intégration de mon parcours, découvrir ce phare qui guide ma vie comme la femme qui s'appelle. C'est avec la chercheure et celle qui tient la parole d'oraison que je me retourne face à leur horizon. L'image et ses couleurs, avec les mots de sens à apprivoiser : « rupture, blessure du cœur, axe du désir, socle, coupole à éclairer, déchirure, choix de parcours, lien à l'amour rétabli, la traversée, le fleuve, l'entre et l'écart séparant celle qui se place au bord de la rive et la femme inconnue, la parole d'oraison, l'appel du sens du geste de la main, l'autre rive et l'horizon ».

C'est comme un cri d'existence envoyé à l'autre : « je veux vivre ». L'écart se creuse entre le geste intime du soin et l'épuisement de ma disponibilité. J'ai le sentiment de perdre ma capacité d'engagement, mon cœur a peur de voir s'effondrer ma motivation à me mobiliser pour l'autre. Ma santé est affectée : mon adaptabilité à structurer mon quotidien, mon désir de me relier dans un autre contexte que mon rôle d'accompagnatrice. Je ne sais

[9] Emmanuel Levinas dira que l'horizon n'est pas le site de l'objet, mais la situation dans laquelle et par laquelle le sujet est dépassé. L'horizon n'est pas défini par rapport à une imperfection de la perception, mais caractérise le sujet comme ouverture (Zielinski, 2004, p.21).

plus m'engager dans ma vie. L'appréhension des évènements de mon histoire revient : la peur d'une faillite, du déménagement et de l'errance quand je perds mes relations pour aller vers mon besoin d'apprendre à me vivre autrement. Dans l'effondrement, je choisis de rencontrer la construction de nouveaux repères, à condition de pouvoir nommer ma souffrance, mon histoire de vie et ce que j'éprouve, mettre à jour le désir d'être entendue par l'autre, neutre, en bienveillance. Condition qui me rappelle les propos de Jean-François Malherbe (Jean-François Malherbe, 2006) quand il affirme que pour permettre la sortie de la crise, il faut remplir la condition de pouvoir nommer le sens de son histoire, comme elle est. Cette crise est la rencontre de l'abîme que représente pour moi le fait d'accepter l'impuissance d'être avec l'autre, d'être dans mon vouloir dire et de consentir au geste qui ne peut pas agir. Parfois, je ne peux rester neutre et sans violence quand face à l'incompris du vide, ma pensée cognitive s'agite, confuse dans l'émotion et dans la peur de la rupture relationnelle. Dans l'intimité de l'écoute, mon cœur parle dans les mots de Lavelle (1942) : « Le langage, c'est l'œuvre de l'individu séparé qui essaie de vaincre sa séparation. […] Le langage est le corps de la pensée. C'est par lui que la pensée entre dans le monde » (Lavelle, 2005, p. 43).

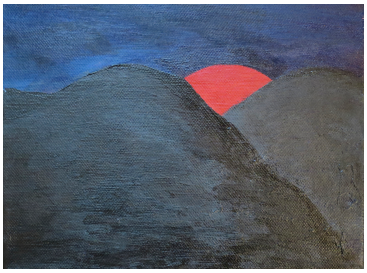
Dans cet abîme, je n'arrive plus à reconnaitre la valeur de ce que j'ai fait dans ma pratique et dans mon parcours de formation, ce qui me laisse dans un sentiment d'inaccompli et d'insatisfaction. Quand je vois mon état de santé et mon hypersensibilité se manifester dans des comportements difficiles, je me retrouve dans l'impasse de ma capacité à me communiquer. Je me vois dans le retrait et dans la difficulté de me faire aider, ne pouvant ni nommer ni comprendre ce qui m'arrive. Je constate que mon regard sur moi-même est difficile et porte le non-amour de ce que j'ai tenu à l'écart et que j'ignore. Dans l'intimité, l'insécurité et la confiance s'ébranlent et je me méfie de l'autre. Ces comportements m'amènent à la non-acceptation de ma différence, le rejet de moi-même qui accentue mon isolement dans le contexte de ma vie de femme célibataire et de travailleuse autonome. Dans l'impuissance, je me tais, je m'abandonne et je me retire sans comprendre comment je peux répondre autrement à ma condition de femme. Je me sais responsable de cette auto-maltraitance, du manque de bienveillance et de respect pour moi qui affecte

l'autre. J'ai besoin de reconstruire ce lien rompu et brisé avec mon cœur, mon histoire et mon âme pour apprendre à prendre soin de la douleur qui a épuisé mes ressources physiques et psychiques. « Le passé a façonné notre sensibilité qui a filtré les informations dignes d'être retenues comme des évènements. Et c'est le présent qui organise ces évènements dans un récit adressé à quelqu'un »(Cyrulnik, 2000, p.25).

La crise se dit par ce cri muet de l'enfant qui appelle à l'aide, à l'être, à l'Autre. Dans les limites de mon incarnation, j'ai besoin de reconnaitre ma condition humaine. Je crée la division entre l'accompagnatrice, la praticienne du soin et ma vie personnelle, vécue comme une déchirure du cœur issue de ces différentes parts de moi qui font conflit intime. Je souhaite une coopération avec l'autre, alors que je ne coopère pas avec lui.

La blessure du cœur, je la vis comme un impact bio-psychosocial à reconnaitre. Vacuité. Présence d'absence. Immobilité qui me tient à l'écart. Face à ce vide, à cet abîme, à cette errance du sens, j'éprouve un sentiment d'enfance qui revient. Un sentiment d'être en attente de l'arrivée de l'autre : vide, attentes, absence et déception. Sentiment d'adolescente qui quitte vers l'ailleurs, espérance d'un chez-soi. La nature de l'écho du passé revient au présent et s'éprouve dans ces différents contextes : mes sessions d'écriture au café, l'élaboration des toiles d'expression, l'atelier, le silence du « monastère » en mon corps sensible, la marche avec ma solitude et le temps du soin dans un dialogue qui tend à aller vers l'autre. Le tout comme un appel à ma maturité affective entre mon être et mon cœur de femme, entre la vie et mes obscurités, mes vieilles haines refoulées et mon amour inconditionnel.

2.2 LA RIVE



La toile : Le sentiment d'existence

Souvenir des nuits de mon âme
Rayon de soleil à la fenêtre
Abandon en mon corps
En l'écart du jour, ta présence
L'amie près de l'éloignée
Confiance me rejoint
Aube première
Temps de vie à accomplir.
(Sylvie Hogue, Journal, juillet 2014)

La toile, intitulée « Le sentiment d'existence », m'invite à me souvenir de ces moments de nuit de l'âme, signe de mes premières rencontres avec l'affectivité négative. Dans ma traversée de la solitude, j'apprends à vivre le détachement comme une pratique d'abandon à ma vie et à la vie. C'est dans mon corps que je ressens les résistances, l'histoire du passé et le dialogue que je vis au présent. J'ai rencontré le sentiment de présence, de beauté de l'être dans les instants d'un rayon de soleil et la confiance d'un lien ténu. Avant de pouvoir écrire et me lire, j'ai tissé entre moi, mon cœur et mon âme. Puis ce lien ténu qui était menacé dans mes relâchements a été soutenu par la nature, puis par l'amie et l'ami qui ont tendu l'oreille à l'éloignée. Je me rejoins dans cette confiance tissée à parler pour communiquer et m'entendre avec l'autre, à ce temps d'aube. Je m'inclus au cœur de mes résistances par la rencontre de l'émotion qui s'éveille à mon écoute. Zoom sur l'autre rive au soleil couchant faisant place aux ombres.

> L'émotion est une énergie sauvage vécue très souvent comme terriblement dérangeante. Nous sommes le jouet de nos émotions et de nos pensées. La solution facile qui consisterait à pratiquer l'ablation ne relève pas, pour moi, d'une spiritualité de transformation réelle. Il y a une intégration à faire, une intégration des émotions, une intégration de la pensée dans quelque chose de plus vaste. L'intégration se fait quand nous prenons conscience de notre appartenance au tout, là est la clef. Retrouver le sentiment d'appartenance à la globalité est la façon d'intégrer la partie concernée à cette globalité. L'émotion, si elle apparaît à la conscience, doit pouvoir être vécue de telle façon qu'elle s'intègre à la totalité, elle redonne sentiment d'appartenance. (Amar, 2005, p.52)

Cette agitation émotionnelle se vit dans la révolte : la colère, l'insatisfaction, la comparaison, la désespérance dans l'attente et le jugement d'échec devant l'incompris. Dans l'impuissance devant ce que je n'ai pas pu changer à mon chemin de vie, je ne trouve plus la patience de donner du temps à ma vie pour comprendre ce qu'elle m'enseigne. Je me confronte à mon consentement quand je constate l'épuisement de mon imagination, de ma santé mentale et de ma capacité physique nécessaire pour engendrer un changement de vie. Je ne peux pas m'appuyer sur un désir d'engagement conscient pour contrer la douleur de la solitude et du sentiment de perdre la relation à ma vocation et à mon désir de vivre. Face à ces sentiments d'échec à mon égard, je manque d'appréciation de ma vie. Je perds la juste valeur à donner à ma vie personnelle et professionnelle quand j'habite cette attitude qui me divise dans le lieu du cœur, qui pourtant me meut dans mon action. La tempête qui me retourne vers une écoute plus profonde de moi-même se vit comme un resserrement de mes os par mes fermetures inconscientes.

Cette poussée de vie qui tend à me rejoindre dans mon accord et ma vérité révèle la tourmente qui fait rage et me porte dans un climat de guerre intérieure. Je découvre un soutien vers une compréhension neuve de ce philosophe Gabriel Marcel, relié à Louis Lavelle et Emmanuel Levinas. Gabriel Marcel dira que ce temps d'enfermement se vit comme une expérience de captivité, lorsque l'homme désespère dans ce qui lui apparaît imposé. (Baleke, 2010, p.178) Chaque matin, je me lève avec l'obscurité avant l'aube, dans l'impossibilité quotidienne de faire le choix de l'espérance, bien que je me remémore du don de la grâce quand je me relie à mon être.

> Il ne peut y avoir à proprement parler espérance, que là où intervient la tentation de désespérer. L'espérance étant l'acte par lequel cette tentation est activement ou victorieusement surmontée en une lutte active contre le désespoir. Le désespoir incite à la capitulation, et peut parfois pousser jusqu'au refus de la poursuite du chemin d'existence. […] Quant à l'espérance, elle invite l'homme à jeter un regard confiant en direction de l'être du transcendant, là où clignote la lumière de l'Absolu. Cette lumière lui donne de prendre position contre la mort. Elle est à la base de la force intérieure qui permet d'apprivoiser l'épreuve pour reprendre la marche. (Baleke, 2010, p. 160)

J'étouffe dans le sentiment de ma captivité. Je refuse, dans une sensation d'inconfort, de me soumettre à la réactivité qui me pousse à « quitter-rester-partir » comme alternative au sentiment de captivité. Réactivité me menant constamment au déménagement, ou à faire le choix d'une formation nouvelle ou d'une nouveauté quelconque, pour m'auto-contenir jusqu'à ce que je fasse choix de vie. Je veux réinvestir mes compétences au déménagement dans une compréhension de la justesse d'une attitude de déplacement intérieur, pour vivre autrement l'évolutivité de ma vie et répondre différemment à la peur du départ, à la confusion de mon désir, à la séparation saine, à la violence devenue cri, au sens de la douleur de l'absence, au présent qui oublie et à l'ignorance des contraintes.

J'ai l'intuition que le temps de la parole d'oraison du cœur fait appel à la justesse du sentiment dans de courts récits, ou de vérité dans l'élan de la poésie. Je le vis comme un retournement de mon esprit qui soudainement sort de l'étroitesse de la pensée pour entrer dans la possibilité d'un rappel de la grâce. Ce geste est une ressource qui me permettra d'apprivoiser dans l'obscurité ma sensibilité naturelle, la nature des choses, et à demeurer dans l'amour du don. Quand je me vois incomprise des autres, je me fais violence. Je suis démunie sans ce passage de la douleur à ma douceur. Ma capacité d'attention à la vie est ébranlée devant le mal que je me fais et qui se ressent dans ma pensée. Mon cœur se protège de moi-même. J'ai besoin d'atteindre en moi ce lieu d'absence de lumière, dans ce désir d'éclairer le phare. J'ai cependant de la difficulté à me rejoindre dans mon centre. J'ai peur. Je me dois de traverser ma douleur pour découvrir dans mes assises le sens de ce vide[10] qui m'aspire et me soutient. Dans l'absence et le manque, j'ai rencontré la plénitude de la présence. Ce présage de béance comme d'anéantissement de moi-même, m'invite à la réconciliation du temps et de l'espace vécu dans l'immobilité commune à la femme solitaire et à la femme de soin.

[10] Pour le christianisme, la foi prend son essor sur le vide du tombeau, signe d'une autre présence, mais d'abord la foi s'est laissée vider de tout contenu, de toute créance, de toute certitude. Le sens du vide est alors donné par le chrétien à travers la donation d'une plénitude. Pour le taoïsme, le vide jouit d'un privilège ensorcelant qui entraîne et oriente l'élan méditatif, débarrassant l'esprit de ses désirs de nomination. On voudrait nommer ou conceptualiser toute chose, mais si « l'on veut être sans nom, rien ne vaut le silence, rien ne vaut le vide ». (Belin, 2012, p.41)

À mon arrivée à Rimouski, à 30 ans, je suis épuisée du don. Tout mon parcours de maîtrise sera un apprentissage à acquérir des outils de présence à moi et à l'autre, au moment du soin. Dans la crise qui m'amène à l'écriture du mémoire, je souffre de la distance de la femme avec une vie relationnelle intime et personnelle difficile. Je me juge dans l'insatisfaction et dans la condamnation de ma valeur, ainsi que dans ma détermination à cultiver les conditions d'accompagnement qui prennent soin de la Vie.

Sans comprendre la blessure du cœur, je ne me mobilise plus dans l'évolutivité de mon engagement dans ma vie. J'ai peur de perdre ma motivation et ainsi reprendre l'errance. Je choisis d'entrer dans une autre solitude qui apprivoise l'incertitude. Je vis l'échec de mon attente d'une vie professionnelle autre, sans apprécier la forme née de l'accompagnatrice actuelle. Je vis une souffrance de femme seule qui tend à enlever de la valeur à ce que je suis et à ce que je fais. La blessure du cœur s'entend par le sentiment de deuil qui nait de la perte de ma santé, de ma stabilité à me tenir dans un mouvement de vie et de ma relation à l'autre. Je recherche l'accueil de cet autre à devenir face à moi-même, dans ma proximité, dans le lieu de parole qui me rapatrie dans la conscience que je suis responsable de mes éloignements. Dans l'intimité, j'ai peur de ma présence pleine et de l'autre. D'exister.[11]

Je désire reconstruire la confiance dans la traversée de la rive. Dans le refus de ma réactivité au déménagement constant. Je cherche à ratifier une entente qui se rompt, entre mon corps et mon cœur. Quand je donne attention à ce qui appelle l'accord d'avancer dans l'inconnu, la rupture de cette entente[12] me tient à l'écart de mon centre. Je me sens déchirée entre mon désir de vivre qui pousse et la sensibilité de mon corps. L'élan de mon cœur en fusion avec le silence de mon être ne suffit pas à calmer la tourmente qui se lève quand je

[11] Pour Heidegger, exister, c'est être au monde en vertu de l'entente du monde qui permet d'y être. Exister implique que le Dasein advienne à lui-même en tant qu'interprète des possibilités d'être que son monde lui ouvre. L'existence, fondamentalement vouée au souci de l'être - souci de l'être de ce qui est humain et souci de l'être de ce qui n'est pas humain - prend sens à partir de la finitude et du temps. (Auriol, 2013, p.22)

[12] Toute entente est une manière de vibrer, ce qui est ainsi ressenti témoigne toujours d'une entente du monde et d'une entente de soi où l'entente du monde vient à se configurer, ce qui permettra d'établir l'exemplarité existentiale de la posture de l'interprète : musicien, acteur ou lecteur. (Auriol, 2013, p.23)

m'exclus du dialogue intérieur, sans me comprendre. Quand je me retire du conflit intime, je suis responsable du lieu de ma captivité. Face à ma réactivité, je vois mes stratégies naturelles de « quitter-rester-partir ». J'oublie de laisser le pouvoir de la vie me guider dans ces gestes répondant, chacun à leur moment, dans l'accompagnement du mouvement de ma vie. Je choisis d'entrer dans l'écoute de ma présence à moi et à l'autre pour me guider vers un déplacement intérieur plutôt qu'un choix d'agir sur mon contexte extérieur.

En d'autres mots, il s'agit d'une expérience du soi qui cherche à se dire, à rejoindre l'autre, à être dans le monde depuis une crise qui s'expose. Je le rappelle ici, la crise est tension d'un vouloir dire qui cherche à se manifester dans son désir d'exister. Luis Gomez, s'alliant à Claire Lejeune, définit le vouloir dire comme « la manifestation d'un conflit intime, intérieur, qui n'est pas encore rendu au niveau du langage, de l'expression, de l'exprimable » (Gomez, 1999, p. 27).

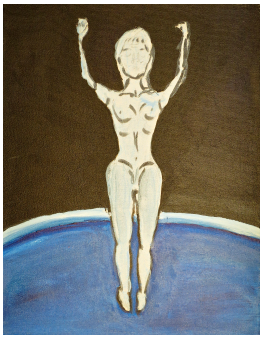
Dans la colère des interdits de vivre, je soulève par cette poussée de vie une autre nature de protection psychique. Cette protection se manifeste sans mémoire, mais se ressent comme une fermeture de mon corps, une fermeture à la réception de la subjectivité de l'autre. La blessure relationnelle se révèle dans cette affectivité négative, issue de ma nature biologique affectant ma pensée, ma cognition, mon attention, ma mémoire. Cette blessure se fige dans une pensée en ritournelle, incapable de contenir les mémoires corporelles, les sensations qu'elle exprime et les émotions qu'elle provoque. Ma responsabilité m'appelle à avancer vers un « Portrait Santé » intégral corps-cœur.

Le chemin d'exploration de la blessure du cœur a déjà commencé en 2004, à mon arrivée au baccalauréat en psychosociologie. J'ai alors commencé à parcourir le chemin d'une parole à habiter, d'une rencontre vers ma proximité à moi et à l'autre, de la prise de parole en groupe, de l'intuition porteuse d'un vaste sens à l'écoute de la symbolique du ressenti de mon cœur, intuition et résonance qui me conduisent dans le lieu de la déchirure de mon être. Dans ce lieu, je sais que je n'arrive pas à me communiquer depuis l'intimité de mon expérience de vie. Je me vis incomprise par l'autre. Je sais qu'en présence de l'autre je

n’arrive pas à le percevoir en moi, comme je n’arrive pas à me recevoir comme personne, située et incarnée. Dans la captivité, je perds l’écho d’une résonance en mon corps pour l’entendre seulement dans le lieu de mon intuition.

Pourtant, c’est dans l’expérience sensible et silencieuse que je fonde ma manière intuitive de faire ma pratique d’acupuncture et de fasciathérapie. En fonction de soin, je reçois l’expression de ce que je veux dire en lien avec mes actes concrets. Entre moi et l’autre, je suis en présence du corps de l’autre, de sa situation de vie et de la vulnérabilité qui nait de l’épreuve de sa santé. Je me vis dans la conscience d’une part de moi en retrait comme de cette autre part de moi qui habite le prendre soin. Dans ma pratique de soignante, j’arrive à surmonter le défi de créer cette cohérence entre ma pratique et le sens que je donne personnellement à mon existence. Dans le temps d’expression de la valeur que je donne à mon agir, entre les pratiques reçues et les pratiques transmises, je tais les motivations immanentes à mon cœur. C’est cet étrange paradoxe de ma vie qui m’amène à la question de comment me relier (à moi et à l’autre), dans le contexte de ma vie, pour développer une démarche éthique qui respecte la voix de la femme et la voie de la praticienne. Dans l’acte de révélation du sens profond que je donne à la pratique du soin, je continue à pratiquer une écoute du silence et de sa résonance dans mon corps de vie. C’est dans ce bouillonnement de contradictions et de contraintes que j’avance dans la nécessité de trouver des conditions intérieures et intimes au dialogue que je suis responsable de créer avec ce que je ressens.

2.3 ISHA, LA FEMME BLEUE, SOURCE ET ORIGINE



Le dénuement de l'amour absolu. Déchirure du voile. Séparer. Violence du refus, à ce qui est. Cri, à ce qui devrait être. Larmes. Le cœur qui voit. Mon corps, ma vie. Solitude. Sylvie. Je respire. L'axe d'un consentement. Revenir à la source. Cela passe, cela vient. Gratitude, en temps de finitude. M'abandonner. Cela est. (Sylvie Hogue, Toile et écrit performatif, novembre 2014)

La toile : Isha, la femme Source-Bleue-Origine

Femme du Soin, femme bleue, femme en traversée. C'est l'histoire d'une disparition qui m'a donné le sentiment de solitude dans mon existence de femme en errance, en déplacement vers son désir de s'incarner, depuis l'amour inconditionnel en soi qui porte le mystère de ma vie. Elle est l'abandon de la femme célibataire, de la mystique et de l'amoureuse du silence. Elle vient comme une possibilité de réponse à l'attente de l'enfant qui ne sait plus se tenir au bord de la rive.

Entendre, pour être avec cet instant, en confiance. Trembler. Du recul et du temps pour laisser venir l'expérience. « Et du temps, ce qui existe, ce n'est jamais l'instant que nous vivons » (Bachelard, 1992, p. 119). Rapatrier la confiance, connaitre mon cœur, attendre le pas suivant. Accepter que ce soit déjà parti, de soi et de l'autre. Être avec ce désir de rencontre. Désir en grec : ce qui est absent et suscite le regret. Souvenance. Choc de l'oubli. Rester là où je suis. Appeler la vie dans l'émoi de la source. L'amour éclaire le temps de passage nécessaire dans l'obscurité. L'apaisement d'un début, la dignité d'être là.

Je crée l'écart entre son écoute et mon désir de parole. Je pars, tu restes. Je te parle, tu me réponds en écho. Est-elle mon ancre, mon errance, mon identité véritable ? Apprendre à prendre parole depuis l'authenticité de ma présence. Une femme de don qui appelle son incarnation au cœur de la déchirure. Formée du silence d'écoute sensible de la vie, de la parole de la matière des corps, je cherche à soigner ma rencontre avec une nouvelle

profondeur en apprenant à écouter autrement les besoins de la femme que je veux devenir, dans la reconnaissance du désir de mon être et de l'appel de mon âme singulière. Ma vocation porte la croyance que la femme en bleu me retire du monde tout en potentialisant le rapport à l'essentiel. Elle m'appelle à ma transformation personnelle par la traversée de l'affectivité négative. Je suis invitée à me conduire vers un sentiment d'existence. Être avec ce que je tais pour m'apprécier dans ma différence.

J'envisage cette traversée comme un appel à l'inconnu. Je veux faire de mes contraintes un faire oraison vers un horizon neuf, par la mise en place de nouvelles conditions de vie, à établir au terme de ce mémoire.

> La relation avec l'avenir, la présence de l'avenir dans le présent semble encore s'accomplir dans le face-à–face avec autrui. La situation de face-à-face serait l'accomplissement même du temps ; l'empiètement du présent sur l'avenir n'est pas le fait d'un sujet seul, mais la relation intersubjective. La condition du temps est dans le rapport entre humains ou dans l'histoire. (Levinas, Le temps et l'autre, 1983, p. 68)

L'écoute de la parole émergente, synthétisante et créative fait promesse d'un engagement à me commencer, en accord avec la parole de mon être qui s'est exprimée dans le geste de l'artiste. Je rouvre, par cette promesse d'un nouveau regard libre et responsable, la possibilité d'une exploration de mon agir soignant pour faire co-naissance avec ce qui fait sens et avec ce qui se réactualise en ce parcours de recherche.

2.4 ENGAGEMENT INITIAL : FAIRE PROBLÈME

> Mais au terme du Voyage, la Promesse s'adresse également à des « êtres humains » affectés et susceptibles de s'affecter les uns et les autres.
> (Basset, Guérir du Malheur, 1999, p. 46)

Je souhaite être une demeure de relation vivante pour l'autre et de vivre-ensemble. Dans le désert et l'obscurité, j'éprouve ma force à me relier à ma vie, comme elle est. Vivre

une éthique du consentement à mon incarnation comme une voie qui appelle à la transformation de mon rapport à la crise, à la blessure et à ce don de pouvoir être avec ce lien mystérieux à la vie. Je veux apprendre à reconnaitre ma singularité pour remercier ma vie, cette parole silencieuse qui m'a été offerte. J'apprends à lever les yeux vers ce qui peut orienter mon regard vers de nouvelles perspectives pour me communiquer au Monde. « Ainsi, au Commencement était la vie affective parce qu'au commencement, la Parole se faisant chair » (Basset, La Joie Imprenable, 1996, p. 85).

Ma quête d'amour s'est épuisée. Par cette rencontre avec mon art et ma manière de me rejoindre en mon Corps de vie, sensible, je désire aller aux choses mêmes, tout comme la Parole commence à m'emmener dans mon désir d'habiter ce passage. Comprendre par l'acte de relecture, la nécessité du recul qui soigne l'appel à la femme Cygne, unifiée. La symbolique m'aide à aller vers le sens exprimé par ce souffle de vie nécessaire pour lever ces conflits intimes et intérieurs. Je consens au mouvement d'écriture qui donne vie à la parole spontanée, émergente, synthétisante et créative.

> Telle est l'expérience humaine : plus grande est la béance creusée par la douleur qui nous sépare des autres, plus brûlantes seront la soif de joie et l'attente d'une « joie parfaite », d'une plénitude de vie, c'est-à-dire de l'intégration de tout ce qui constitue notre existence. (Basset, La Joie Imprenable, 1996, p. 40)

Je souhaite la réconciliation avec la blessure sacrée, depuis la parole à entendre au féminin, dans l'instant présent de la rencontre avec ce dispositif symbolique du jeu de tarot. Je ne sais pas comment faire advenir l'autre, inconnue. Le processus de recherche devra permettre la création de ce dialogue brisé en reliant les récits de parcours, mon expérience vécue et la relecture des récits émergents à partir du lieu créatif de l'élaboration des toiles, de leur interprétation en écriture performative et de leur mise en dialogue heuristique en synthèse créative. Mon âme vacille quand je manque à ma valeur. Sa flamme appelle mon engagement à voir la beauté de la femme-praticienne et chercheure. Je cherche à apprendre à tenir le dialogue avec l'essentiel de ma vie, entre la désespérance et l'espérance d'un dépassement qui rouvre mon avenir. Vivre l'éthique d'un consentement à l'incarnation.

Entre la pratique et la valeur, l'incertitude, ma solitude éprouve ma confiance en mes gestes et ma manière d'accompagner la continuité de ma vie. Mon rapport à l'écoute est teinté de ma sensibilité à ressentir l'invisible, l'indicible silence et la part interdite de la muette à se dire à l'autre. Depuis l'essentiel, je cherche un chemin de réconciliation et de reliance entre le cœur de la femme, la praticienne et l'accompagnatrice de la vie. Je m'engage à apprendre à cultiver la gratitude en intégrant la bienveillance et le respect pour les parts vulnérables de mon être, tout autant que pour ces parties de moi en révolte. À l'aube d'une relecture de ma manière de voir, d'entendre et d'écouter le Monde, je me relie à ce regard de l'intuitive qui me guide vers ce consentement à la traversée de la rive. Dire oui pour comprendre ce lieu du soin qui manque à ma vie et me réconcilier avec moi quand j'œuvre à partir de ces lieux de mon absence, de mon insensibilité et de l'ignorance de la puissance des mots. Des maux qui s'expriment quand je vais hors des sentiers à la rencontre du désordre et de mon chaos.

CHAPITRE III
DEUXIÈME TOUR EXPLORATOIRE

3.1 AISTHÉSIS : ENTENDRE L'AUTRE. L'INCUBATION. ÉCOUTE NEUTRE ET BIENVEILLANTE. SE FAIRE ENTENDRE ET ÊTRE COMPRISE PAR L'AUTRE.

La Toile : Cultiver la Gratitude

Depuis plus de cinq milles ans, les parents rassemblent quotidiennement leur courage pour faire ce qu'il faut afin de nourrir les enfants et de finir leur journée. C'est quand on réalise que tout peut disparaître, que la gratitude peut éclore. Le père qui voit sa maison, son labeur et travaux de doctorat brûlés, tient la main de sa fille : « Ne t'inquiète ma puce, on a sauvé le plus précieux et c'est toi. » (Sylvie Hogue, Toile et écrit relié à l'image, juin 2014)

Dans cette toile, d'abord, je me devine dans l'image et le texte qui l'accompagne. Un chemin à suivre se dessine par mon consentement à habiter la compétence qui se suggère dedans. Je m'attends à me rejoindre dans l'expression de ma gratitude envers les ressources reçues. Ressources obtenues dans mon cheminement de formation de soignante comme acupunctrice, fasciathérapeute et psychosociologue. Mon parcours m'est donné par la vie, je le suis de manière intuitive. L'image me donne à voir l'histoire de la blessure sacrée, c'est-à-dire celle qui me permet de devenir qui je suis. Toile et mots me dévoilent le mal provoqué par l'absence d'un lien de bienveillance à ma blessure, blessure qui menace le sentiment de gratitude envers ma vie. Au moment de l'élaboration de la toile, je vis l'expression de mon sentiment de gratitude reliée à la reconnaissance des dons et talents qui

se sont développés dans le lieu de ma pratique. Je reste dans la blessure, sans comprendre sa cohérence avec le chemin de mon histoire.

À la relecture de la toile, je constate un processus d'auto-reconnaissance qui me permet de contourner la sensation de rejeter une partie de moi-même. La toile me ramène à un constat de distance entre moi et la partie en moi qui se rejette et rejette, sorte d'éclatement entre ce que je ressens et ce que j'interprète. Je découvre un écart que je ressens corporellement difficile à habiter. Une blessure difficile à comprendre.

Ce sentiment est né de mon impossibilité à trouver les mots pour m'exprimer et d'être comprise de l'autre. Le lieu où mon sentiment de justesse intuitive vacille et où la confusion prend place. Le traumatisme de la mémoire s'active dans le lieu où mon cœur blessé se dévoile. Le lien à la blessure mémorielle se rompt dans mon auto-jugement, ou dans le jugement que l'autre pose sur ma condition et ma spécificité. Cette rupture provoque la perte de mes motivations immanentes, reliées au désir de mon être. Ce lien de rupture participe à ma manière de m'abandonner dans l'entre : l'entre ce que je pense et ce que je ressens, l'entre ce que j'éprouve et ce que j'accueille, l'entre ce que je fais et ce que je perçois. J'ai besoin de créer un espace de dialogue entre l'esprit de jugement, la justesse intuitive et le lieu du ressenti de mon corps. Ce sera le chemin de rapatriement de mon cœur pour apprendre à rester dans un contact de présence à cette rencontre avec les blessures qui portent mes croyances et mes représentations identitaires affectant mon rapport à l'existence.

Le 30 juin 2014, je vis ce premier geste de l'artiste qui peint la toile « Cultiver la gratitude » comme la possibilité d'exprimer ma gratitude. Cette image laisse voir la synthèse du thème (mains), l'axe (l'aigle et l'enracinement de l'arbre) et l'intentionnalité (espace d'ancrage entre ciel et terre) de la recherche exploratoire de ma maitrise. À l'époque de l'élaboration de cette toile, j'étais à la deuxième semaine de la prise d'une médication. C'est possiblement cela qui a permis la préparation du matériel et l'organisation des conditions d'élaboration de la toile. Une expérience que j'ai vécue

comme un rapport à l'action et une intention dans le geste spontané de m'organiser. Je suis étonnée que la blessure du lien soignante-vulnérabilité, parent-enfant se dessine comme désir d'exprimer également ma gratitude pour les ressources reçues sur le chemin de mon devenir femme. Les mots du collage me rappellent la situation de finitude, le chemin qui brûle pour donner à ressentir la beauté de ce qui reste : l'enfant comme la part précieuse de soi-même. Un désir de me rejoindre dans la parole de mon être et de mon cœur, dans l'expérience du consentement à me vivre dans mon vouloir-dire. Par l'arbre de vie qui s'enracine entre ciel et terre, dans la parole d'oraison du cœur (soleil couchant), je vois la première formulation de la question de recherche, énonçant un désir d'apparaitre à « Sylvie, ferme et vivante » en relation de partage.

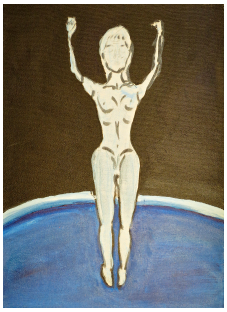
3.2 L'HISTOIRE DE LA DISPARITION : LA COLÈRE DU CŒUR

Le chemin de ressources reçues met en évidence mon rapport au *corps sensible*. Je constate dans mon corps les traces d'une trame de vie. Une trame que je nomme : « histoire de disparition ». C'est l'écho d'une colère renvoyée par mon corps. Une intensité qui éveille la douleur du cœur et qui en même temps porte une poussée de vie. Mes compétences d'accompagnatrice sont nées dans l'écoute du silence présent à l'intérieur et autour de moi, dans la pratique de la pédagogie du sensible de l'équipe d'enseignants de la Méthode Danis Bois.

Mes cercles d'apprentissage en psychosociologie m'ont formée à la relation à l'autre dans l'interaction groupale. Je découvre que le corps sensible me permet de m'ancrer dans une sensibilité corporelle qui me tient en équilibre au cœur de mes difficultés relationnelles. Dans ma présence intime à mon corps, je suis confrontée dans mon rapport à l'autre et au monde.

C'est à partir d'Isha, toile représentant ce rapport à l'ouverture à mon être et à l'amour, que je commence à entrer en contact avec le désir de m'incarner, de traduire le récit de l'artiste qui donne parole à mon être muet, au bout de mes doigts, dans l'intention

d'interpréter les toiles dans une posture d'incarnation d'une parole à entendre au Féminin. Je vous partage la première symbolisation que j'ai trouvée en écriture et en lecture, que je retrouve dans le texte qui a suivi la création de la toile. Annick de Souzenelle nous parle de la signification du mot hébreu : *'Ishah* est *la* Feu! La matrice d'eau à ce nouvel étage d'épousailles devient matrice de feu. En elle, *'Ish* (l'époux et son autre côté) doit épouser *'Isha* pour se verticaliser afin de devenir Verbe (Souzenelle, 1997, p. 31). Je laisse ici son universalité pour la rencontrer, comme un archétype source de ce chemin de recherche qui me conduit à mes épousailles et son initiation.



La toile : L'être *Isha*

Isha est la femme Bleue-Origine-Source de la vie. (BOS)

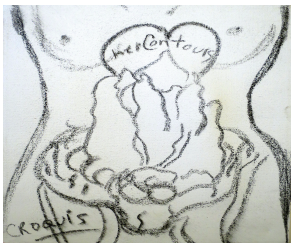
Avec elle, j'écoute mon être, mon ancre, mon errance.
Femme du Soin, je suis désir d'amour en soi, mystère de vie, mystique en l'amoureuse du silence.
Au dénuement de l'amour absolu. Déchirure du voile.
Séparée de la Terre, violence du refus, Cri d'existence.
Le cœur en larmes voit. Mon corps, ma vie. Je respire.
Revenir à la source. Cela passe, cela vient.
Gratitude, en temps de finitude.
Elle est, je suis Sylvie.

3.3 L'ÊTRE, UN CORPS SENSIBLE : LE DON ET LA LIMITE DE L'INCARNATION

Isha représente l'origine du don reçu lors d'une naissance traumatique. Je suis née par un siège, c'est-à-dire que je suis née par le bassin en premier au lieu de la tête. Mes poumons se remplissent d'eau pendant la première heure de mon existence. Mon corps, je le comprends aujourd'hui, reçoit alors la mémoire d'un danger de mort dans l'acte d'exister. J'ai alors été séparée de ma mère pendant mes deux premières semaines de vie. C'est mon premier voyage de déracinement. Une coupure entre ma tête pensante et mon corps commence alors à se développer. Les mémoires, portées par mon corps comme signe du danger de vie, deviennent la prison de mes incapacités relationnelles. Mon esprit est libre de se répandre au loin, avec le seul support des sens de l'intuition. J'appelle cette

expérience « mon âme intuitive ». C'est en portant des casques d'écoute que je fais mes premiers dessins lors du baccalauréat en communication. Je suis muette, sourde, cherchant avec les yeux la beauté de l'autre et du monde. C'est dans le silence coupé des sensations de mon corps que je fais le choix de rencontrer le monde. Cette première manière d'habiter le monde, je l'ai vécue, au cours des années, comme un ancrage pour me comprendre par les signes de mon corps. Par lui, j'ai accès à ma biologie, à ma psychologie et à mes incapacités sensori-motrices attentionnelles et cognitives. C'est par l'apprentissage de l'acupuncture et en me faisant soigner par le corps que commence à se tisser cet accès.

Boris Cyrulnik me parle du traumatisme : « Lors d'un trauma aigu, la dissolution de la conscience, ou même le déni qui retranche du réel la partie insoutenable, protège la victime [...]. Mais quand le trauma devient chronique, insidieux, répété chaque jour, "moral" car infligé par la société réparatrice elle-même, il inscrit dans l'enfant des troubles moins visibles mais plus durables qui imprègnent sa personnalité en cours de développement » (Cyrulnik, 2002, p. 60). Ces traces de réactivité se lisent dans mon corps, comme la première parole que le corps mémoriel utilise pour s'exprimer dans des moments où l'expérience traumatique se revit. Dans mes premières années de recherche, je me force à retrouver, par la perception, la conscience de cette première parole qui aurait influencé ma manière d'être en relation et en apprentissage avec la vie. J'essaie ainsi de recontacter l'origine de l'histoire de la disparition, porteuse de la colère et du refus de ma naissance, de la reconnaissance de mes limites et de la singularité de mon incarnation. Voici la trame d'un récit qui s'initie entre l'écrit et les images dans un cri d'existence, une parole à entendre au féminin, c'est-à-dire à partir du lieu de ma sensibilité, afin de contourner la rationalité psychologisante de ma manière de m'interpréter. J'apprends ainsi, progressivement, le consentement à l'incarnation dans le désir et à assumer le fait d'apparaitre au monde depuis ma transparence et depuis les pratiques qui me relient à l'essence de mon être.



La toile : Les Contours

Les Contours, dessin qui trace les contours des mots :
Peau
Bassin
Montagne
L'enfant divin, la naissance et les mains
Le cercle humain
La déchirure entre le cœur et l'intime.

3.4 ISHA DESCEND VERS LA PROCHAINE CARTE : UN CHEMIN D'INCARNATION S'INITIE

Ce croquis porte l'histoire corporelle de la blessure originelle. Je me propose d'entrer au cours de ma recherche dans le mouvement de sa signification. Elle dessine ce passage d'incarnation à habiter et son orientation : une assise dans mon bassin, les cercles aimés, la rencontre avec la montagne et la promesse de l'enfant. La symbolique aide à créer un ancrage attentionnel quand je ressens la déchirure du lien entre mon cœur et mon bassin. Je me rapatrie dans ces lieux corporels pour écouter les effets de la rencontre entre le sens et la signification inconsciente qu'elle exprime. J'apprends à mettre des contours à ma vie, comme des mots à chaque trait qui se relient avec les maux qu'ils indiquent. L'intentionnalité de la carte me demande de faire confiance à sa directivité et à sa résonance. Une manière de l'interpréter à partir de la sensibilité de mon corps. Quand je la ressens et que je la regarde, mon attention et ma présence quittent : ma mémoire réagit quand je suis touchée par l'autre. Une posture d'interprétation commence à devenir une posture épistémologique de recherche : les contours de ma manière de « connaitre » deviennent la quête d'une nouvelle manière de me raconter. La compréhension de la carte m'invite à me recevoir pour me contenir dans la douleur, la peur et le sentiment de justesse qu'elle soulève.

En méditation, en soin et en nature, je me relie au silence d'Isha : la femme source de vie que je rencontre dans mes temps de vie « monastiques ». Sa sagesse porte l'expérience de mes compétences attentionnelles dans le soin pour l'autre et de ma pratique d'ancrage dans mon corps sensible. Dans l'épreuve de l'écrit performatif en tant que rencontre avec

l'autre, j'apprends à stabiliser ma posture d'accompagnement face à l'information que je reçois de moi et de l'autre. J'écoute la douleur comme le mouvement de vie pour accueillir ce qui est et apprendre de ma manière d'entendre la circulation de la vie, de la résonance et de l'expérience de rencontre avec une présence autre. Pour demeurer dans la vastitude de cette présence, je me centre dans le lieu d'une prière du cœur pratiquée depuis ma jeunesse, une source d'ancrage à la flamme intérieure pour mieux écouter et rester dans l'espace de dialogue.

La carte m'invite à comprendre ce qui se passe quand je vis la perte de mes contours, comprendre ce qui se passe dans le lieu de la déchirure entre mon espace relationnel, mon attention et mon intention : rupture entre le corps sensible, le cœur et la tête pensante. L'ancrage dans le bassin qui se dessine ici est l'expression de ce souhait de reconnexion entre ces trois parties de moi.

En même temps, la toile me montre que quand j'expérimente un deuil ou la peur de perdre quelque chose, je revis la séparation avec l'autre et avec moi, dans la mémoire de la rupture du lien d'attachement à l'autre, à moi et à la vie. La mémoire initiale d'une déchirure entre mon cœur, mon corps et mon être s'active. Je reconnais cela par la désensibilisation de mes contours corporels et affectifs, la perte d'ancrage à mes repères cognitifs et de conscience de ma présence. Mon regard vacille. J'ai de la difficulté à me situer dans le temps et dans l'espace. Dans l'instabilité corporelle, j'apprends à m'ancrer dans les séquences du déroulement d'un mouvement porté par un début et une fin.

> L'attention est « la prière naturelle de l'âme » nous dit Malebranche. Il n'existe pas de traité de l'oraison qui ne soit traité de l'Attention « application à tous nos sens ». Le Réel est ce qui manque à nos sens, à nos pensées, à nos désirs. Être attentif à ce Réel qui manque dans les réels qui se donnent à voir, à penser et à aimer faire de l'Attention l'Oraison la plus simple, la plus exigeante […]. Si les murs du temps n'enferment pas le Souffle qu'on y respire, ils sont Beaux. (Leloup, 2002, p.33)

La forme d'attention que l'on nomme « déficit » est dans ce contexte d'oraison, la force pour aider à me retourner vers ce qui m'est essentiel et pour donner valeur à mes

choix. La prière est le premier lieu d'accompagnement dans ma vie pour apprendre à vivre mon hypersensibilité, en prenant conscience de ce que je vis dans mon processus de reconnaissance de mes contours identitaires : physiques, affectifs et cognitifs. Mon corps est la mémoire des lieux de la blessure que j'ai cherché à habiter, à entendre, pour me comprendre et être comprise des autres. Je nomme ici les premiers contours des conséquences spirituelles et des effets sur ma manière de communiquer dans ma relation à l'autre. L'autre et la vie. Je veux pouvoir dévoiler les forces, les limites et les ressources de ce chemin ainsi que les impasses et les contradictions qui m'empêchent de conduire ma vie dans la clarté et la décision.

Je laisse l'espérance de ce regard libre et responsable s'établir, en faisant mes choix épistémologiques et interprétatifs. Le lien d'attention, la vie du moment et l'émotion me relient à la blessure. La symbolique exprime un temps préverbal de la pensée et du langage. Par le lien à l'image, la toile, la gestuelle et l'écoute du mouvement de la matière sensible, je rétablis une manière d'accéder à mon vécu, de lui donner parole. Ce vouloir-dire a besoin d'un temps de résonance et de lien à moi-même, pour me relier depuis la pensée au ressenti, à la sensation, à la perception et à la nouvelle reconnaissance d'un sentiment de moi-même. C'est par les mots spontanés, émergents et performatifs que je me réconcilie avec l'émotion, sa signification et son intention. Par cette médiation, j'enrichis et je me définis à la fois par les contours de mon être sensible, par mes représentations ainsi que par la vie qui s'y anime. Du sens à la pensée qui se traduit dans l'écrit et l'écoute de la signification, j'apprends à me relier à des mots qui m'entrainent à la reconnaissance par l'écriture performative. Austin nous précise que les actes de langage n'ont pas pour fonction de décrire la réalité, ils ne sont pas constatifs (de vrai et de faux), ils visent à la transformer par un acte de langage. Les performatifs sont heureux et malheureux (Ludwig, 1997, p.221). C'est en ce sens que de l'image aux mots et aux choix de l'action, j'apprends à reconstruire une parole créative qui va vers la vie, dans un souhait de beau et de bien. Isha, parole de silence, commence à comprendre la nécessité de reconstruire l'articulation entre le langage, le sens de la symbolique humaine et universelle et la pensée que je veux communiquer pour parler.

La toile, les contours, appellent des couleurs. Émile Bernard rapporte le propos de Cézanne : « Le dessin et la couleur ne sont point[13] distincts ; au fur et à mesure que l'on peint, on dessine : plus la couleur s'harmonise, plus le dessin se précise. Quand la couleur est à sa richesse, la forme est à sa plénitude » (Auriol, 2013, p.92). J'ai besoin de communiquer et de m'adresser à l'autre. Dans la résonance avec la vie, comme le fait le bébé avec sa mère et son environnement, la communication empathique est faite de stimulations neuronales, de contagions tonico-rythmiques et de résonances cénesthésiques. (Leao, 2002, p. 63). Dans l'absence de l'autre, la vie et l'amour des paysages et de la nature a rejoint mes yeux depuis mon enfance. Les phénomènes d'empathie ne se limitent pas qu'aux comportements d'imitation, ils font partie de l'expérience de ressentir les états subjectifs de l'autre, ainsi que les effets subjectifs activés en soi lors de la relation à autrui. L'écart entre ma capacité à ressentir l'autre et mon corps et ma capacité à me comprendre dans ce corps de vie révélé par la présence de l'autre commence à apparaître (Leao, 2002, p. 58). Dr Stern précise : « Si nous nous limitons à imiter le bébé, cela prouve que nous savons ce qu'il a fait mais pas ce qu'il a senti. Pour lui faire comprendre que nous savons ce qu'il sent, nous devons reproduire ses sentiments intimes d'une manière différente » (Stern, 1999).

> « L'œil se forme par la lumière et pour la lumière afin que la lumière intérieure vienne répondre à la lumière extérieure. »
> (Goethe, *Traité des couleurs*, p.80)

Par le choix des couleurs, je choisis de me relier à mon cœur, comme un geste d'amour devant les mécanismes de protection. Je dis non à la sensation de rejet et de détournement de mon attention. La justesse et le calme que je vis quand je pose les couleurs sur la toile réveillent dans ma conscience le regard et la main de la soignante. Je suis animée devant le sens qui s'organise dans l'atelier. Je choisis de m'allier à la chercheure pendant que je ressens l'émotion nouvelle qui prend corps dans ma chair. Chaque choix des couleurs me met en contact avec la souffrance de mon histoire et avec ce baume vécu dans le geste, sur les états d'âme que la toile signifie. J'ai besoin de vivre ce qui m'anime pour

[13] Émile Bernard, *Conversations avec Cézanne*, Paris, Macula, 1978, p. 36.

rejoindre l'autre. La couleur, contractant ou dilatant l'espace (de mon cœur), crée une dynamique d'où surgit un « monde », rapport entre la couleur du monde visible et certains états de matière : les tons saturés font ressentir la résistance et la présence des choses. La transparence, en revanche, est dotée d'une qualité atmosphérique. Le ton noir peut faire masse ou, à l'inverse, au contact de teintes vives, glisser vers la profondeur. Ici, la montagne noire de la Femme Bassin arrive, contraste de ma transparence avec Isha.

> Je suis très surprise de poser les couleurs exactes venues pendant l'émergence de sa forme et son croquis. De voir ce qui n'était pas prévu : un cercle aimé de « manchos », le feu par L'Être tout autour de la Montagne-Mère Noire. Un feu devient amour et rosée dans la chair. Je suis émue de voir que la main, la couleur et la forme, laisse émerger un petit bébé dans la matrice, représentant ma naissance par siège, les blessures du corps de la naissance première : on y voit sa forme délicate, sa position, son petit bras et la main posée délicatement sur un œuf blanc (don de vie de mes mains). (Sylvie Hogue, Texte spontané de la toile, moment de création, juillet 2014)

Je tisse le lien entre les premières toiles et ce récit spontané. Je découvre que le silence s'anime d'un éclat de vie dans l'esprit d'atelier. Il contient l'intention de la femme de silence, l'artiste et la chercheure qui prennent corps dans cette semaine intensive d'écriture de recherche. Dans l'acte, je suis soutenue par mon groupe d'alliées et mon directeur de recherche. Seule, dans le silence de la nuit, je m'assoirai devant la toile « Les contours ». C'est un premier choix de consentement à rester avec la mémoire de la blessure, mon histoire qui s'éprouve et la conscience de ce qu'elle dévoile qui appelle à un regard neuf sur cette parole à entendre au féminin.

3.5 La Parole à entendre au Féminin : Lien avec l'interprétation

La couleur m'apaise dans la douleur du chemin pour me retrouver. Le noir de l'obscurité, le rouge du désir de la vie et la douceur bleutée de la rosée se relient à la bienveillance du chemin de guérison. Dans le geste, une saveur d'alliance m'engage à l'amour pour entendre les émotions porteuses de mon histoire qui me laissent confuse. Gadamer (1976) propose le langage comme *medium* (milieu) de l'expérience

herméneutique (Gadamer, 1976, p.229) posant ainsi le langage en tant que « tiers » à l'intérieur de toute communication dialogique (Daignault, 1985). Le langage, dans cette perspective, est l'espace tiers, passage obligé de la compréhension et de la recherche d'un sens commun entre les acteurs du dialogue, contre lequel ces acteurs luttent à la recherche d'un sens (Daignault, 1985). J'ai besoin de créer, de la toile aux mots, un espace de métissage où langue et symboles, codes et codifications s'entremêlent, se conditionnent et se transforment mutuellement (Gomez, 2009). L'espace de la rencontre se propose dans le texte, l'appel au dialogue. Je me laisse guider par les propos de Luis Gomez qui nous cite Gadamer : le « dialogue » que l'interprète établit avec le « texte », toujours dans la perspective de Gadamer, ressemble à la relation du traducteur avec un texte en langue étrangère qui est en quelque sorte « assimilé » à l'expérience langagière du traducteur au moyen de la langue dans laquelle il traduit (Gomez, 2009). C'est par ma nature sensible et singulière que je suis mère et enfant, dans un lien tissé, là où je peux faire pour être avec ce qui se fait absence et appel à ma communicabilité avec l'autre. Je reviens à la citation des débuts de l'écriture qui éclaire le déchirement difficile quand les mots arrivent :

> Nous avions parlé du traumatisme de la naissance comme du premier mal que subit tout être humain. Certains refusent cette naissance jusqu'à un âge avancé. Ce qui peut alors être déterminant dans l'acceptation de ce mal, c'est la prise de conscience de la souffrance maternelle. **Source spécifiée non valide.**

Isha, être de Silence, d'un devenir autre, entre dans l'espace du dialogue, lieu de la « relation juste » à l'autre, à la vie désirée. De l'enfant blessé, je m'allie à ma vie et sa spontanéité, par la main tendue de la femme adulte et mature. Rester dans l'acte de communicabilité intérieure jusqu'à ce que je me sépare de l'attachement à la douleur, de faire pour l'autre sans moi pour consentir à l'humilité de la demande de mon cœur et être dans ma responsabilité de reconnaissance pour la vie reçue.

> La créativité, c'est donc le « faire » qui dérive de l'« être ». Elle montre que celui qui est, est vivant. L'impulsion peut être au repos, mais si l'on emploie le mot « faire », c'est qu'il y a déjà créativité. **Source spécifiée non valide.**

Winnicott ajoute que l'agir en activité indique que la personne est vivante, parfois simplement par des réactions à un stimulus. Une vie entière peut être construite sur ce modèle. Supprimer les stimuli et l'individu n'a aucune vie. C'est la terreur de mon absence, là où la cognition s'immobilise devant ce rien. Ce silence qui est douceur dans l'indicible est lieu de naissance d'une parole motrice, chemin de rencontre à ce corps que je suis, à l'amour relié à moi-même et ce sentiment d'être unifiée. Je construits une demeure, un partenaire et un lieu de présence pour m'approprier mon langage. Consentir de l'intérieur à laisser la toile et le texte vibrer, quand je vois les contours réels de la blessure et de l'impact de l'émotion qui suit le deuil et la déception de mon absence à la relation. Je laisse les traces des sillons de la mélancolie et de la nostalgie rencontrer la vie et m'animer d'une nouvelle mémoire de vie qui prend place. La bataille des réactions de l'absence cède place à la saveur, au toucher, à la couleur, à l'émoi d'une odeur et d'un regard qui me relie à la nature, demeure et source de ma présence intime, qui me relie à moi et à l'autre. Une présence vaste accueille Isha dans son nouveau regard.

3.5.1 La femme incarnée, un corps de vie

La toile : La Femme incarnée

La femme incarnée, la force de la montagne

Mon bassin porte l'histoire de ma naissance, de l'enfant qui porte le sentiment de soi, l'écoute de mon être, de la poussée de vie qui y nait. L'écoute en l'assise de la montagne est une pratique qui me permet de tisser le lien entre mon cœur, mon attention et mon ancrage. Par la méditation, je veille ce qui s'est déchiré, m'a perdue et se sent abandonné. La contraction de la peur devant la naissance promise de l'autre. J'ai éprouvé dans mon corps de vie la mémoire de la séparation et de l'exil de soi. La chair se souvient du vide de l'absence, du rejet et du mépris de la méfiance. Je me suis reliée à ce lieu devenu montagne, appui et obscurité.

J'exprime silencieusement le cœur de ma blessure. Dans l'acte de la création de la toile, je suis passée de la colère, du refus et du rejet au choix d'entrer dans ce lieu avec bienveillance. Un temps de réconciliation par le geste de l'artiste dans l'intention du soin pour les parts oubliées, exilées et inconnues qui m'ont construite. Dans mon corps de vie, je ressens ce lien intime avec l'enfant, ces cercles humains entourés de la douceur bleutée de la rosée et du chemin de résilience qui ont porté ma dimension de praticienne, la main posée sur l'œuf de la fécondité. Les ressources reçues et pratiquées m'ont reliée à mon cœur, au cœur de mes difficultés relationnelles. La montagne vécue comme une force porte aussi la peur de vivre le vide et l'absence. Dans le geste, une poussée de désir m'anime comme un souffle de vie dans ma chair. Je suis en contact, dans mon corps, avec un lieu d'appui sur lequel je peux me poser plus profondément avec moi-même. « Statera Facta Corporis » (Weil, p.162). « Donne-moi un point d'appui, et je soulèverai le Monde ». Les couleurs ajoutées à la toile me permettent d'entrer dans ma chair et ainsi, me donner des contours face au monde.

La femme bleue, source de mes compétences attentionnelles, accompagne la rencontre qui continue de m'éprouver entre le silence et l'agitation. Dans l'exil de la conscience de moi qui réfléchit, sorte de « suspension » ou « d'épochè », mon corps de vie qui s'éprouve dans mon bassin est la première demeure de mon existence. C'est comme quand je marche, j'entre ainsi en contact avec la nature et mon existence. La montagne me redonne à moi et à mon humanité. Ce vécu s'exprime dans l'image et dans le texte que j'écoute sans jugement. Je me permets d'accueillir ce qu'ils symbolisent et ce que j'ignore. J'entends, sans mot, le sens qui cherche à se dire et s'exprimer. La brèche de vie s'ouvre.

3.5.2 Mon corps de parole : être comprise par l'autre

Vision d'ensemble des toiles
La parole de l'artiste :
voir le sens de l'Intuition
Un corps d'intégration fait
synthèse des données
Le chemin d'une incarnation : un coeur qui s'éprouve au coeur de la déchirure

L'aube du mot
La parole et l'écriture :
un langage communicable
Un Pont entre la pensée et l'action
La blessure de séparation du Je impuissance et incertitude
Incarnation de mon âme dans le Monde

Femme, Solitude et Grâce

- Écouter l'iintériorité
- Le silence de la muette
- Corps sensible et simplicité
- Douceur dans la déchirure
- La paix d'un regard
- Apparaitre au monde
- Je veux parler

La muette dans la déchirure : la blessure du « mot » initie le rapatriement du cœur.

Le cercle : Le 30 septembre 2014, je rassemble les toiles en cercle. Au cœur ce cercle, mon intuition voit la justesse de mon chemin d'incarnation de la femme de cœur que je suis. Depuis mon être, j'exprime le sens intime de la blessure, de l'essence de mon âme, de mon histoire et de la praticienne. Lorsque je regarde avec tendresse cette histoire, je m'aperçois du regard intuitif qui guide ma vision et ma main dans le soin. Dans cette expérience d'intimité, ma vulnérabilité et celle de l'autre est accueillie et je peux entrer dans une parole de cœur. Par la recherche de l'esprit performatif, je suis située dans une expérience sensible et intime avec moi-même. L'accueil de ma vulnérabilité se fait par la médiation entre la toile et les mots, et l'absence concrète de l'autre. C'est face à l'autre que je porte à l'intérieur et qui m'a construite, cet autre introjecté, que se tisse ma mémoire de vie. Dans la pratique intime, je me construis à partir de cet Autre silencieux. Dans le dialogue et l'interaction avec l'autre réel, présent dans l'action soignante, je fais face à ma blessure, à ses limites et à la difficulté à être comprise par l'autre. Dans ce chemin d'écriture, la parole du cœur, le mot performatif et la reconnaissance de mon corps de

parole singulier, je rétablis mon lien avec mon désir d'entrer en relation depuis ma vraie vie et assumer mon désir intime d'être comprise dans le monde.

Dans la perspective de construire une posture épistémologique, je choisis d'habiter ma posture d'interprète-chercheure pour en découvrir ses actes. L'écoute de ma parole non dite est devenue présence à mon être. Par la voie de l'écoute de mon silence, j'ai appris à entendre l'autre depuis la présence à mon cœur. Depuis une écoute de mon corps sensible, où je vis une première résonance avec l'ensemble des toiles en cercle, j'entends l'écho d'une justesse et d'une cohérence de leur sens. Je découvre que je peux entrer dans la découverte de leur signification par ce choix de posture épistémologique d'interprète et de recherche de sens. Dans le silence de la résonance, je suis en écoute avec le ressenti de l'expérience depuis ma sensibilité. Pour être comprise de l'autre, j'ai besoin d'être consciente des limites imposées par ma propre blessure et de la crise de vie qui permet le mouvement l'écriture. Dans la pratique d'une écriture à esprit performatif, j'apprends à découvrir ma posture d'écoute de la vie qui m'invite à la discipline de me relier à mon corps sensible comme ancrage et comme stabilité de présence pour contenir ce que j'éprouve dans mon corps de vie, dans la résonance avec les toiles-images.

L'aube du mot : « Ma résonance entre l'écho de la toile et la parole se rétablit en mon corps. La parole devient Verbe. Un commencement. Une Joie nous relie et ouvre le jeu du langage et du dialogue avec l'autre. » (Journal d'une Expérience Incarnée d'une Parole, Sylvie Hogue, mars 2015)

J'éprouve les mots dans l'écriture. Leurs résonances sont vécues dans mon corps. Je commence, par la parole et la pratique de l'écriture, à percevoir les effets des mots dans mon corps. Je m'autorise à suivre leur orientation et leur directivité sur ma pensée. Je vois l'écart entre l'écoute passive-réceptive qui laisse le lieu de mon corps sensible apprendre, pour vivre les mots qui s'animent dans ma chair. Ma pensée peut sentir, puis soit créer une négativité quand je suis affectée par l'émotion, soit créer, par l'intelligence intuitive, ce qui me permet de vivre une nouvelle réflexivité face à mon expérience. J'ai besoin de veiller à

une posture qui relie la parole du cœur qui agit dans ma matière et me relie à ma manière d'être en relation avec la connaissance intuitive que je porte. C'est ma manière singulière d'être au monde. Une manière poétique.

La muette : depuis l'intimité de la femme muette et silencieuse, l'acte interprétatif me demande d'ouvrir les yeux pour être dans l'acte d'interprétation et de lecture des toiles cartes-images. Dans l'écart entre moi et l'objet à l'extérieur de moi, l'image installe une médiation entre ce que je ressens et ce que je vois. Le chemin de communicabilité commence à me relier à l'apprentissage d'une écoute de la résonance sensible, dans une présence à l'objet autre. Je suis invitée à me recevoir autre, sans jugement, face à ce qui émerge.

Les données qui portent le sens du chemin de mon incarnation ont besoin d'entrer en contact avec mon histoire, mon contexte de vie et le mouvement performatif de l'écriture qui s'inscrit dans cet espace-temps défini. Une rencontre avec le rythme d'interprétation qui se construit dans des conditions d'accès à mon écoute solitaire, dans la reconnaissance de ma singularité et la nature qui devient l'environnement de présence. Toutes ces conditions me permettent de me rencontrer dans ma manière d'interpréter, de me vivre dans les différents temps de cercles herméneutiques. Ce sont des temps et des espaces rituels portant un début et une fin. J'apprends à vivre ce qui demande à prendre sens et signification, par le dialogue avec les toiles cartes-images, comme une prise de contact avec ma manière d'habiter ma posture de chercheure dans mon existence.

J'ai besoin de trouver les clés de décryptages de la forme, des couleurs, des textes spontanés et des moments poétiques. Cette posture épistémologique m'aide à dépasser l'esprit de jugement qui s'engendre dans l'émotion et la douleur que je ne comprends pas. L'écriture se tisse au cœur de mes sens comme espérance de construire, dans un rapport à l'autre, une parole simple que je recherche dans tous mes contextes de vie. Je m'invite à passer d'un rapport de deuil à l'acceptation de la blessure et de la souffrance qui continue d'agir. À travers cette posture, j'ai besoin de comprendre les chemins d'apaisement qui me

relient à ce qui est, comme acte d'épreuve au consentement à mon incarnation. Chacune des toiles crée l'espace de relation neuve à habiter pour connaitre cette expérience d'unification et d'individuation de mon être. Les mots qui viennent comme un aboutissement de cette posture nouvelle, s'expriment ainsi :

> J'écoute ce que je ressens depuis mon intériorité. Le silence de la muette permet ce lien entre ma pensée et mon corps sensible. J'éprouve les effets de parole et de la vie, en mon corps. La paix de mon regard rencontre la vie qui m'enseigne, les yeux fermés. Je retrouve le sentiment en ma chair incarnée d'une solitude qui me relie au mouvement de mon être. Je retrouve ma dignité, en la beauté de sa simplicité. En mon être, j'arrive à la saveur intime de Sylvie. En ces années de soin, ma blessure de naissance qui me sépare d'un dialogue entre ma pensée et l'agir en mon corps de vie, je désire m'incarner en la douceur qui soigne ma déchirure. Je peux apparaitre au monde. Je veux parler.

Je découvre la joie d'apprendre ce qui me structure à partir de ma sensibilité artistique, poétique et perceptive qui organise un ancrage entre mes mémoires, mon histoire et une pensée réflexive sur ce processus de connaissance intuitive qui me conduit, comme un horizon épistémologique né du lieu de mon intuition. J'entre dans une existence autre qui délaisse ce que je veux pour découvrir ce que je peux faire pour me relier à mon humanité et à l'autre dans un désir de rencontre authentique.

CHAPITRE IV
UNE PAUSE RÉFLEXIVE

Dans mon contexte de vie, la crise, j'y suis confrontée et je l'assume. Je regarde le Phare, une distance se crée entre mon chemin d'expérience et la personne que je suis devenue au contact de ma pratique, d'une longue réflexion et de l'acquisition de compétences à être en présence de soi, de l'autre, de la vie et des situations psychosociales qui m'affectent. Je dois accepter le déchirement. Je nais de la séparation choisie avec celle qui a marché à travers son parcours, ses relations et le désir de se vivre comme soignante. Je suis la femme qui fait face à son existence. Le lieu de la blessure, de la rupture, s'éveille au contact de l'autre qui n'a pas accès à cette blessure et qui, par cette ignorance, jette sur moi le regard qui pour moi devient mépris et impuissance relationnelle.

J'ai commencé à pratiquer l'acupuncture en 1995, au même moment où cette profession s'est intégrée dans un ordre professionnel. Je me forme à ma vie depuis la rencontre avec les personnes soignées dans ma pratique : un dialogue dans l'intimité et l'essentiel qui se vit dans la confiance, la confidence, l'accueil de leur situation biopsychosociale et de leur vulnérabilité et la mienne. Mon expertise est née de ce partage avec leur vie et leur écho dans mon propre contexte de vie. Je reconnais l'efficacité de la médecine chinoise dans la justesse de sa vision globale et la réponse qu'elle offre dans nos adaptations communes à notre mode de vie occidental. J'accompagne, au mieux de mon humanité, un retour à l'équilibre de vie : par l'écoute, le conseil d'hygiène de vie et l'aiguille qui sollicite des points spécifiques du corps. Les aiguilles meuvent la vie, comme des rivières qui veillent à une harmonie dans la circulation énergétique du corps et qui nourrissent la terre et ce corps que nous habitons. Parfois, ces rivières sont souillées, bloquées, pleines ou vidées de leur essence.

Nous disons que nous favorisons l'harmonie du yin et du yang. Il s'agit là des concepts philosophiques de la médecine chinoise à partir desquels j'ai appris à lire les

phénomènes de la vie en équilibrant les différents systèmes physiologiques (musculaire, émotionnel, nerveux, immunitaire et hormonal). En assurant la communication entre les différents organes et entrailles, je soutiens un état de santé qui se perd quand les fonctions du corps sont soit en état d'excès, appelant le ralentissement, soit de vide, appelant le retour à la nourriture de la vie. Le corps parle de l'état de la personne par la douleur, la déficience de vitalité ou d'agitation : contractures, accidents, comportements en difficulté face à l'environnement et les situations affectant les différentes dimensions de sa vie. Cette connaissance est un discours porté par la pratique d'une technique quotidienne d'écoute de la personne qui me convoque à être en cohérence avec ce que je dis et ce que je fais pour l'autre. J'ai passé ma vie professionnelle à rétablir cet équilibre dans l'autre et en moi. Et pourtant, cet équilibre se rompt constamment avec moi-même et mon cœur.

Cette rupture est un écart (représenté par la rive). Pour être dans le prolongement de mon intention et de mon geste, je vacille dans cet écart entre la soignante qui prend soin de l'autre et cet espace personnel, en crise. Quand je rencontre mon propre état de santé en difficulté, c'est un lien de bienveillance à moi-même qui est sollicité. Je peux, dans la rencontre et la pratique, mobiliser mes compétences de présence à la vie par cet appui du corps sensible et de ma spiritualité. Quand je m'extrais de mon contexte personnel pour être en situation de responsabilité, j'acquiers un savoir-faire et un savoir-être. Or, cette rupture que je crée à l'intérieur de moi pour répondre à ma fonction me demande de retrouver une posture d'écoute face à la vie, à ma présence de cœur et de voir ma manière de me situer, entre Ciel et Terre. Quand je suis dans la rupture, je ne peux pas mobiliser ma réflexivité pour soutenir l'évolutivité de ma vie, de ce parcours d'accompagnatrice. Nous l'avons vu plus haut. Pour être là dans ma posture face à l'autre comme à ma vie, je choisis d'être disponible à ma présence de cœur.

Je vis ainsi un deuil. Le deuil est la perte de l'équilibre de ma santé et ses conséquences sur ma capacité à agir, à m'organiser, à réfléchir ma vie et à entrer en relation avec mon contexte actuel de vie. Dans ce deuil, je rencontre ma difficulté à communiquer et à me comprendre. Je veux entrer en relation, dans ce processus de recherche, avec une

manière de me percevoir dans le mouvement de l'écriture et ses étapes, en recevant la résonance et l'information nouvelle issue de cette lecture des cartes-images, à partir de différentes compétences que je porte, soit par l'écoute du corps, soit par une manière de dialoguer avec les cartes de Tarot, que je pratique quotidiennement depuis 2010. J'ai développé des compétences intuitives propres à l'acupunctrice. J'ai aussi développé des compétences par le toucher de relation, issue de la pédagogie perceptive de Danis Bois et de la fasciathérapie.

Mon histoire de vie est convoquée par le présent qui me confronte à la mémoire de l'errance, à une situation financière difficile et à mon incapacité à soutenir l'évolutivité de ma vie. Les mécanismes de protection s'activent. Je souhaite prendre conscience de la blessure sacrée (de rupture du lien à la naissance) présente du cœur, de reconnaitre les limites de ma possibilité d'action du moment et les ressources que je porte, étant celle qui porte ma propre force de guérison. Je peux poser les conditions pour ma sécurité intérieure dans la perte de repères, pour me respecter et pour faire mes choix de rupture avec mes manières habituelles d'habiter la relation à mon agir. Je donne la place à la vie, à mon humanité, à ma manière naturelle et intuitive de me comprendre.

4.1 DE L'ÉPISTÉMOLOGIE À LA DÉMARCHE INTERPRÉTATIVE DE LA RECHERCHE

> Ce qui est herméneutique doit être compris au sens de ce qui appelle l'interprétation, ainsi en est-il du phénomène en son être. Ce qui est herméneutique, c'est l'être.
>
> (Auriol, Intelligence du corps , 2013, p. 21)

Cette pause réflexive vise à vous présenter l'art et la manière de la chercheure de s'engager dans une démarche interprétative singulière (voir carte de la méthodologie). En vous présentant les différentes cartes-images dessinées par l'artiste, je vous propose l'ensemble comme un acte d'écoute à la parole de mon être. Je respecte le rythme de leur apparition pour vous raconter le sens d'une histoire cohérente d'émergence au sein du

processus de leur création. La symbolique me sert de support, comme un mythe qui se dévoile. Sa fonction est d'intégrer dans une histoire cohérente une expérience humaine multiple et fragmentaire (Porée, 2000, p. 21). Dans le processus d'écriture qui suit, je contourne mon refus de consentir à mon incarnation. Je souhaite vous partager les contours actuels de ma vie, m'appuyant sur leur signification, auprès de ma souffrance qui cherche à se dire. Mon attention a de la difficulté à rester avec la blessure. Je ne la vois pas. Je ne la regarde pas. Par ce lien fragile d'intimité à moi-même, par la médiation de l'image, je me confronte dans la solitude, le retrait et le silence, aux défis de mon existence qui recherche sa demeure.

Devant la souffrance, nous construisons spontanément des interprétations du monde pour intégrer un monde signifiant (Porée, 2000, p. 21). Je consens à rester sans orientation ni direction claire. C'est le choix d'habiter mon impuissance. Le recours au mythe (l'histoire universelle de la singularité de mon histoire) est l'aveu qui témoigne dans la douleur des limites du discours tentant de justifier le réel dans sa totalité (Porée, 2000, p. 21). Or, je ne veux pas agir à partir de ma volonté, en attendant que la confiance dans le mouvement de vie de la recherche me conduise dans la compréhension du vécu. J'agis ainsi dans l'intuition de la chercheure et dans le choix de mon cœur de se soumettre à l'écoute neutre et bienveillante de la symbolique des cartes et leurs courts textes poétiques qui révèlent cette parole de l'autre que j'ai besoin d'entendre au féminin.

Le lien de la Bienveillance : la souvenance d'une réciprocité.

4.2 L'espérance d'une incarnation de l'Enfant

Le don est la première qualité à développer. Avant d'aimer la vie dans un autre, peut-être faut-il l'aimer d'abord dans ce lieu de passage que nous connaissons bien : nous-même. « Je ne fais rien mais j'aime la vie ! J'aime la vie à travers moi et dans cette adhésion, cette affection, cette tendresse à l'égard de la vie qui respire en moi, peut-être cet amour va-t-il se communiquer un peu plus loin ? » (Leloup, 1999, p. 11).

Seule toile où des visages sont dessinés, elle représente une pensée qui cherche à s'incarner, à se donner forme dans le monde à partir d'un ailleurs où le lien est absent. J'ai besoin d'habiter l'expérience du lien à la bienveillance, une attitude du cœur dans la relation, nécessaire pour écouter sans jugement et dans la compréhension mutuelle. Dans la traversée de l'affectivité négative, je suis face à la méfiance et à la peur de perdre mes compétences sensibles à la relation à l'autre. Je découvre la confiance accordée à l'autre, dans la solitude avec moi-même, quand je m'invite à accueillir les conditions de découverte de ma sécurité intérieure dans la perte de repères. Dans le respect de ce que je vis, je peux apprendre à aimer ma présence, cette présence de l'enfant vulnérable, présence à la mère soignante qui porte les compétences de la praticienne. Dans le défi de la rencontre à mes absences, je vis ma communicabilité quand l'autre me rejoint. Les paroles nées de moments performatifs de récit révèlent les contours de ma communicabilité. Je te parle, tu me réponds en écho. J'arrive, tu pars.

4.3 L'ESPÉRANCE D'INCARNATION : LA BIENVEILLANCE D'UNE DIVINE HUMANITÉ

La toile : L'espérance d'incarnation de l'Enfant

L'espérance d'une incarnation de l'enfant sous l'expérience du regard bienveillant. Dans leur dialogue, un lien s'ouvre dans le dialogue entre l'enfant et la mère de vie.

La parole de la part muette se dit quand je reçois le désir et la vulnérabilité de l'enfant. La sagesse de mon être écoute cet écho de résonance à mon cœur.

Je traverse la rive, depuis le lien qui apaise la béance de l'absence et l'impuissance d'autrefois. Je consens à dire oui, à ma vie.
Je fais le choix de la confiance de mon humanité et de la présence divine de la grâce pour être avec ce qui est et ce qui vient. Un souhait de naitre sur le rivage et ses prairies.

J'écoute les mémoires internes racontant la trace des liens premiers et d'origine. Je suis mon être : fille, sœur, mère de cœur et femme. L'enfant s'est faite don. Mon corps de naissance m'a amenée à développer une attention de présence vers lui. Je me vis invisible, muette, sensible, absente au regard des autres. Éloignée, la vie m'a rejointe dans la nature,

sous l'arbre, sur le lac, dans les sentiers de la montagne. J'ai appris à rester dans un lien d'attention dans l'espace de dialogue, à supporter la confusion de ma parole dans la relation intime, du lien à mes relations, comme dans le soin. Je me tais. Je fuis l'espace de communication tout autant que je l'apprivoise pour me construire dans ma communicabilité avec les difficultés de ma cognition. Dans cette limite d'incarnation qui empêche le mouvement de ma pensée ou de mon désir de rejoindre l'autre, je peux reconnaitre la capacité attentionnelle de présence qui contribue également à la qualité de soin dans la relation. Dans les conditions particulières propres à ma pratique, dans le groupe et l'amitié, je rencontre toutefois mes contradictions et la difficulté à me faire comprendre. Dans la rébellion, je fais face à mes limitations.

Quand je suis dans un rapport à l'autre, je vis l'incompréhension et la non-reconnaissance dans l'échange. Je me rends compte que j'ai besoin de rencontrer à l'intérieur de moi-même le rapport à la parole muette de l'enfant, ce regard de la mère bienveillante et celui de la parole silencieuse depuis laquelle j'écoute la vie. Dans l'échange, je m'aperçois que j'oublie la part de l'autre que je ne connais pas. Je vis la difficulté à transmettre ce que je vis dans l'agir intime du cœur et de la bienveillance de mon être. Je juge l'un ou l'autre de ce qui s'agite quand je rencontre la mémoire de la souffrance indicible et incompréhensible. Je perds ma solidarité avec ma vulnérabilité et celle de l'autre dans la reconnaissance des limites mutuelles.

L'attitude de bienveillance se fait violence. Depuis le lien d'amour, reconstruit dans mon intériorité, je suis prête à vivre la séparation avec mes repères naturels pour aller vers l'autre. Quitter le confort pour l'inconnu me fait apprivoiser la peur de l'abandon et de perdre ce que je connais. Dans la création de cette toile, je choisis d'habiter, dans mon attitude de soin au geste et à la couleur, l'appel de la bienveillance, de ce visage qui prend soin et de ce désir de m'incarner sur la rive. C'est comprendre que je dois découvrir une nouvelle manière d'exister dans le monde-de-vie.

> L'expérience du détachement est donc une assomption de l'homme, plus exactement de la nature humaine. Se dépouiller de la particularité n'est pas une

> façon de renoncer à construire l'individu, mais c'est rappeler que celui-ci ne dépend pas complètement des circonstances extérieures. C'est dans l'intime que l'individu se réalise. (Mangin, 2012, p. 71)

Je rencontre ce qui en moi ne prend pas soin de la rencontre intime. Dans les visages de la toile, j'ai besoin d'assumer ce que je rencontre dans le désir de naissance de l'enfant laissé derrière à l'ancienne rive et dans sa séparation nécessaire de la présence bienveillante, représentée par le visage au premier plan, désincarnée, pour être dans ce désir commun d'arriver sur la rive.

Je rejette, j'éloigne. Cet amour que je vis dans ce lien à l'invisible par la méditation et le silence ne me rassure pas. J'ai besoin d'agrandir le territoire d'une vie relationnelle qui se vit avec l'autre. Je choisis le désir d'incarnation au présent pour affronter l'oubli et la tourmente de mon cœur quand je ne communique plus avec la bienveillance de mon être, quand j'approche de la blessure, souvenance de mon rapport à la rupture du lien et au lien de rupture. La solitude m'invite à regarder ma manière d'être en lien de réciprocité avec la vie elle-même.

4.4 LA TRAVERSÉE DE LA RIVE ET L'ÉMOTION DU VIVRE

> Je considère qu'une perte d'équilibre peut être quelque chose de salutaire puisque grâce à elle, le conscient défaillant sera remplacé par l'activité automatique et instructive de l'inconscient ; celui-ci visera à la reconstruction d'un nouvel équilibre, but qu'il est capable d'atteindre… pourvu que le conscient soit en état d'assimiler les contenus produits par l'inconscient, c'est-à-dire de la comprendre et de les intégrer.
>
> (C.G.Jung, 1964, p. 93)

La toile : La Forêt,
l'émotion du vivre

Dans l'émoi de l'arrivée sur la rive
Mon désir de vivre se manifeste.
Ressentir la vie, celle de la forêt, tropicale ou boréale.
Couleur verte, une vie vibrante et vécue.
Pleine d'émoi et de douceur, une poussée de vie jaillit
Intensité de l'émotion du matin de présence
Disponibilité, geste et mot de création.
Ce corps de vie qui s'anime en tourmente, vie tourbillonnante.
Je recherche ma forme d'expression
Ma clarté dans son mouvement
Je suis la gourmande, l'assoiffée et l'impatiente qui tremble

Vie à ressentir, habiter pour laisser se dire
Être là où je ne sais faire.
(Sylvie Hogue, Toile et texte, ré-écriture, juillet 2015)

Dans la peur de la séparation, il y a le désir de prendre forme dans l'existence et mon incarnation. Je choisis d'aller vers l'autre rive, d'assumer la rupture. Mes repères sont mis en doute. Dans la libération, une force vive m'appelle. Je me reconnais dans mes élans de vie, de voyage, d'intensité de période de vie. La poussée de vie menace la qualité d'être que je ressens comme de la grâce. Je n'ai pas de forme pour contenir l'expression de mon désir de femme. La passion et la motivation à m'engager dans mes gestes et les différents secteurs de ma vie sont ébranlés. Je m'invite à me rencontrer. Un désir qui nait dans l'écoute de la vie émergente, mon être en présence de l'horizon qui rencontre le chaos. Je ne sais pas ce que je veux pour mes contours de vie. Mon histoire de vie revient en ce qui s'est oublié, comme une révolte pour grandir. C'est un temps de compréhension de cette sécurité nécessaire à la maturité de mon cœur qui s'éprouve dans mon corps et mon être. En la perte d'une direction, je me souviens de la souffrance corporelle de l'errance, de la lourdeur de l'affliction dans l'absence et de la déchirure du manque dans mon corps. Un désir cherche à prendre corps, pour celle qui va loin, chercher sa demeure de cœur.

> L'émotion est une énergie sauvage, vécue très souvent comme terriblement dérangeante. Il y a une intégration à faire, une intégration des émotions, une intégration de la pensée dans quelque chose de plus vaste. L'intégration se fait quand nous prenons conscience de notre appartenance au tout, là est la clef. (Amar, 2002)

L'émotion permet l'entrée d'un souffle de vie, réveillant le contenu dans mon corps de ce qui est inconscient et qui habite mon présent. J'arrive au début de l'expérience du consentement, promesse de naissance, posture dialogique de la chercheure qui se construit. La traversée de la rive est le choix d'attendre l'inconcevable réponse de la vie. Je ne peux pas quitter la peur. Je peux rester dans mon désir de m'incarner, de faire choix de la vie, de l'abandon des perspectives passées. Je me désire dans un horizon ouvert, passage vers l'acte de foi dans un chemin de vie qui rapatrie l'essentiel de ce que mon cœur, mon âme se doivent d'apprendre.

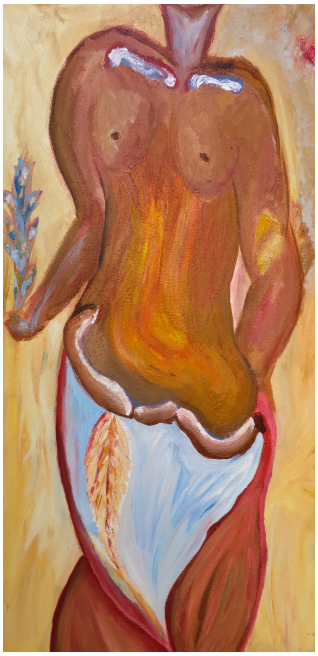
> De tous les actes inachevés, de tous les gestes que nous n'avons pas menés jusqu'au bout, de tout cet à-peu-près dont nous tissons nos jours et nos nuits, de toutes les rencontres avortées avec soi-même et les autres, nait un jour la crise. (Singer, 1988)

4.5 CORPS DE VIE ET DE PAROLE

> Ainsi, au Commencement était la vie affective parce qu'au commencement, la Parole se faisant chair.
>
> (Basset, 1996, p. 85)

Quand la vie pénètre ma chair, je m'aperçois de la douleur et de l'angoisse dans la région du bassin. La fermeture est une mémoire qui me relie à mon incarnation et ressenti par mon corps de vie, celui qui se réveille dans l'éprouvé de la sensation non reconnue. Quand j'écoute, mon corps sensible se réveille dans un sentiment de douceur et d'accueil dans mes os et ma peau. J'y respire. Avec le temps, il y a un relâchement qui permet la circulation de la vie et qui me donne le sentiment d'une chaleur vive et de proximité à moi qui habite ce corps. C'est un sentiment d'incarnation. Les six heures passées à peindre la toile actent cette traversée affective et rythment les coups de pinceaux et la couleur dans la joie d'être exprimée. La parole de l'artiste m'aide à rester dans la conscience d'un rapport difficile à la mémoire et à la vie qui émerge des entrailles et des organes. Une histoire se dit dans la parole muette qui n'arrive pas à se comprendre, et qui cependant commence à

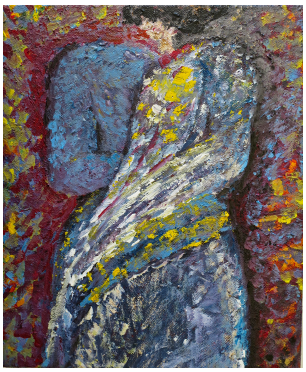
m'apprendre à passer d'un état de vie à une autre forme de sensation de l'incarnation corporelle, laissant naitre une nouvelle dimension de moi dans une nouvelle manière de me sentir. Comme deux peaux qui se rencontrent, l'une venant de mon corps vivant et l'autre du souffle de la vie de l'être en soi.



Corps Sensible, la femme source de soin.
Corps de vie, la femme incarnée
Corps de parole, la femme s'enracine.
Rencontre de la vie en émoi et de mon souffle
Je m'apaise entre l'écoute et le ressenti qui jaillit.
Dans l'écho du mot, un dialogue s'établit.
Entre celle qui soigne et celle qui s'éprouve, je suis.
Souffle de douceur qui pénètre la fermeture de l'ossature
Brèche de vie qui me meut, impuissante en ma béance.
Dans la main, ce don fait attention qui touche
Dans le corps, cette attention se fait réveil de la joie
Dans l'écoute, bouillonne l'expression
Je deviens une nouvelle histoire à entendre.
L'amour en Soi me rejoint au dedans de moi.
(Sylvie Hogue, Ré-écriture, juillet 2015)

La toile : Don, l'amour en soi

4.6 LE LIEN D'INTIMITÉ À L'AUTRE : UNE PAROLE D'AMOUR EN SOI, POUR SOI



> L'esprit féminin (de nouveau chez les deux sexes) est sans doute davantage capable d'endurer cette impuissance et cette inutilité devant certaines souffrances, mais être là, être témoin, dans la compassion ou la patience, relève d'une autre efficacité et d'une autre utilité, plus proche certainement du monde « pneumatique » dont Yeshoua Lui-même a été le Témoin. (Jean-Yves Leloup, 2000, p. 116)

La toile : La femme Cygne

Peindre, comme une marche l'histoire de mon lien à la vie. Les gestes et les couleurs se déposent et percent ma colère. Chaque forme qui apparait est un voyage au cœur de mon lien à la vie : le paysage de l'atelier de couture de ma mère, la poésie écrite à ces mères de vie rencontrées, la terre Grecque (voyage en 2017 et l'amitié masculine) et la terre d'Afrique chez les Massaïs de la Tanzanie (voyage en 2011). Par le lien d'amitié et d'intimité à l'autre, j'ai appris à rétablir un lien à mon cœur et avec la vie.

Dire oui à ma naissance par une pensée poétique, celle qui s'enracine dans le sentiment difficile de la mémoire de l'histoire et qui souligne le retournement de mon état face à mon présent.

Ma mère première

Une femme qui prie, qui coud, qui se marie, qui enfante, qui fait de l'astrologie et du tarot, une femme qui apprend la santé, qui lit, qui peint et qui aime son mari et ses enfants. De la maison, elle fait sa vie et sa liberté d'être.

D'elle, émane ma vie, un silence, une douceur, un désir de partage, le son d'une absence, d'une pensée qui cherche son ancre dans mes mots en ritournelle. D'elle, une prière dans ma foi, de l'affection et de la tendresse de l'enfant qui s'enfante, je suis devenue don d'amour et d'écoute dans le soin.

Ce petit poème est écrit depuis l'émergence d'une parole d'oraison du cœur qui porte l'émoi de la gratitude face à la vie. Il s'invite après la traversée, alors que je suis dans l'acte de consentement à mes situations de vie. L'esprit et l'attention à l'amour reliés pacifient

mon cœur, ma conscience s'éclaire. Je suis touchée de la préciosité de la vie reçue. Cette clarté me permet de voir les faits de mon histoire et le sens de mes liens comme une possibilité de paix dans la relation à ma guerre intérieure. C'est dans cette expérience de consentement que je souhaite trouver les conditions de dialogue face aux différents éléments de sens, qui cachent la signification réelle de mon rapport à ma difficulté de me dévoiler dans mon existence.

4.7 NAITRE COMME UNE PERSONNE UNIFIÉE : LA PAROLE DU CYGNE

Ma mère-terre d'accueil de mon âme

L*'enfant véritable nait dans le Visage de la Mère Terre.*
Son regard perce la Souvenance de l'Origine de son âme.
Dans sa Parole, un Souffle touche nos Corps de vie.
Reconnaissante tendresse du cœur de la Vie Partagée.
(Sylvie Hogue, 2014)

Le poème se poursuit. Dans ma trentaine, je marche dans le silence de la montagne. J'ai rencontré son regard qui me rejoint sur la terre de mon âme. J'ai souhaité entrer dans mon incarnation, sur la terre. C'est la mère universelle, celle qui se fait terre d'accueil de nos âmes. Par ces liens, mon cœur et mon âme se relient. Le mot dit de la poésie est reconnaissance et crée une ouverture de la vie dans le lieu de la blessure, non reconnue. La parole du Cygne s'ouvre et la vie prend sa place dans ma colonne, ma moelle épinière et mon cerveau. L'esprit s'ouvre et la parole s'allie à la reconnaissance de l'expérience qui se relie au dessin, révélant ma force intuitive. C'est ma vie qui se fait berceau pour mon être. Je vis la possibilité du déploiement de mes ailes, symbolisé par ce cygne relié à la parole de l'enfant et la blessure qui portait ses cicatrices dans ma gorge, mon cou, ma cognition et l'affectivité de mon cœur. La parole est autorité, rapport d'ouverture à l'intégration du masculin, la libération de l'émotion dénoue la pensée raisonnée qui s'unit à la pensée intuitive quand je me relie à ce grand Féminin. Représentée par ces plumes, ouverture de la femme et bienveillance de l'ange pour l'enfant, je suis enveloppée dans ma vulnérabilité par la parole de l'être.

Cela signe pour moi la traversée de la vie à travers les lieux refermés de ma cognition affectée par la pensée négative, la dévalorisation, la condamnation, le jugement et l'affectivité. Quand j'accompagne la douleur du cœur, ma parole commence à agir sur la biologique du corps. L'allègement se vit dans ma tête, dans le resserrement qui se relâche, comme dans les pertes sensorielles qui se réchauffent et me situent dans mon corps. Voici

les trois voies de sortie de la crise de Jean-François Malherbe qui se précisent dans les trois séries de cartes qui suivent.

L'expression du sentiment de la crise : un chemin de révélation d'une danse inachevée.

Les cartes dans leur élaboration m'invitent à suivre leur mouvement de vie qui se propose comme la découverte d'un chemin de révélation et de continuité du désir de la femme qui, dans le deuil, poursuit la danse inachevée d'un dialogue à l'intérieur de soi. Mon regard et ma conscience s'éclairent devant la mutation promise, représentée par la couleur jaune qui se révèle à partir de la deuxième carte de la série. C'est un appel de la femme muette à la reconnaissance de son intelligence intuitive, en tant que découverte de son visage, devenu autre. Je nais à la fille de la vie mystérieuse quand je m'ouvre à la possibilité d'exister.

Figure 1. Champ libre : le devenir Femme

> Il est bon de se rappeler chaque fois que jouer est en soi une thérapie. Veiller à ce que les enfants soient en mesure de jouer. Jouer est en soi une psychothérapie qui a une application immédiate et universelle, et comprend l'établissement d'une attitude sociale de rapport au jeu. (Winnicott, 1971, p. 67)

La première carte, Champ libre, représente le devenir femme, l'appel du futur, le commencement de la série et de la quête que les toiles-cartes montrent. Celles-ci relient : l'attente de l'enfant d'un chez soi et d'une appartenance, la parole de la femme et la clarté d'une pensée réflexive qui éclaire son être. La vie cesse d'être coupée entre ma tête et mon corps quand j'ouvre mon cœur au chemin de révélation qui se propose dans mon

consentement à écouter la directivité de la création de chaque carte. C'est dans ma parole vivante que j'accueille la douceur qui libère la peur inconnue que je ressens dans ma tête quand j'écoute l'autre. L'autre, c'est l'enfant en moi qui voit l'enfant dans la première carte et dit à la femme : "une fleur qui parle !" se référant à la deuxième carte. Dans la créativité de ce dire, j'ose le regard sur le désir d'une possibilité de vivre dans un geste : désir porteur d'une parole d'oraison exprimée librement.

Dans la quête dessinée par la suite des cartes, j'annonce mon désir de praticienne d'entrer en contact avec le "sens du soin" qui m'anime. L'émergence de la parole du cœur représentée par le soleil rouge au milieu des montagnes me donne le sentiment d'apaisement ressenti à l'arrivée chez moi, à la maison blanche en haut de la colline de droite. Ce chez-moi est le lieu de la promesse à partir de laquelle je m'offre à l'autre. Dans la quatrième carte, un moine représentant la capacité d'écoute se place devant la vie, la lumière, le don et la rive qui annonce la traversée. Lors de sa création, des images de ponts venues à moi resteront sans possibilité de se dessiner. Dans ma posture de chercheure se manifeste le besoin de créer un dialogue à partir de mon chez-moi, une écoute à partir de mon intérieur de la vie qui m'entoure. S'ouvre ainsi l'espace de la découverte par les mots, par un regard d'attention sur la blessure, le souffle de l'être qui emporte le don représenté par les pétales de rose qui s'envolent. Je vis le chemin de révélation, porteur de la joie d'une communicabilité nouvelle par l'unification de l'être qui prend corps, et de la parole de la femme que je suis. Danse inachevée.

> Retourne donc dans ton propre fond, et là, agis, et les œuvres que tu opères là sont toutes vivantes. (Mangin, 2012, p. 128)

La danse de l'inachevé, représentée par la dernière carte, montre le moine qui écoute et devient danse, comme geste portant le désir de la femme en devenir qui veut agir et se manifester au-delà de l'écoute. Le mouvement intuitif de ma réflexivité appelle le dialogue avec l'autorité intime de la parole d'oraison du cœur. Un dialogue qui me relie à l'agir intime de ma posture de praticienne et de chercheure. C'est un appel au deuil, mais aussi à

la vie, qui se manifeste dans la clarté, dans le sentiment d'incarnation, dans mon désir de vivre.

> Aucune véritable formation [...] ne peut se faire, d'un côté, étrangère à l'exercice de l'esprit critique [...] et de l'autre, sans la reconnaissance de la valeur des émotions, de la sensibilité, de l'affectivité, de l'intuition ou de la divination. [...] connaitre a quelque chose à voir avec deviner et intuitionner. L'important est de ne pas nous satisfaire du niveau des intuitions mais bien de les soumettre à l'analyse méthodiquement rigoureuse de notre curiosité épistémologique. (Freire, 2006, p. 62)

Dans cette suite, je reviens à la femme-cygne et je reconnais en moi celle qui peut prendre parole dans sa clarté intuitive, quand je me réconcilie avec l'existence et que je comprends le sens du don, du lien à l'amour, de la simplicité de la pensée dans l'agir intime du cœur. Dans la rencontre d'une force féminine et masculine, je découvre le conflit de ces forces quand l'autorité à acter rencontre la vulnérabilité de mon être, la blessure de l'enfant et de mon histoire. Dans le sentiment d'appui et d'ouverture à ma sensibilité, je découvre l'apprivoisement possible dans une intimité nouvelle avec moi-même qui se crée en cours d'interprétation. La confiance dans le processus herméneutique de la recherche devient une voie de guérison corporelle et psychique par la nécessaire écoute de mon cœur dans l'accueil et l'acceptation de mon histoire, de mes mémoires et de ma lignée féminine et masculine. J'ai l'espérance de retrouver ma relation à mon humanité depuis ma singularité pour découvrir une nouvelle posture d'écoute face à l'autre, de relation à ma capacité de me communiquer et de me relier aux autres autant dans ma pratique que dans mes relations. Ce désir est désir de me retrouver dans l'agir intime de la praticienne du soin, dans la perspective d'un nouvel horizon.

4.8 ÉCOUTER SANS JUGEMENT DANS LE REGARD NAISSANT DE L'INTIMITÉ : AVEC L'AMI, L'AUTRE ET LA VIE

Pour me retrouver, je vis la peur de l'abandon, la peur de perdre et la peur du déchirement. Je vois la nécessité d'apprendre à rester dans l'écoute, dans l'absence du

jugement et dans l'accueil des mémoires. La thérapeute en moi portant le don de soi arrive au défi de se laisser guider par la méthodologie de la recherche. Le temps de vie situationnel représenté dans cette série mène à la création des conditions pour veiller sur mon cœur intime et sur mon esprit de jugement quand je ne trouve pas la vision juste pour comprendre ce que je vis. Je perds le lien à la bienveillance quand je perds l'amour de mon cœur. Je me rejette quand j'approche de la blessure d'existence qui est la mienne. La vie me parle par les sensations provoquées par le retour de mon histoire passée. Dans mon corps, je porte les mémoires du vécu qui nécessitent d'être vécues depuis ma sensibilité. C'est dans la rencontre sensible que j'apprends à écouter la résonance du monde-de-vie dans mon geste de praticienne soignante.

Dans la première carte se montre une vision méthodologique où l'information de vie de l'artiste plastique s'écrit dans la performativité du geste qui se poursuit par la communicabilité écrite. Par la solitude de l'écriture, j'accueille mon entrée dans la rencontre, en tant que personne, de mes compétences de praticienne, avec lesquelles je pose une distance concrète dans cet espace d'écriture. Je le vois comme un défi d'accueil et de bienveillance d'un amour agissant en soi, de la même nature que je peux vivre dans mon lien à l'autre. Les peurs qui naissent m'invitent au chemin de réconciliation avec les blessures inhérent aux actes de la recherche. La naissance de ces cartes et l'écrit qu'elles inspirent arrivent dans un lieu physique entouré de nature et des gens. Je découvre que je

peux m'accompagner de mes propres ressources dans l'intimité de la nature, par mes compétences à être touchée et par l'écoute de l'information sensible qui me rejoint dans l'acte d'interprétation. Ce qui s'écrit se signifie dans ce pont de communicabilité qui se tisse entre mon corps sensible et mon corps de vie en présence de l'horizon. Quand je rencontre le manque d'évolutivité de ma vie, j'ai besoin d'un nouvel horizon au sein de mes contextes de pratiques actuelles et de ma vie personnelle.

Par la deuxième carte, l'artiste qui peint devant l'inconnu du chemin m'informe de ce que je vis, de la possibilité de l'émergence d'un dire de sens qui se tient caché, et qui me touche dans l'intime de mon écoute. Par le geste de peindre, je construis mon orientation à m'incarner en nommant, dans la conscience de ce que veut dire « mon corps de parole ». La parole et l'image me permettent de sortir de la peur intime de ma rencontre qui me déchire avec l'écriture. C'est ainsi que je choisis de donner voix de rencontre à l'écoute de la résonance des cartes-images dans l'écho de leur présence dans mon corps. L'expérience de l'intime devient le fondement d'un agir authentique. Par ma pratique attentionnelle à m'accompagner, la stabilité de présence dans l'écoute du corps sensible porte les compétences pour reconnaitre l'information nouvelle qui entre et qui me touche. Je sens un lieu d'écoute et de présence silencieuse qui m'aide à entendre ce que je vis. Le dessin est l'expression d'un inachèvement.

La troisième carte, avec les mains, exprime le sens d'un lien au toucher et à une communication attentionnelle qui se découvre à l'intérieur de moi comme geste de compréhension de ce que je vis. Un consentement à entendre les enjeux dans mon corps dans un lien d'écoute à la présence autre, aux sensations du corps éveillé et à l'émotion. Dans cet espace, je me rends compte que la parole écrite et performative commence à agir quand je la dis, dans le temps de la rencontre avec ce que j'éprouve. Je prends conscience d'un souffle dans mon corps qui libère un espace neuf à habiter. Je retrouve ma demeure dans les lieux désertés de moi-même, comme une promesse d'ouverture à un dialogue avec l'autre.

Cet oiseau hybride, mi-perroquet mi-phénix de la dernière carte, veut montrer la discipline de la recherche. Je construis une démarche interprétative de ce que j'exprime et ce que j'écoute pour m'aider à voir ce qui veut naitre par la signification. La mise en récit me permet de dialoguer, par la médiation du texte, avec ce qui se vit en cours de recherche, comme une manière de communiquer avec ma vie, ce dialogue que j'établis en période de souffrance. J'apprends à m'accompagner à partir de mes ressources. Je découvre ainsi le consentement de mon désir de vivre. Le sentiment d'être en écho avec deux parties de moi, l'humain et le divin, continue. C'est une séparation claire pour moi, entre un rapport d'incarnation entre le visible et l'invisible, entre mon intériorité et la vie qui s'exprime. C'est sur ce chemin de rencontre entre mon chemin d'incarnation humaine et ce rapport à la vie essentielle que j'arrive à la reconnaissance du savoir implicite du toucher et de la vision de la soignante et de la thérapeute.

4.9 COMPRENDRE LE PASSÉ AU PRÉSENT, DE MANIÈRE À ROUVRIR L'AVENIR

> Sa vie affective, désertée de toute relation vivante, porte également la trace d'une exclusion effective du Dieu, Autre, autre que la simple projection de son sentiment. Le cadet a éliminé en lui-même cette voie tout autre qui pourrait l'appeler « fils-fille », l'inclure en lui redonnant un sentiment rédempteur d'appartenance. (Basset, La Joie Imprenable, 1996, p. 93)

Je cherche à redonner une parole à mon histoire. Cette série de fin de production de cartes-images précède l'intention heuristique de la démarche herméneutique et interprétative. La parabole de l'enfant prodige résonne en moi, comme un chemin de retour de l'exil. Revenir du lieu du mépris, du rejet, de la perte et de la faillite. Je cherche à revenir à la maison du père. Étant partie en ainée, revenir en cadette, portant la dernière-née à sa propre histoire.

La photo de la maison de mon enfance, d'où l'enfant ainée est partie, revient riante à une maison érodée par le temps de l'oubli. Je suis retournée à la maison d'origine de mon enfance, avec mon père et ma mère. Un souhait de comprendre la résistance au passé, de rompre avec l'attente de l'enfant d'un chez-soi qui n'existe plus. Dans le réel de la photo, l'espérance de réconciliation avec la joie de l'enfant de jouer comme de partager avec les autres dans la rue s'est fait entendre à mon cœur. Cette fois, c'est dans l'intimité de la chair que mon histoire se rapatrie et est entendue dans l'écho de la traversée de ma vulnérabilité.

La suite de la série des six cartes restantes montre à son tour le chemin du rapatriement. Par le descriptif des cartes, ce chemin se dit, se montre et se balise. Ma sensibilité d'origine devient force dans l'accompagnement d'une parole à l'autre, écoute de présence en écho, au cœur de mes attentes. Écoute de mes déserts et de cette souffrance profonde que je ne peux pas nommer. Dans ce retour où je prends contact avec les lieux concrets de mon passé et de mon présent, je suis touchée du retour à l'origine. Je le vis comme un appel profond à me souvenir du sens de ma vie. Dans ce voyage à travers mes territoires, je suis touchée de mes rencontres et de l'intelligence du chemin. Je quitte le songe de l'absence pour revenir à la présence de mon existence vraie sur la terre-mère qui me nourrit et porte ma vie quotidienne. Je peux confier mon corps et ma matière à la parole d'oraison de mon cœur : entrer dans le monde dans le consentement à mes déchirures.

Ma spiritualité est une quête de retrouvaille avec mon humanité, au sein de ce mystère de vie. Je peux confier mon être abandonné, terrorisé, à la volonté du vouloir-agir et vivre l'évidence d'un retour à la source de ma vie.

De la colère et de l'incompréhension, de la difficulté à me communiquer dans l'absence de l'autre, je passe à un vécu de douceur du cœur pour les mémoires de vie nouvelles qui se sont inscrites au cours de mon parcours de recherche. J'ai la capacité de pardonner et de tisser un lien à mon histoire. Lier autrement et découvrir dans mon existence à venir ma capacité d'entrer en dialogue avec les parts exilées, ressenties mais ignorées, confuses et inconnues.

Le lieu de rassemblement de cette série se manifeste dans mon regard interprétatif, comme une interprétation dialogique à vivre. De ces femmes représentées dans chacune des cartes, de la parole entendue et des terres parcourues, j'apprends le don de mon cœur. Je peux devenir la fille confiante qui s'offre à la vie. Dans l'appel de l'autre, dire mon désir d'être accueillie. Mon regard a besoin de construire sa capacité à voir depuis la grâce de mon cœur, renouvelée en l'appréciation de ma vie. Je suis par l'interprétation des cartes dans la possibilité de me voir, de me comprendre, de me tenir en assise, sans rien faire pour m'enseigner à m'adresser à la vie. J'accompagne ma capacité à être avec ce qui se passe dans le lien mère-fille intérieur, en absence du rejet de mes mémoires. Une relation à soi (moi) pour être seule à consentir à l'inconnu de ma vie, mon passé et l'advenir qui appelle à mon engagement.

J'ai besoin d'être rejointe dans l'authenticité de ce que je vis, dans ma manière d'habiter la vie et ma manière de voir comment j'ai vécu ma vie pour arriver à ce carrefour. Coupée de mon don, être aimante avec la personne que je suis, que je perds en ce retour de celle qui s'exclue pour vivre. À mes refus du passé, je substitue les contours de mon arrivée. J'appelle à l'abandon vers la rive, pour céder à ce combat de la méfiance à la vie, qui n'est plus à mes jours. J'ose mon retour vers ce que mon attention a déserté en moi, pour lui offrir la qualité de mon regard nouveau. Je quitte la pensée de jugement pour

m'accueillir dans la manière que prend ce chemin interprétatif de rencontre, pour aller vers moi.

La cognition et la structure perdues s'organisent à travers la symbolique et le mouvement intuitif. Je me relie à l'universel. J'écoute l'horizon vaste de mon intuition. Je me relie à mon cœur pour entendre la sagesse de son écho. La partie en moi, portée par l'enfant muette, se joint à la femme de silence qui découvre dans la déchirure le commencement d'une parole à incarner. Je veux retrouver par l'accordage de la symbolique de l'image, des mots et de la poésie, les mots de la blessure qui m'initient au chemin divinatoire de rapatriement de mon cœur. Dans l'incompréhension, je continue de rapatrier et d'entendre ce que je vis dans la traversée de la rive. Je rejoins l'autre dans le deuil de la séparation qui émerge du processus d'écriture. Je fais un pas de relation dans la parole d'autorité et de confiance en mon être en découvrant la justesse de l'instance mystérieuse qui guide ma vie : mon intuition.

CHAPITRE 5
TROISIÈME TOUR. ENTRE AISTHÉSIS ET CATHARSIS : L'INTERPRÉTATION DIALOGIQUE. TRAVERSÉE DE LA RIVE. MISE EN SENS.

Je reviens en fin de parcours vous présenter ce chapitre et quelques notes techniques vous permettant de suivre mon cheminement et de m'accompagner dans la lecture des tirages de Tarot. Ce troisième tour vise l'interprétation dialogique. Après les premiers tours d'interprétation qui m'ont permis de vous présenter le sens des cartes-images, j'ai réalisé que le temps de leur création et que leur présence dans mon quotidien tout au long de l'écriture m'ont permis d'intégrer leur symbolique, leurs références à mon histoire et les savoirs intimes de la praticienne. J'ai intégré dans ma conscience un consentement à suivre leur mouvement pour guider les actes qui permettent d'habiter et de vivre la transition actuelle, dans mon intériorité et dans mon rapport à mon contexte de vie.

La recherche m'invite à donner une direction et une orientation à l'interprétation intuitive (auto-divinatoire) pour me permettre de construire les repères d'altérité et d'émergence de nouvelles voies de passage, dans ma réflexivité et dans mes représentations naturelles, pour voir ma situation de vie et lire les cartes. J'ai créé un cadre méthodologique et une discipline pour construire le dialogue et donner à voir les actes d'interprétation des cartes-images ; un cadre qui se présente comme la présence d'un autre, médiation entre les significations et moi-même. Ma pratique du Tirage du Tarot est appuyée sur mon expérience d'un grand nombre de tirages à d'autres. L'autre, la carte médiatrice et mon intuition se retrouvent dans l'espace-temps d'un dialogue pour clarifier une situation et un questionnement qui fait impasse. La première carte du tirage a l'intention d'identifier les parts de la personne qui arrive en début de questionnement et la situation à questionner. La deuxième carte questionnera l'apprentissage à vivre dans la situation. La troisième identifie l'allié qui permet d'intégrer le processus. Une quatrième et dernière carte représente ce qui veut émerger dans la rencontre des trois premières cartes du tirage.

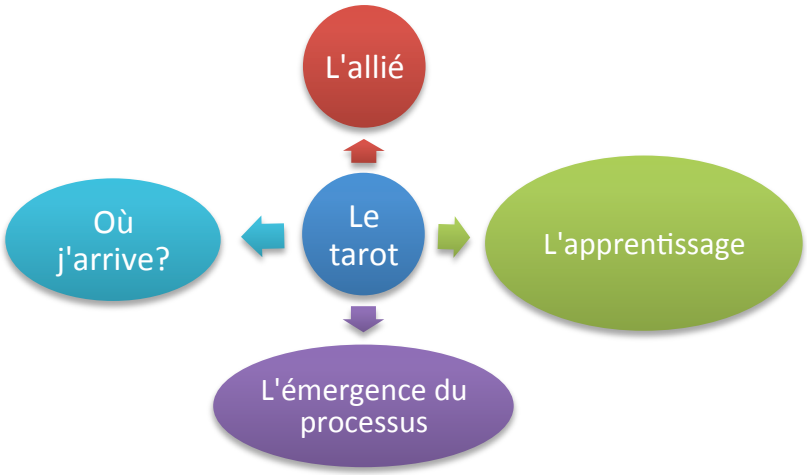


Figure 2. La visée du premier tarot

Par le tirage de Tarot auto-appliqué, par le texte et la symbolique des cartes, je crée l'espace de référence extérieure pour entrer en dialogue avec différentes dimensions de mon processus d'auto-divination. La cohérence de la recherche se poursuit dans le recul face à l'ensemble des cartes pour comprendre la représentation dans ma vie et révéler le savoir intime de la praticienne de manière à éclairer le conflit intime qui se joue.

Ensuite, l'interprétation se poursuivra par le Tarot de Réciprocité afin de créer clairement un dialogue entre les différentes parties de moi. Ce tirage est fait en général quand je veux éclairer les enjeux, le lien et la relation entre deux personnes, deux états ou deux parties de soi de manière à situer les différents apprentissages et laisser émerger le projet relationnel commun qui permet d'identifier les pas de dépassement du conflit ou l'évolutivité de la relation.

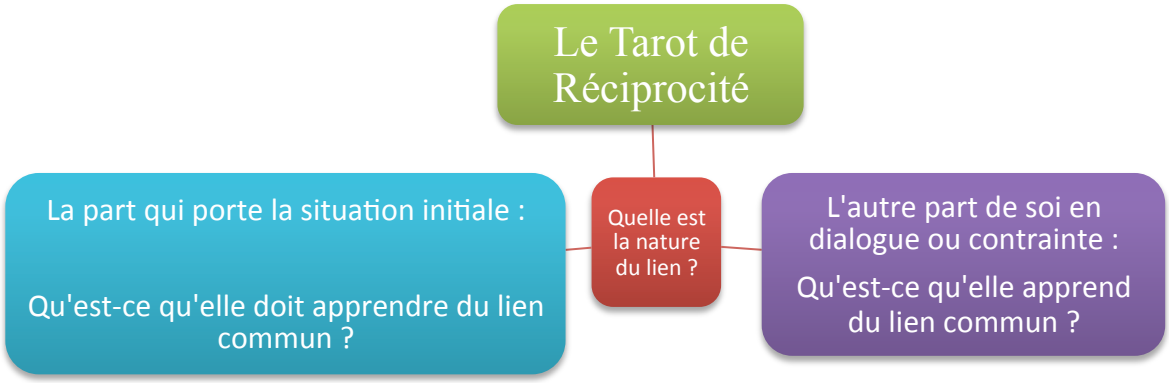


Figure 3. La Visée du Tarot de Réciprocité

Comme la relation est vécue à l'intérieur de moi-même, les auteurs et la symbolique vont me permettre, par distance et dialogue, de rendre compte de l'absence de l'autre et de la présence des autres en moi, c'est au moins l'intentionnalité auto-divinatoire. C'est une pratique interprétative qui construit un dialogue entre la chercheure, l'interprète intuitive et celle qui reçoit et qui écrit, dans la continuité de l'esprit performatif, un texte qui porte l'ensemble du processus représenté par les différentes cartes. L'hypothèse est simple : comme chaque carte-image représente un aspect de ce que j'ai construit comme vision de moi-même, le tirage au hasard ouvre la porte à une auto-reconfiguration de ma propre vision, comme une invitation à me voir autrement, en sachant pertinemment que c'est mon être lui-même qui le fait en le faisant. Au terme de ce processus, une dernière interprétation de la relecture de l'ensemble de ce tirage de la Réciprocité servira avec le premier tirage de socle pour le prochain chapitre de compréhension et de systématisation des données.

5.1 LA SITUATION EXISTENTIELLE : L'APPEL À LA CHERCHEURE INTUITIVE

J'ai besoin de recul pour accueillir et écouter ce que je vis dans ma situation actuelle. J'apprends à assumer les limites de ma pensée. Les dernier mois d'écriture ont été vécus comme une pratique de présence à moi, au présent d'une histoire qui cherche à se dire. La colère et mon incapacité à exprimer ce que je vis dans la confusion m'ont amenée à une manière de m'apprivoiser dans la sensation d'impuissance, quand je reconnais que je n'arrive pas à m'engager dans de nouvelles décisions de vie, à partir de la réflexivité du moment actuel. J'apprends à vivre mon intimité dans un quotidien stable, dans lequel je suis entourée par mon quotidien de vie et portée par une danse entre la solitude, l'écoute réflexive et la pratique du soin qui me demande d'établir des conditions pour être dans ma disponibilité à l'autre. Dans la reconnaissance de ce que je fais, je me suis renouvelée en cours d'action. Dans la solitude, je n'arrive plus à invoquer les moments pour vous partager ce que je fais. J'ai choisi de m'appuyer sur la démarche interprétative pour créer un espace de dialogue avec les différentes dimensions de ma vie. Tel que dit plus haut et dans le chapitre sur la méthodologie, la procédure du Tarot (auto-divinatoire) sert de support au travail interprétatif. C'est l'entrée en scène de la chercheure intuitive qui, par cette pratique d'écriture performative, se relie au présent dans l'agir à réactualiser. Il s'agit, par la mise en place de ce procédé, d'un rituel pour m'accueillir dans un choix de rupture qui sert d'intention préalable à l'exercice du tirage. Je cherche ainsi à ouvrir des possibles, pour présenter de manière agissante (performative) la situation de transition dans laquelle je suis et pour intégrer une manière différente de vivre et de m'engager dans ma pratique et dans mon existence, à partir d'un lieu où je ne sais plus et je ne vois rien. Une présentation performative, symbolique, agissante et structurante qui me permettrait de rendre visibles et conscients des choix qui pourraient redevenir agissants.

5.2 LE RITUEL DE LA FINITUDE D'UN CYCLE DE VIE

C'est après ce moment rituel reproduit dans la photo que je vis, accompagnée de ma communauté fraternelle, dans la douleur et mon retrait, le besoin de ritualiser mon engagement envers ma pratique et l'accomplissement de ma formation de soignante et d'accompagnatrice. Cette expérience m'apprend aussi qu'il y a dans les temps de fin de cycle un deuil à faire dans la solitude. À chaque fin d'écriture de chapitre ou de séquence de mon parcours, je me dois d'apprendre à me célébrer dans l'accompli et apprendre à me reconnaitre dans l'aube de la nouveauté de mon devenir. Dans la présentation des cartes-images, je construis le rite qui me permet de créer la voie de passage de la peur de la séparation et de la reconnaissance de ma singularité, de mes contradictions, de mon affectivité et de mes contraintes vers un agir à partir de mes compétences attentionnelles et professionnelles, devant l'autre qui me reconnait, et comprendre que je le fais à partir de mon histoire comme expression et reconnaissance de ma nature profonde.

5.3 LA VISÉE DU PREMIER TAROT

J'ai besoin de trouver l'apaisement sur le chemin de rapatriement de mon cœur. Je suis l'auteure de mes choix de vie. J'ai besoin de prendre conscience des mémoires de mon histoire et de naitre à une nouvelle femme. J'arrive à un moment de vie qui me fait rencontrer les limites de mon désir, de ma volonté et du manque d'évolutivité dans mes projets. J'ai choisi de me retirer du monde pour le rencontrer à l'intérieur de moi, par la reconnaissance de ce que j'ai reçu de l'autre. Dans ma déception et l'épuisement de mes modes d'agir, je peux choisir de quitter et de reconnaitre les anciennes stratégies de vie pour découvrir comment naitre à une nouvelle manière d'être femme. Je me vis dans le rejet, celui que je me fais quand je vis la séparation entre moi et l'autre comme une rive infranchissable, une répétition de mon histoire dont la compréhension est difficile. Je pensais que tout au long des années de parcours de recherche et de formation, de soin à ma blessure, je pourrais renouveler mon contexte et mes conditions de vie. Je comprends que

pour apprendre la nouveauté et me construire dans des nouvelles relations en interaction et en groupe, j'ai rejeté des parties de moi pour m'éloigner des fondements de mon histoire. Je suis celle qui acte le mal que j'ai quitté.

Ce premier Tarot vise à éclairer ce dialogue à partir des cartes-images, des auteurs qui m'entourent pour accueillir la situation dans laquelle je me retrouve. Je recherche mon phare, une compréhension à éclairer qui nécessite de consentir à la traversée de la rive, vers l'appel de l'inconnu par la parole d'oraison, une parole à entendre au Féminin.

5.3.1 Premier Tirage interprétatif (auto-divinatoire)

Intention : Mai 2015. Le rituel commence dans la nature, dans la solitude, près des auteurs, en m'éloignant de mon contexte de vie actuel, de mes relations, de ma communauté et de ma pratique quotidienne comme thérapeute. Je me retourne vers moi, avec la poussée de vie de la chercheure. J'ai besoin de donner place à la parole intuitive, qui laisse dire ce qui vient dans l'esprit du jeu. Dans cet espace-temps, j'écoute ce que je vis. Voici les cartes choisies pour ce premier tirage :

Le premier tirage : un questionnement s'oriente dans la parole spontanée

Figure 4. Le chemin de rapatriement de la blessure du cœur

Le phare : blessure du cœur. Les contours, la main et la Femme qui voulait s'incarner.

5.3.1.1 La position 1, le début de la discussion : Le Phare

Le début de la discussion est un dialogue sur la situation actuelle, ma manière de me représenter où j'en suis. Qui arrive au départ de ce désir de nouveauté et de changement ? Quelle est la situation initiale ? Cette carte du Phare porte à la fois l'intentionnalité de la recherche, le questionnement et la problématique de départ de ce premier tirage. Il me rappelle ce souhait d'éclairer les moments de sens (couleur bleue), le désir qui m'a conduite (couleur rouge) et la clarté comme souhait de conscience et d'authenticité face à mon âme, mon histoire de vie et la blessure du cœur, illustrée par les traits rouges de la déchirure. Cette carte indique les thèmes d'un mouvement qui s'acte : consentir à la traversée de la rive, me séparer du passé, écouter dans l'entre et les écarts du présent la parole d'oraison qui fait horizon de l'émergence d'une femme inconnue.

Le cœur du phare m'invite à reconnaitre mon mouvement intime. Je souhaite quitter une manière d'aimer. Ma difficulté à communiquer aux autres m'a fait vivre les conséquences de mon hypersensibilité, des sautes d'humeur et de la colère qui éloignent l'autre, comme je me suis retirée de cet espace relationnel avec mes proches. Dans chacune de mes relations, j'ai souhaité créer un lien en risquant ma parole, la proximité dans mes relations et l'écoute de l'autre. La peur et l'insatisfaction demeurent logées dans mon cœur. Les prises de conscience et les compétences acquises pour entrer dans le dialogue à l'autre me permettent de construire dans le processus de recherche une écoute plus intime, ainsi que de dialoguer au présent avec les différentes dimensions de la femme que je suis. Dans l'impuissance, l'impasse et l'incertitude de la traversée, je vois que j'ai besoin de créer des conditions de vie extérieures pour répondre à mon besoin d'une existence plus heureuse.

Cette carte m'évoque aussi la traversée de la rive, la séparation avec quelque chose que je choisis de quitter. Je choisis de me déplacer, de déménager à l'intérieur de moi, pour apprendre à m'adresser à l'autre dans l'écoute de mon cœur, celui qui porte le rapport à mes liens et mon histoire intime. J'apprivoise ainsi l'acte de quitter comme expression aveugle d'une révolte qui a toujours précédé l'accomplissement de la maturité d'une

accompagnatrice. Je m'invite à voir et à ressentir, comme un acte de responsabilité et de conscience, la rencontre avec les sources d'une vieille affectivité qui me pousse à l'acte de quitter comme révolte et non pas comme choix. Dans cet espace, je m'invite à l'écoute et l'accueil de moi qui veux rester et de l'autre qui me pousse à la révolte. Consentir à un état de déchirure.

L'idée de déchirure m'invite à voir la rupture avec le quotidien vécu dans l'écart avec ma dimension de praticienne. De la rupture nait une posture de vulnérabilité que je crée en créant un écart avec la praticienne. Je découvre que cette vulnérabilité est liée à une hypersensibilité en restructuration. C'est une traversée qui évoque les expériences traumatiques de mon histoire. Je m'invite, dans la traversée, à quitter les vieilles mémoires, accueillir les nouvelles expériences comme la possibilité de refaire une référence mémorielle, par le dialogue avec la nouveauté et la symbolique, et quitter ainsi un souvenir figé dans les mémoires traumatiques qui me forcent à rester dans une fermeture d'esprit.

5.3.1.2 La position 2, Qu'est-ce que j'apprends ? Les contours

J'apprends à découvrir comment je crée les conditions pour m'apercevoir dans mes contours actuels de vie. J'apprends à écouter la vie à partir de mes ressources personnelles. Le dialogue entre la carte Phare et les Contours commence par un geste de consentement à revenir dans la mémoire du passé comme faisant partie des contours actuels que je perçois au présent. Un appel à me relier entre le socle du Phare et l'éclairage que donneront les significations contenues dans la carte « Les Contours ». Une invitation à me vivre dans l'assise du bassin, dans la clarté qu'apporte le vécu de chaque pierre du Phare dans la conscience du cœur et de l'esprit, dans une sorte d'introspection sensorielle.

La blessure du cœur s'active, je vois ma manière dont je coupe la relation. J'apprends à vivre les conséquences de la rupture et de la distance dans mon corps. Si l'apprentissage de l'écoute par le toucher-lien avait répondu dans ma vie au besoin de me situer dans les contours de mon corps, de mes sensations et de mes perceptions de la vie, cette fois, les cartes-images me rapatrient dans mes contours psychiques. Dans le temps présent, je vis le

consentement à mes « contours » de vie. Quand j'y arrive, je perçois les débuts d'un mouvement où je peux apprendre à m'intégrer dans la finalité de mes actes à partir de ce que j'ai fait. Dans mon corps, mon intuition s'est reliée à mon cœur dans un temps d'actualisation par l'écoute de contours actuels. Dans la validation de ce qui s'est transformé à l'intérieur, dans l'intimité, je perçois ma différence et mon écart dans mon rapport aux autres au sein de ce cercle dessiné dans la carte-image : le cercle composé par les autres m'a permis de me laisser toucher par mon attitude de comparaison et me met en contact avec les contours que je n'accepte pas dans ma situation de vie, témoignage de mon propre jugement face à moi-même. J'apprends que je vis une sensation d'éclatement. La sensation de l'éclatement active la peur, ma méfiance et l'affectivité négative. Dans cet éclatement, j'apprends que je me rends muette et sans visage, en retrait des relations.

5.3.1.3 La position 3, l'alliée : Les Mains

La position 3 invite à m'appuyer sur le soutien de la carte alliée pour intégrer l'apprentissage des deux premières cartes, qui suggèrent de la nouveauté et de l'apprentissage inconnu. La structure de lecture des cartes se dévoile. L'appui de la troisième carte est un éclairage pour intégrer et stabiliser une posture d'apprentissage et d'accueil dans ce qui s'éclaire dans les situations confuses de vie. Le processus de dialogue m'amène à mettre en lien la carte Phare et la carte Contours. Cette carte alliée, « Les mains », m'invite à comprendre ce que le toucher et le savoir acquis par ce toucher portent pour apprivoiser la blessure qui s'active quand je mets en relation ces cartes. Dans l'épreuve de la traversée de la rive, le souhait d'être dans une parole d'oraison contraste avec la dureté de ma pensée et de mes attitudes face à ce que je ressens et qui nait de mon assise.

L'alliée est la peau comme toucher des contours, la carte « Les mains » est le savoir du contact touché-touchant. Cette double attention qui est possible dans la rencontre de l'autre, de l'amour et de ma peur de l'intime. Aujourd'hui, cette suite dans la lecture des cartes est le réveil d'une prise de contact vraie avec moi-même, où je me laisse toucher par

ce que je ressens et ce que je perçois. Dans le geste attentionnel vers moi, je vis la fermeture des protections acquises. Un besoin émerge dans la lecture : celui d'apprendre à être cet autre pour combler la difficulté de recevoir l'autre dans sa différence, dans son absence ou dans sa présence. Dans ce qui n'a pas d'appui concret de l'autre dans mon contexte de vie, je peux prendre appui sur mon corps vécu comme un autre, un partenaire et un lieu de révélation de mon rapport à moi et à mon histoire.

La carte « Les mains » m'aide à transformer mon rapport à la séparation. Les mains savent être en écho, dans un intervalle et une distance entre les tissus et les zones du corps. Les mains agissantes sont l'extension et l'expression de l'intention portée par mon attention et mon cœur. Que je masse ou que je pratique la fasciathérapie, je me relie à la préciosité de l'être, à ce qui est éloigné et ce qui est vivant : appel de relation à ce qui ne communique plus. Ce geste de la main est écoute soignante des maux de la blessure physique, psychique et spirituelle.

Dans l'écart contenu entre **Le Phare** et **Les Contours** se révèle une invitation à habiter l'« interface entre moi et le monde » à travers la capacité de toucher. Je vois les états de corps vécus dans la relation à l'environnement et mes sentiments face à l'existence. La résonance du vide, de l'attente et de la perte de repère avec l'environnement me rappelle ce qu'a laissé l'éloignement avec mes lieux de naissance depuis 20 ans : comme de l'exil de moi. C'est dans la rencontre de l'amour à soi qui me rejoint dans l'avancée de ma rencontre, là où je vois que mon corps et mon esprit sont divisés par la souffrance. L'auto-divination m'amène à la sensation de mon toucher envers moi, quand j'apparais muette à moi-même. La peur de la souffrance empêche l'accueil de ma réelle blessure intime ; je contacte en moi l'envahissement des mots de l'autre, de sa propre pensée négative. Je prends acte d'une nécessité : prendre soin de revenir dans mes lieux, dans ma « maison » et de nommer les contours de la blessure, en reconnaissance de mes limites.

Ces limites que j'atteins quand je m'aperçois que mon histoire revient avec un besoin d'exister dans mon authenticité. Invitation à dépasser la rupture créée par la colère et qui

entraine la séparation entre la fonction de la thérapeute et ce que je suis dans mon intégrité. C'est ce qui a motivé toute ma vie professionnelle.

Je manque à l'autre et à ma bienveillance quand l'amour qui me touche réveille les douleurs que je ne veux plus vivre. Je me fais alors la violence que j'ai reçue. Je crée par la colère et ma réactivité l'impossibilité du dialogue avec moi-même auquel j'aspire. Dans l'espace de la praticienne, c'est par responsabilité éthique que j'ai choisi d'apprendre à taire mon ressenti personnel. C'est aussi par responsabilité éthique que je me retire. Je suis effrayée de voir que je rejette ce qui me touche sans comprendre les vrais sentiments que je porte. Quand le mal revient par mon geste, depuis cette intimité, je questionne ma participation et mon engagement professionnel. Dans cette lecture, je m'invite, par l'acte de me laisser toucher par moi, à entrer en relation avec cette part de moi que je ne comprends pas. La blessure me dé-forme même si je fais rupture avec ma mauvaise humeur chaque jour, pour arriver à me disponibiliser pour l'autre. J'ai le souhait de pouvoir m'accomplir autrement pour toucher les autres, comme accompagnatrice. Je termine une manière d'aimer pour commencer à prendre soin de moi, pour prendre soin de l'autre. J'ai besoin de l'espace-temps pour passer par la blessure et me réconcilier avec ce qui fait frein à la communicabilité. Pont de relation avec mon obscurité comme avec ma luminosité. J'ai besoin d'habiter ce conflit intime entre le désir, la rébellion et la méfiance de l'autre. Je m'exclus pour me protéger. Je m'exile pour me rencontrer. C'est une promesse d'ancrage avec la reconnaissance plus intime de qui je suis. Le texte kasàlà, qui m'a été offert en groupe par une personne que je soigne (joint en annexe du mémoire), me rend ce que je fais. Test qui me dit l'écho de ma main, l'écoute de l'autre et de la vie dans la matière du corps. La main est et devient parole poétique du cœur. Une parole qui touche et veille quand je me quitte et que je ne tiens pas compte de la valeur de ma vie.

5.3.1.4. La position 4, qu'est-ce qui veut émerger du processus ? La femme bleue (Isha)

Une promesse de dépassement de soi. Dans la suite de la lecture, l'intégration de la nouveauté du chemin s'éclaire. La prochaine carte signifie « ce qui veut émerger du

processus ». C'est Isha, la Femme Isha, Bleue-Origine-Source de vie, qui devient : « celle qui voulait s'incarner ». Au début de la recherche comme de mon histoire, comme à la fin, je reviens à l'origine, à la part de mon être que j'ai accompagnée et qui a accompagné les fondements de la praticienne-chercheure. Tout au long du mémoire, je m'approprie ce que je vois et qui fait référence dans mon corps comme dans ma mémoire à cette écoute de mon être. Toutes mes pratiques ont eu pour souhait de me rencontrer dans ma présence. Ce qui n'apparait pas dans la carte devient la demande, l'appel à combler le manque et à répondre à la promesse qu'elle dévoile : un Visage, une parole, une incarnation sur terre. L'âme voyage dans mes pieds. J'ai besoin d'habiter mes « contours », ma peau et ma chair. J'apprivoise un nouveau rapport à sa force (qualité d'écoute et de soin) comme à ma blessure (la souffrance de mon silence).

C'est avec les mots, reliés à l'écoute, que j'accepte l'absence de l'autre. Cet autre nait de ce désir de m'adresser à l'autre, d'orienter mon esprit avec mon intuition, au-delà de ma volonté. Dans le tremblement du sentiment, je reste dans la relation avec les images, les récits et les poèmes qui arrivent au rythme de la construction de cette auto-divination. La parole silencieuse d'Isha se dit au bout de mes doigts, elle dit ce que je vis dans l'instant. Ce que j'apprends.

Sa présence dans l'auto-divination se manifeste dans cet écrit : « J'appelle avec elle la découverte de nouvelles valeurs et besoins à combler, l'émergence d'un désir neuf de vie. Je suis praticienne sensible au soin de l'être. Je porte la reconnaissance de ma place, de mon être-au-monde, à aimer et à apprécier ».

Isha est mon être essentiel. À l'origine, la femme Isha est source du don, rencontre de l'amour et de l'ouverture à la vie. Dans la reconnaissance des cycles vie-mort-vie, je m'invite à accompagner mes naissances intérieures, ma capacité féminine de percevoir la vie invisible, de soigner la matière vivante du corps et d'écouter l'écho de l'autre. Je souffrais de l'écart entre moi et les autres, même quand je fais confiance à ma sensibilité. Elle s'incarne dans le mouvement de la vie : ouverture et fermeture, agir et réception,

convergence et divergence. Je me centre dans l'axe du corps quand je suis agitée par mes contradictions. Avec elle, je reçois la vie. J'ai besoin d'être unifiée dans sa présence. La gratitude naît de la reconnaissance et du temps à donner forme à l'action agissante d'Isha.

Ce féminin se réveille avec ce désir de retrouver les parts d'un agir en mutation, poussé par ce mystère de vie qui m'anime. En mon corps, nous sommes. Mon bassin est le berceau de la préciosité d'une profondeur de l'être, de l'origine de nos naissances, du goût personnel de mon soi relié à mon humanité. Dans cette solidarité au féminin, j'écoute l'immensité qui me relie à la vie, comme dans un l'océan. Ce tarot me permet de découvrir une posture à vivre : Phare-Contours-Blessure du cœur-Femme Source. Ces cartes sont gardiennes d'un processus d'écoute du mouvement d'incarnation qui reconstruit l'axe de cohérence de ma vie : l'incarnation de la parole de muette qui doit s'entendre au féminin. Le corps de vie sensible m'enseigne à habiter la blessure dans mes contours. J'apaise le cri de cette partie muette en moi. De la colère au silence de l'amour, je suis invitée à la mutation de ma manière d'aimer, d'agir, de m'entendre et de me recevoir autrement. J'habite la douleur de mon cœur. Je ne peux me détacher et me réactualiser dans ce que je ne connais pas.

La partie solitaire en moi a besoin de réflexivité sur sa crise, entrer en dialogue avec mon aveuglement. Je cherche la voie de mon dépassement. En deuil, je crée autant de forces de vie que celles qui éteignent mon désir. Au bord de la rive, je suis éclairée, apaisée. Une guerre interne se termine. Mon cœur ressent ma marche. Avec les ressources qu'elle m'offre, je me retourne vers la poétesse pour me relier à ce premier poème écrit à la fin de la création de la toile :

« Le Soin de la Femme : écoute de l'être »
Ses contours furent recherchés en premier
Sa peau est située entre le Cosmos et la Mère Océanique.
Je suis Souffle, Lumière et Vie des os, vie des eaux.
Je suis ce Mystère Pur, là Où Tu me trouves
Là Où Femme, j'ouvre à la Vie.
Être situé. Être éclairé. Être relié.
Prière du Jour. Prière de la Nuit.

Là où j'entends celle qui vit.
Je ne puis dire qui je suis.
Je suis mystère en son silence
Je te nomme Transparence
Toi, la Femme qui voulait s'incarner
Femme Origine, Bleue et source de vie.
(Sylvie Hogue, 8 juillet 2014)

J'entends la femme Isha : bleue-origine et source de vie. Je peux recevoir sa blessure en donnant place à la gratitude. Par sa sagesse, j'ai reçu le don du toucher par des mains humaines qui m'aident à soulager le corps de ses douleurs et d'écouter avec soin l'être qui les animent. Quand je pose les mains, entre cœur et bassin, je me relie dans mes déchirures. Elle, Isha, c'est moi : une humanité à incarner. « Une parole à entendre au Féminin ».

5.3.2. Question complémentaire au premier Tirage interprétatif (auto-divinatoire) : qui est la femme incarnée ?

Figure 5. Cultiver la gratitude : un chemin de consentement à mon incarnation

Je fais le constat que, suite au premier tirage, je découvre le désir d'incarnation de la Femme Isha. Je m'aperçois que, du constat de mes différents contours d'existence, je choisis d'apprendre à me retourner vers moi et de me laisser me toucher. Cette rencontre se fait à la fois dans un consentement à intégrer dans mon quotidien mes compétences de praticienne, reliée à la Femme Isha, à la fois dans un sentiment d'avoir occulté la femme

incarnée qui a grandi depuis ma naissance. La femme inconnue qui naît de la rupture avec mon chemin de maturité au sein de ma pratique émerge de la Femme Bleue-Origine et Source (BOS) de vie qui voulait s'incarner. Dans ma non-écoute, elle est devenue cri d'existence. Dans ma non-écoute, j'oublie aussi cette part de moi que j'ai refoulée, qui a marché son incarnation sans comprendre son expérience. Qui est-elle ?

Je m'aperçois que la femme Isha (BOS) a besoin de rencontrer ces parties de moi représentées par les cartes qui ont été explicitées tout au long du mémoire. Les trois cartes : la bienveillance du lien entre l'Enfant et la mère, la femme incarnée qui porte le blé d'inde et la femme Cygne qui est la praticienne, je constate les parties des étapes d'incarnation. La carte qui sort de manière nouvelle et spontanée est la carte verte, qui va représenter la femme présente déjà incarnée. Je la nommerai la Femme Arbre. Elle me relie à mon âme, à cette pratique d'enracinement de mon corps entre ciel et terre qui est venue de ma formation d'acupunctrice. Dans l'interprétation du chapitre de « Pause réflexive », cette carte se nomme également Tourmente-Tourbillon-Émotion vive de la vie. Elle me relie au cours de sa création à mon désir de sortir de la difficulté relationnelle et de la souffrance pour entrer en contact avec la marcheuse, cet appel à me relier à la vie elle-même, souvent dans la forêt.

Cette fois, une forêt verte boréale se joint à la forêt tropicale comme si la couleur turquoise m'invitait à rencontrer une autre nature de la vie sur terre que je vis comme un appel. Ce désir de relation à la vie s'éprouve parfois comme une émotion qui devient une poussée de vie intense comme tourmente psychique ou comme tourbillon de l'esprit, une agitation que j'ai appris à contenir et calmer toute ma vie. Mon corps de vie et mon corps sensible s'appellent à la rencontre d'un corps relié au Monde et à la Nature. Je traverse la rive à partir de ce désir de me relier au monde qui se manifeste depuis un regard et une posture pratiquée qui m'a renouvelée au sein de mon intériorité, par ce lien tissé dans le geste à mon écoute de la vie humaine et de la vie divine. Une intériorité vécue comme une présence et un souffle de vie qui m'a permis, comme femme, de tisser un lien à mon être. Je suis l'espérance d'une forme, d'une parole silencieuse et invisible à unifier dans les

différentes dimensions de ma vie qui se nomme. Je m'appelle à la reconnaissance des limites des forces de vie, de l'histoire et du désir de la femme de Soin qui voulait s'incarner et qui est accueillie par la femme incarnée. J'ai besoin de comprendre le conflit intime de leur relation, contradiction et contrainte, qui empêche le chemin de mon unification, promesse de ma co-naissance d'une part autre de moi au sein de la rencontre. C'est en entrant en relation avec l'environnement et la vie que je retrouve la femme Arbre, porteuse d'une connaissance incarnée.

Je constate le besoin d'une forme nouvelle à donner à cette femme "autre", aperçue dans l'apparition de cette carte de La Vie en tourmente, une émotion du vivant, vécue comme la parole de la vie, une femme qui contient un désir inconnu, vécu comme une émotion ou un désir à exprimer et auquel donner forme. Dans le constat qui se crée dans cette interprétation, j'ai le sentiment d'être à l'aube d'un rétablissement du lien dialogique en moi, avec la vie et son mouvement. Ma pensée s'apaise dans l'écriture et l'interprétation, comme si le cadre que je me donne contient la mémoire que chaque dimension et émotion évoque. Je structure ma perception, l'information intuitive et la conscience vaste de ce qui me touche. Je me redresse dans la forme évoquée de l'Arbre : un besoin de verticalité, d'horizontalité et d'enracinement plus vaste que ma présence sur terre. Je suis aussi Phare, une conscience qui s'éclaire. Je suis aussi la femme Bassin, une assise qui m'ancre. Je suis aussi un cœur qui découvre le centre et l'axe de cohérence de sa vie. Par cette interprétation des trois images (arbre, phare et bassin), je constate un chemin d'incarnation :

- La femme Isha (BOS) descend sur Terre. Je fais le choix de m'habiter, de me ressentir et de me percevoir à son contact. Je suis l'enfant de la vie, à laquelle j'ai répondu par ma formation d'accompagnatrice.
- La femme qui s'incarne dans l'émotion de la femme Arbre, incarnée, se rencontre dans sa chair, sa peau et ses contours. La sensation m'appelle à définir mon être-au-monde à partir de ce que j'éprouve, de ce qui s'exprime et se vit dans l'instant.

Je suis la rebelle qui a fait son parcours à travers ses failles sans accueillir sa vulnérabilité.

- La femme assise qui reçoit la Femme Isha est invitée à son redressement, à s'élever depuis le sol vers le Ciel, comme la cime des Arbres. Je suis l'attente et l'espérance d'une femme de parole tenue en otage par la conscience d'une enfant et d'une adolescente : « je veux te parler », « je hais l'attente », « je n'arrive pas à ce que je désire vivre dans mon existence ». Je crée mon désert parce que je ne m'écoute pas dans un mal-être que j'ignore.

Le conflit intime peut se comprendre par celle qui consent à se traverser dans les lieux possibles d'un dialogue intime entre la blessure, l'émoi de la vie et la protection vive dans laquelle je rencontre la peur d'être touchée et de recevoir dans mon intime, ainsi que le désir d'agir qui m'attend entre l'intime et l'ouverture vers le monde. Je rencontre les limites d'une attitude passive et réceptive face à ma vie. Je retrouve dans l'image de l'arbre dans la nature sa fonction agissante, dans son immobilité à être là où il est dans sa vastitude. J'ai besoin de vivre dans ma propre rencontre de ce conflit intime intérieur le sens du soin qui m'a formée et qui porte le vécu d'une agitation qui a affecté mon esprit. C'est par mes pratiques du corps que j'ai appris à me lire dans mes mouvements de vie, à apprivoiser mes déchirures, à traverser les états de dépression et d'incompréhension cognitive qui sont contenus dans ce conflit intime d'incarnation. J'amorce cette reconnexion du corps de vie avec l'énergétique, la respiration dans la joie de ressentir en mon corps de perception l'intelligence qu'il m'est donné de percevoir. La promesse d'une structure de mes expériences par le cœur de la Femme qui s'engage à s'écouter : communicabilité possible et en devenir, femme de soin et femme incarnée. Je fais face à l'inconnu de leur lien et leur dialogue. Je me retrouve dans l'écart entre elles. Je m'éprouve en mon cœur quand je prends le risque d'oser la nouvelle expérience qui les fera être une. La rive de ma solitude à traverser est l'écart entre la femme du silence et la femme célibataire. Dans quelle profondeur maintiens-je le conflit intime que j'ignore ? Quel autre chemin à relier pour m'y entendre dans le choix d'un consentement ?

L'axe commun du mouvement de ce conflit est inscrit dans une verticalité, un désir, une pratique du corps, une attention qui se fait acte par les mots qui s'énoncent. Je deviens Autre quand je m'interpénètre dans la rencontre. De cette reconnaissance intime, la conscience et mon cœur se relient dans une nouvelle connexion avec ma vie. C'est le chemin intuitif d'une expérience à habiter, vivre et recevoir dans le processus d'interprétation et de compréhension qui se poursuit dans un dialogue entre la personne que je deviens, l'accompagnatrice et la chercheure qui construit la procédure : un ancrage cognitif qui soutient la réflexivité nouvelle nécessaire pour mieux me représenter et de l'autonomie au sein de mes choix.

5.4 LE TAROT DE LA RÉCIPROCITÉ : LA NATURE DU LIEN FAIT RELATION

Le Tarot de la Réciprocité est un cadre pour mettre en dialogue deux identités séparées, engagées dans leur relation et qui apprennent chacune du lien commun qui les unit. Leur relation représente des fonctions et des contours différents que je peux mieux identifier, distinguer et clarifier : leur geste, leur valeur et leur regard. C'est un rapport d'alliance à construire par la reconnaissance du lien, du désir, des forces et des limites dans une visée d'unification par un engagement commun de transformation des représentations qui font contraintes et contradictions, de trouver des voies d'apprentissages et de dépassement à la relation. En général, dans un tirage, des deux personnes en dialogue je suis celle qui fait l'interprétation. Ce deuxième tirage est conçu de manière à construire ce cadre dialogique et à laisser voir les différentes étapes que je mets en place pour écouter, voir les cartes-images, ressentir et entendre les échos des cartes-images et les temps de parole spontanée, émergente et créative. Je laisse l'information me rejoindre par l'esprit du jeu et du dialogue. C'est dans ces conditions que je laisse une autorité intuitive me guider. Dans la solitude, cette présence de l'autre et de l'interprète me signifie sa justesse quand je reconnais les renversements d'attitude et de rapport à chacune d'elles. Dans l'acte d'interprétation et de relecture du texte qui suit, socle du déroulement de l'expérience, je me laisse surprendre par ma pensée, suspendre ce que je connais de mon histoire passée et

me laisse conduire méthodiquement par le sens qui émerge. Je pratique l'obéissance créative à ce qui vient.

La dynamique du jeu fait taire la souffrance de mon histoire, cesse de vouloir réparer ou agir par la pensée sur la problématique. Étonnée et surprise : mon cœur se resserre. J'accompagne en ralentissant le processus d'interprétation quand je me devine. Je suis ce qui émerge. Dans l'avancée, je vis des temps de dénouement, de révélation, et ce, sans intervenir. Mon intentionnalité est d'apprendre à laisser parler et venir la réflexion en m'appuyant sur les cartes-images et la parole créative, poétique et synthétique. Depuis le mouvement de vie de l'écrit, vécu au présent, je vis un processus de réconciliation (avec ce qui est difficile, la grâce qui émerge) avec les mots, le sens, leur signification et leur orientation, le souhait étant de m'ancrer dans un nouveau rapport à ma pratique, à mon existence et à mes représentations de mon histoire. La symbolique et l'approche dialogique à la manière du jeu me permettent de me vivre au sein d'un langage unifiant et intuitif. Dans cette recherche, je construis les conditions pour prendre conscience des lieux singuliers de ma communicabilité.

5.5 LE TAROT DE LA RÉCIPROCITÉ, UNE QUESTION DE DÉPART : LE CONFLIT INTIME

5.5.1 Deuxième tirage interprétatif (auto-divinatoire)

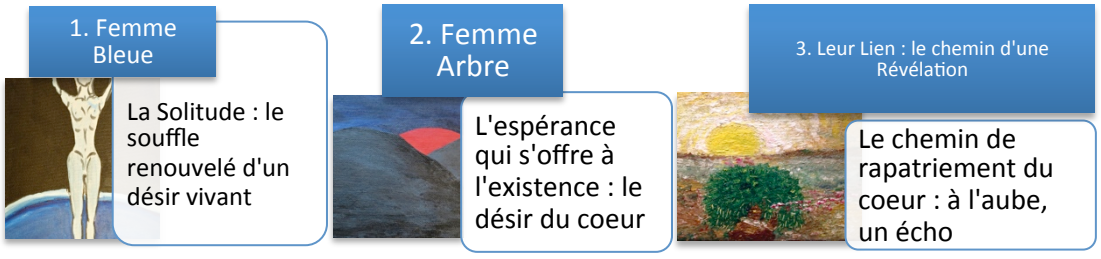


Figure 6. Deuxième tirage du Tarot de la Réciprocité (partie 1) : la nature du lien

Première question du Tarot de la Réciprocité : Quelle est la nature du conflit intime d'incarnation de la Femme bleue ?

La question de départ du Tarot de la réciprocité est portée par la première carte, la Femme bleue qui voulait s'incarner. Ce désir est porté par la Femme Arbre apparue dans la clarification antérieure, celle que je rencontre assise dans la nature, dans ce moment rituel de ma recherche. Je sens à la fois la crise, la transition, l'impasse et le désir de communiquer ce que je fais dans ma p ratique, de donner sens à un engagement neuf dans mon existence, comme dans ma pratique personnelle face à la vie. Quelle est la nature du conflit intime de mon incarnation ? Je construis le dialogue entre les deux femmes (cartes-images), pour éclairer ce qui refuse à consentir, par les questions suivantes :

1. Quelles sont les natures de la Femme Bleue et de la femme Arbre ?
2. Quelle est la nature du lien entre la Femme Bleue et la Femme Arbre ?
3. Qu'est-ce qu'elles apprennent l'une de l'autre ?
4. Quelle est la voie de dépassement de leur relation ?

5.5.2 Quelle est la nature de la Femme Bleue et de la femme Arbre?

La Femme Bleue : un lien à l'être, au soin et à l'écoute sensible.

Je me suis construite et formée dans la solitude, la pratique professionnelle et l'absence de l'autre. Je la vis comme une posture de vie qui m'a connectée à ma source par une pratique d'écoute, d'accueil et de présence à mon être. Un lieu de rencontre avec ma sensibilité et ma profondeur. Alors que je me crois prise par cet engagement dans la souffrance de la solitude, je suis comblée dans un lien à ma vie, mon être et une écoute de l'Autre. Or, je ne sais pas vivre une relation intime avec l'autre depuis cette disposition que je prends et qui me forme dans ma pratique. Dans le geste de la pratique, celle qui se retire pour être là est cette partie de moi qui porte le cri d'exister, la part réflexive sur ma pratique et le lieu de recul pour m'apercevoir quand je suis dans un autre contexte que le temps d'agir intime, lieu d'essence de la rencontre humaine.

La carte de la Femme Arbre (apparue dans la clarification) : un lien à la nature, au mouvement du désir, au Vivant en soi.

Cette carte est reprise par la carte, Le Sentiment d'Existence, dans le présent tirage (deuxième carte du tirage), l'émergence du désir du cœur dans la nuit de l'âme (rouge). Ce désir est à la fois ce qui m'est difficile à supporter, ce qui m'oriente quand je m'abandonne et ce que j'ai ressenti par intuition qui conduit vers l'axe d'engagement à plusieurs moments de ma vie. C'est dans ce lieu que j'aimerais ancrer une nouvelle réflexivité depuis la conscience de ce qui fait valeur et cohérence dans ma vie. Dans l'incertitude de la décision, je perds le lien au désir, ce qui crée un lieu de confusion et un sentiment de contradiction là où je perds mes repères. J'ai besoin d'un agir qui s'ancre dans la personne authentique que je suis pour que je puisse me conduire selon ma volonté propre. Or, je me sens en conflit intime quand je ne sais pas ce que je veux, que je ne reconnais pas mes vrais sentiments et que je me sens impuissante envers ce qui dépasse ma seule possibilité. Quand je vois les contours de ma vie actuelle, je m'aperçois que je reste dans l'insatisfaction et dans le doute de mon chemin de vie. Je ne vois pas ce que je fais tout en reconnaissant dans la mémoire des évènements les émotions et les croyances qui m'ont fait agir dans mes choix. Je vois que, face aux mêmes sentiments qui ont construit ce que je deviens, la pensée reste fixe et je ne fais plus confiance à mon intuition. Malgré l'effort de structuration et la discipline dans la solitude, je résiste et je suis témoin de mon opposition face à moi-même. Dans ce moment de contact avec la nature, je vis la Femme Arbre comme étant porteuse de l'aventurière, de mes marches en montagne et de mon âme. Dans le recul de la responsabilité de la praticienne, de mes difficultés relationnelles et d'appartenance, je retrouve les ressources de mon âme pour vivre ma rencontre avec la souffrance, la clarté dans l'expression de mon désir de vivre et avec l'espace de relation. C'est à leur contact que j'ai fait choix et décision pour construire mon axe de vie. Or, je ne l'écoutais plus.

5.5.3 Quelle est la nature du lien entre la Femme Bleue et la Femme Arbre ?

Les mots choisis : la solitude, le désir, l'espérance et l'existence.

L'incarnation à l'aube, dans le cycle de vie nuit-jour.
Vivre le sens de l'attente de l'aube, de la fin et des débuts.

La nature du lien commun est la présence de la couleur noire (obscurité, nuit, existence, cosmos et origine). L'aube dans la carte de la Révélation m'invite à voir le désir à éclairer dans les lieux de solitude de l'existence. J'ai besoin, depuis la praticienne, d'entrer en contact avec le souffle renouvelé d'un désir vivant et de comprendre autrement le désir du cœur comme une voie d'espérance à l'existence. La nature du lien entre ces deux parties de la femme que je suis, vécues dans des contextes de vie différents, m'appelle à la clarté de la révélation, comme un chemin de rapatriement de mon cœur, écho de mon être à l'aube. Leur clivage cesse dans la reconnaissance de leur lumière et de leur force de vie. Je suis étonnée et surprise. Mon cœur se resserre. J'ai besoin de consentir à la contradiction, à vivre dans leur « difficulté » tout autant que dans leur « grâce ».

5.5.4 Qu'est-ce qu'elles apprennent l'une de l'autre?

La solitude, un souffle renouvelé d'un désir vivant.

La Révélation m'invite à regarder le chemin de rapatriement de mon cœur : « Sous l'arbre de la vie, le sens donne la force d'un désir de passer de la désespérance à l'espérance d'une existence, à honorer dans la gratitude de la vie reçue » (Extrait du journal de la première interprétation. 2015. Sylvie Hogue) Dans la solitude, ce conflit intime d'incarnation, un souffle de vie appelle le renouvellement de mon rapport au désir. Pour être dans la discipline de ma pratique, j'ai rejeté mon désir pour m'éloigner de la souffrance du manque affectif et d'une difficulté à vivre une relation intime personnelle. C'est une douleur du cœur qui provoque l'insatisfaction et la dévalorisation de ma vie de femme. Mon parcours de recherche, c'est la quête de liberté et d'autonomie à aimer la femme que je deviens. J'ai fait le choix de vivre à la source, près de la vie et dans l'amour. Quand je n'arrive pas à répondre à mon désir, je me perds dans le jugement et dans un rapport d'existence difficile à contenir et à donner sens. Le jour de la création de la carte de la

Révélation, je me suis tournée vers le don à l'autre dans l'épuisement et l'apprivoisement de ces jours de vacuité. Mon action professionnelle me relie à mon élan de vie par le geste de prendre soin de l'autre. Quand ma motivation s'épuise, j'ai besoin d'un nouveau sens de l'offrande et du consentement, ainsi que d'être dans l'humilité de ce que j'ai fait de ce rapport à l'absence de l'autre. J'apprends que l'inspiration s'organise dans l'émergence d'un nouvel état et dans le geste d'action, celui qui me pousse sur le chemin de l'expression. Je devine un lien neuf dans le mouvement de donner, prendre et recevoir.

Le désir du cœur, l'espérance qui s'offre à l'existence :

L'acte possible est une responsabilité, rôle d'intention de la pensée à sortir de mon isolement, de l'insatisfaction et d'un désir non exprimé qui fait frein ou éteint ma vie.

Dans le moment du geste, un sentiment d'incarnation dépasse les limites et les forces de la femme qui s'unit à la fois dans l'incarnation du divin et de l'humain. Je porte les clés d'un regard autre qui influence le cœur. Dans la continuité de la relation, cycle entre la nuit et le jour, entre le manque et l'espérance, je fais sens de la vie par la confiance en ses cycles naturels que la Femme Arbre porte.

J'apprends la continuité dans la coupure. C'est comme si la Femme Arbre portait, par la présence du Sentiment d'Existence, par son souffle et son acte de symbiose avec la Vie, la Révélation d'un jour nouveau, comme continuité du mouvement de la vie dans ses différents cycles. Passage du deuil à la gratitude, du coucher à l'aube. C'est en moi la parole de poète qui arrive à se nommer en unisson avec une parole d'oraison. Parole reprise par une parole de raison en transformation. Geste de continuité et de réconciliation.

5.5.5 Quelle est la voie de dépassement de leur relation ?

L'interprétation est un lieu de confrontation de trop de sens éprouvés par mon corps. Je ressens la peur, la curiosité et la confusion de la pensée, un dialogue intérieur avec un sens émergent à m'approprier : être saisie pour naitre de l'autre qui prend parole. Je sens le

travail du décollement, du recul et de la suspension. Je ne sais pas. Je demeure neutre pour poursuivre dans l'esprit du jeu, la curiosité de la rencontre. Le dépassement nécessite ces conditions : du temps, une parole autre, de la lenteur, de la présence au souffle, d'une parole qui agit dans le moment, d'un écho avec la vie saine. Ce processus devient initiatique : déjouer ce que je pense, conflit entre mon être et ma vie incarnée. Le sens altère mes significations, la pensée fixée sur mon rapport à ma vie.

Le dialogue avec les cartes et leur sens émergent étonne la conscience. La vie du cœur fait oraison. Le temps a passé. Épuisée entre l'intime ou l'ouvert, je suis touchée par la relation qui s'active quand je nomme. Je me ramène dans la rencontre de mon cœur par les larmes de purification et de douleur qui apaise la dureté de mon indifférence, de l'écart et de la distance que j'ai créée pour m'éloigner de ma proximité, de l'autre et du monde.

Je me retourne face à l'immensité, la nature, la vastitude, la confiance dans ce cri du cœur. Je demande à être rejointe, là où je me suis emmurée derrière ma protection. Le deuil est fini. Je suis rapatriée, déposée dans mes os. Une brèche de vie donne accès à mon intimité, à ce désir contenu dans la passivité et la réceptivité. J'ai reçu de l'autre ce qui se passe dans la pénétration de la vie, ce qui me donne la possibilité d'être ma réponse, l'émergence d'un geste et d'une parole porteuse du désir d'agir de mon être. Dans la naissance de cette intention, je transmets ma manière d'entendre ma vie pour recréer ma vie.

5.6 LE TAROT DE RÉCIPROCITÉ ET LA PROMESSE DE LA RELATION : SUITE DU DEUXIÈME TIRAGE INTERPRÉTATIF (AUTO-DIVINATOIRE)

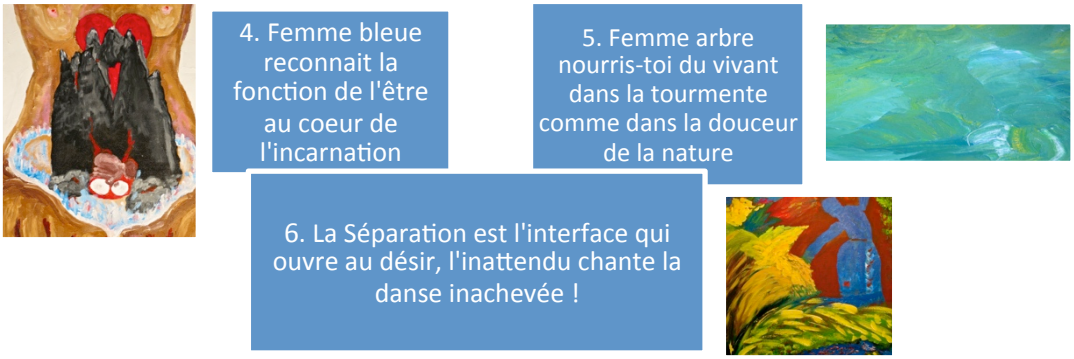


Figure 7. Deuxième tirage du Tarot de la Réciprocité (partie 2) : la promesse de la relation

Dans cette prochaine partie, j'ai besoin de voir ce qui naît de la rencontre et de prendre conscience des pas de dépassement pour chacune des cartes. En les découvrant, je peux les intégrer à la globalité de mon être et les accueillir depuis une part de moi, autre. J'ai tiré les cartes à partir des questions qui vont suivre. Ensuite, j'ai pris une distance pour agrandir l'espace d'accueil d'un mouvement d'intégration du texte précédent et d'une rencontre à partir d'un autre regard, vision, pensée, cœur. Je cherche à créer une posture d'altérité à l'intérieur de moi-même et de disponibilité face à l'inconnu et à la nouveauté d'une information à recevoir. Dans ce mouvement, je fais un acte de retournement de mon attention à la fois vers moi, vers les auteurs et vers les cartes-images. Les conditions : du temps d'écoute à la parole autre, de la lenteur et la capacité à rester en présence avec mon corps de vie et de silence.

La question initiale se poursuit : Qu'est-ce que chacun a besoin d'apprendre du lien ?

4. Femme bleue reconnait la fonction de l'être au cœur de l'incarnation.

5. La Femme Arbre est invitée à se nourrir, survivante en la tourmente comme en la douceur de la nature.

6. La carte « La Danse Inachevée » me parle de la séparation comme d'une interface, celle qui ouvre de l'espace au désir, à l'inattendu d'un dialogue entre la danse inachevée de la femme, ce moine bleu et le monde de la vie. Comment ce « moine », tiers, se personnalise dans la rencontre ? Quelle est la promesse de relation et de naissance de leur rencontre ?

Le texte d'une parole d'intégration, début et fin.

Pour poursuivre l'interprétation, j'ai besoin d'écrire une parole d'intégration en revenant au début de ce parcours et du dernier tirage. Le dialogue se commence par la reconnaissance de chacune des cartes dans leur désir, ce qui porte leur fonction, pour rétablir ma posture de vie dans le contexte global. C'est le socle pour être dans le dépassement souhaité : prendre soin d'une écoute de moi-même comme dans le geste vers l'autre et une mise en mouvement de mon désir dans ma posture de vie. Cette transformation s'effectue par le choix de vivre dans une rupture face à mes habitudes de vie, mes comportements, attitudes, réflexions et relations. Un détachement de moi-même et de ce qui fait importance à ma vie. Cette séparation peut être vécue comme une interface qui ouvre à un nouveau désir de la femme qui danse, même à l'aube de l'impasse, de la perte et du deuil. La parole se fait mouvement de vie, rouvrir la possibilité de construire mon existence autrement, dans la peur de perdre, de mourir ou de quitter, ces actes étant nécessaires devant l'épreuve comme dans l'initiation de devenir autre.

La femme de soin et la femme Bassin se rencontrent. L'une descend et l'autre accueille dans l'assise la femme qui s'incarne. Je reconnais la fonction de l'écoute sensible, de l'émergence de la saveur de l'être dans l'intime et de l'éprouvé d'un désir de vie, au cœur de l'incarnation.

La séparation est l'espace de rencontre qui permet la connexion, l'interface, une distance et une proximité qui permettent le retournement attentionnel pour pouvoir communiquer entre mon être et le désir de la femme. Une rencontre permettant l'émergence d'un agir veillant à ma participation à la vie. À la fin, j'apprivoise ce qui me permet de vivre le passage du deuil à l'espérance de la vie : l'attente de l'aube. Le chemin

d'incarnation de la femme passe par le ressenti de mes mécanismes de protection du deuil, du rejet, de l'absence et de la peur d'exclusion. Je découvre la voie pour habiter mon retournement et pour vivre la compréhension du mouvement évolutif et la continuité de la vie.

La parole dialogique du tarot de réciprocité se fait synthèse.

Ce tirage de réciprocité m'apprend à sortir de l'esprit du conflit intime. J'apprends à me différencier et à distinguer les contours de ce que je vis, à dépasser la captivité des émotions reliées à ces parts intimes que je ne comprends pas et que j'éprouve. Dans ce décollement des « peaux » identitaires, émotionnelles et de mes croyances, je suis animée d'un désir. L'espace fusionné dans la confusion du vécu ouvre à la fluidité d'un goût ou d'un sentiment de moi, autre. La praticienne sait reconnaître, par le savoir intime de la main, la santé de la séparation et de l'étirement tissulaire dans le toucher. Je peux vivre le décollement sain lorsque je ressens la mémoire de ce que je nomme "la déchirure d'incarnation" vécue dans la relation. Le dessin, la connaissance immanente et cette parole du présent me font acter le début possible d'une interprétation du contexte actuel et des thèmes émergents de l'axe maintenu dans l'écriture de la recherche.

5.7 ALLER VERS LA RIVE DE L'AUTRE : LA PROMESSE DE DÉPASSEMENT

> Les problèmes vitaux les plus graves et les plus importants sont tous, au fond, insolubles, et ils doivent l'être, car ils expriment la polarité nécessaire qui est immanente à tout système de régulation. Ils ne peuvent jamais être résolus, mais seulement dépassés. [...] En observant le processus d'évolution de ceux qui se dépassaient eux-mêmes en silence et comme inconsciemment, je vis que leur destin avait un trait commun : la nouveauté venait à eux de possibilités obscures, ils l'acceptaient et se dépassaient grâce à elle. Si elle vient de l'extérieur, elle devient une expérience intime. Si elle venait de l'intérieur, elle devient un évènement extérieur. Pourtant elle n'était jamais provoquée de façon intentionnelle et consciente, mais elle s'avançait, portée sur le fleuve du temps. [...] Dans le domaine psychique, il faut pouvoir laisser advenir. (Jung, 2014, p. 33)

Je ne sais plus interpréter. J'ai besoin de laisser la place d'une part autre, que je ne connais pas. Je consens à laisser exister l'enfant qui a reçu l'absence de l'autre, comme l'absente que je suis devenue pour l'autre. Entre les deux, dans le temps de l'interprétation et de l'écrit, je donne place au présent, à l'inconnu, à l'écoute de l'instant pour recevoir de l'information nouvelle. Je tends l'oreille à la part autre qui peut entendre, ressentir et recevoir la vie. Dans l'assise, la sensation comme par les mots et l'image, le sens et les significations. Dans le recul, un espace pour aller vers l'autre rive dans l'alchimie effectuée par ce travail qui s'amorce. Les auteurs me guident dans ce sentiment de vide, de deuil et de vacuité de la fin d'une manière d'être avec moi-même. La pensée est impuissante à de nouvelles idées. Par la posture qui se cherche, je suis rejointe en indicible de mon histoire, mémoire d'un rapport à l'autre qui s'accueille sans souffrance.

Quand je lis les propos de Jung ici en exergue, je comprends que je suis au défi de vivre une mutation de l'intérieur pour laisser de la place à une solution nouvelle pour me guider. La place de l'autre en moi, de la mienne en lui. La place que je suis, de celle qu'est l'autre pour moi. La différenciation et le retour sur mon vécu m'invitent à me dépasser en commençant par m'apercevoir autre que par ce regard qui m'a définie positivement ou négativement. Je me retourne vers l'autre en moi que l'on voit sans m'apercevoir dans la réalité concrète du moment, constant de trop longues années à vivre dans le sentiment d'une absence qui m'a définie et définit ma quête de présence. Voici cet autre comme en parle le philosophe Misrahi :

> La conversion réflexive opérera un véritable renversement de la direction intentionnelle en saisissant l'autre comme un autre homme, c'est-à-dire comme un centre qui est une ipséité et qui déploie son propre mouvement intentionnel, à partir de lui-même, vers le monde. Posé alors comme un ego, c'est-à-dire qu'il est véritablement pour moi alter ego, […] autre que moi et un même que lui-même orienté vers moi comme moi vers lui… Considérer l'autre (non pas comme moi-même comme ego) comme un centre absolu et un commencement radical. (Misrahi, 1969, p. 328)

Le dépassement est pourtant vécu, sur ma trajectoire et dans de nombreuses expériences de transformation et d'incarnation, d'actes dans mon quotidien qui ont porté

mon renouvellement tout au long de l'exploration de la recherche. Je comprends que pour entrer dans une dynamique nouvelle et accompagner l'évolutivité de ma vie, je dois commencer par m'ouvrir à l'altérité.

> Nous croyons que les commencements sont contagieux : si l'humanité a une histoire, c'est qu'elle se dépasse perpétuellement elle-même [...], et elle ne peut le faire que par la médiation de ruptures et de recommencements effectifs peu à peu généralisés. (Misrahi, 1969, p. 331)

Allégée de l'affectivité de négation, la suspension réflexive s'effectue en restant dans des temps vivants d'interprétation. Je comprends que dans la distance et le temps ralenti de l'interprétation de la carte, j'aperçois mieux ce que je n'entends pas. Du soin au respect de ce que je ressens m'invite à reconnaitre l'espace de l'autre, voir ma différence, à l'intérieur de mes propres contraintes. Du sentiment de réciprocité face à ce qui me touche et ce qui me rejoint, je commence à apercevoir ce qui m'appelle à la modalité d'un autre regard quand je suis affectée.

> Ainsi, à un moment ultérieur quelconque, l'*alter ego* opère pour lui-même le renversement au tout-autre et la conversion à l'altérité, se posant désormais à son tour comme recommencement de la modalité de la relation aux autres. Quel est le contenu d'une nouvelle réciprocité ainsi instaurée ? (Misrahi, 1969, p. 331)

Quand je me souviens de mon histoire, je vois la place de l'autre qui a vécu l'histoire et qui prend distance avec ce que je me raconte. L'écart crée un dialogue entre celle qui est confuse dans l'affectation et celle qui dans le présent entre dans l'acceptation de ma responsabilité d'avoir choisi tous mes départs. **J'aperçois l'autre que j'ai été pour les personnes de mon histoire.** Le réveil d'une autre affectivité dans mon cœur laisse entrevoir ma culpabilité face à ceux qui ont porté mes choix, leurs conséquences dans la conscience que la vie et ses évènements ont participé à mes décisions. Le pardon long à vivre et le non-dit de moi et de l'autre me touche. Cet autre que je suis pour les autres, un autre rencontré dans la confrontation au difficile comme à la beauté du chemin. Je vois l'impact de leur manière de m'aimer dans ces parts de mon absence à moi-même. Qu'ai-je fait de ce que j'ai reçu ? J'entrevois la possibilité de m'actualiser au-dedans, dans ma propre distance à cet autre que j'ignore.

> La conversion véritable à autrui, quand elle se fait dans la générosité authentique, n'a pas le souci premier de la réciprocité, puisque son premier souci est au contraire l'ipséité d'autrui, *l'alter ego* en tant que tel. Cela signifie concrètement que le rapport à l'autre peut être désormais envisagé sur un tout autre mode que la modalité habituelle. (Misrahi, 1969, p. 332)

Je m'approche de ce qui se passe quand mon cœur serre. Ma pensée se noue, laissant une impuissance et un désarroi devant ce qui a besoin d'une pensée tout autre pour construire un rapport à l'autre différent, dans des choix et dans une éthique de pensée qui appelle la bienveillance envers moi et envers l'autre, même envers celle qui s'exclut. L'amour captif, vécu sur le plan des affects et des passions, est plus un rapt qu'un don. Dans la perspective d'entrer dans la relation saine, je continue mon appui sur les auteurs avec le philosophe Robert Misrahi, qui continue en rappelant que la véritable relation oblative n'est pas non plus une sorte de complaisance ascétique et que le dépouillement radical que doit pouvoir atteindre la relation à autrui n'est pas une souffrance nécessaire mais un risque accepté. Il ajoute :

> L'oblativité véritable, qui est la conversion authentique à l'altérité, n'exige rien, en rien, de personne. Elle renonce à tous les déterminismes psychologiques ordinaires tels que la jalousie, la comparaison ou la concurrence ; elle renonce aux relations de domination-servitude, elle renonce à un mot à confondre amour et possession, amitié et exploitation. N'attend rien, en rien de personne, l'oblativité n'attend rien, jamais. Elle n'attend ni réponse, ni gage, ni signe, ni don, mais elle n'attend pas non plus quoi que ce soit dans le temps. N'exigeant rien, elle n'attend rien, mais n'attendant rien, elle vit par-delà la crainte et l'espoir. […] Elle permet au sujet de maitriser le temps. (Misrahi, 1969, p. 332)

Le consentement à laisser tomber autant le masque de l'enfant qui attend de l'autre, comme de l'adolescente qui argumente dans sa réactivité, face à ses déceptions. Je démasque celle qui m'a conduite dans mon histoire dans cette responsabilité à libérer ma pensée et mon cœur du sentiment d'échec et d'apitoiement de mon destin. Je peux apercevoir celle qui cesse de demander pour se protéger ou qui exige de l'autre d'agir, là où je ne sais pas ce qui se passe.

> Par la conversion philosophique, elle est sans impatience. Maitriser le temps, dimensions empiriques du temps. La conversion existentielle à l'autre confère, elle

> aussi, la patience métaphysique. Le sujet-existant, après être passé de l'autre côté de la banalité empirique, après être passé de l'autre côté de soi, du côté de l'*alter ego*, a réalisé une base commune de départ pour un voyage dans le tout-autre. (Misrahi, 1969, p. 336)

Au cœur du sentiment de vacuité, je me retourne dans l'étroitesse du passage vers l'arrivée du Tout-autre. Ce même espace-temps me fait vivre les limites de ma pensée face à un regard sur une situation, à une solution devant une problématique de santé, devant l'impossibilité d'un choix ou d'un désir et face à la demande, de certaines personnes, d'aide à la clarification de leur situation de vie. C'est devant cette confusion que j'ai reçu le geste de la peinture, la lecture du tarot de Marseille pour m'aider. Médiation pour apprendre à rester dans le temps d'attente en stagnation, nécessaire à une vie. Dans la transition qui s'amorce, j'apprends à vivre avec ce sentiment d'incertitude de mon existence, pour contenir et accueillir sans jugement le sentiment de même nature que la blessure. Le don intuitif nait de ma difficulté à rester en présence à ce qui veut émerger, sans donner signification. L'information de ce qui vient dans une autre temporalité que la quotidienneté et la conscience m'étonne et suscite ma confiance à rester dans ce dialogue silencieux.

La confiance à consentir à être dans ce passage de la fin épuise l'agitation du mental occupé à clarifier mes désirs et mes rêves. Être avec, sans attente ni volonté, pour céder à mes combats qui contrôlent ma vie. Dans ce regard sur ce qui m'a conduite dans le passé, j'apprends au présent à être avec l'évidence de la continuité de ma vie, en conscience d'une manière d'être insécure face à la vie qui se termine. Comme au cours de la nuit de veille, j'allume le feu et je regarde le ciel. Je vois ces mêmes instants d'incertitude face à ma vie qui m'ont permis dans ce dialogue avec le ciel étoilé d'entendre les choix confiants qui ont conduit les grandes transitions de ma vie. Louis Lavelle parlera de ce temps d'arrêt, par les propos sur la vision religieuse de Bergson (Bergson dans Veillard-Baron, 2007) : « de manière à faire que tout le passé lui soit présent et que cette présence de tout son passé s'identifie à l'acte même de la création que le futur symbolise ».

Ces moments de naissance de l'intuition me rassemblent dans une continuité de dialogue avec mon âme, lieu de reconnaissance d'être invitée à y participer à ma vie. Bergson (Veillard-Baron, 2007) ajoute : « la puissance même par laquelle les choses se font et par laquelle il nous devient permis de nous faire » .

Le philosophe Jean-François Malherbe (Malherbe, 2013, p. 168) m'aide à nommer ce sentiment de béatitude comme un abandon serein à un instant de la nuit veillée. Il dira que cet émoi guidant consiste en la connaissance intuitive de Dieu. Autrement dit, à accepter que nous sommes Dieu. Ou, plus exactement, que chacun de nous est infinitésimalement ce que Dieu est intégralement. Et que c'est en consentant à n'être que cela mais tout cela, à être à la fois éphémère et nécessaire, que l'humain parvient à l'illumination ultime et accède ainsi à la béatitude. L'humain ne peut atteindre cet état de béatitude que par le travail patient et tenace qu'il effectue pour acquérir une idée claire et distincte de ses affects, c'est-à-dire des causes qui déterminent sa vie. Évidemment, au bout d'un temps, ce travail lui paraitra interminable en même temps que fécond. Rendu à cette étape de son cheminement, l'homme est confronté à l'ultime décision de sa vie et répond à la question : « Est-ce que j'accepte ma propre finitude plutôt que la dissimuler à mes propres yeux ? ».

À ce moment-ci, des textes sont retirés : le chemin d'une parole de gratitude et d'un écrit magma qui porte la pratique d'accompagnement intérieure en mon corps. J'y entends l'intégration qui permet de laisser mes attentes, mes désirs, l'expression de la blessure. Une parole spontanée, magma confus et exutoire à relire, au terme de la recherche. J'y entends des voies de passage concrètes par ma présence plus libre que je ressens en ma posture actuelle. Revenir décoder l'incompréhensible et l'indicible qui porte un mouvement intérieur, une disponibilité à mon être, qui se dit hors de ma fonction et de mon rapport quotidien à ma vie. Depuis ce qui est laissé et accueilli autrement en mon écoute, je m'ancre au présent et à l'instant.

Avant de quitter : remercier et célébrer.
Au seuil d'une nouvelle existence, la solitude se fait présence.
Femme Bleue,
je me suis assise en mes douleurs et mes absences.
Tu es devenue accueil et montagne de silence
Je me fis pure Lumière blanche, avec ce que tu es
Femme Arbre,
Je me nais en ta beauté, avec ce que tu fais
La main qui nous relie nous incarne ensemble.
Femme océanique qui rythme l'ode à la Vie et à l'être
Tu apaises, soignes, reconnais, vitalises, accueilles
Ta Peau m'enveloppe, repose et soigne ma chair
Ta Sagesse laisse advenir l'orientation de demain
Ton origine me constitue.
J'adviens à ma forme à ta substance.
En toi, mon âme est devenue le livre qui inspire l'aube de mes mots
Légère en l'écriture,
La Nature m'inscrit sur la Terre de la bienveillance.
En sa fougue tourbillonnante, je ris et je danse.
En sa douceur, le Ciel dépasse l'inachevée, et je m'ancre
Rien ne me manque en la Plénitude de vos Présences
Louis Lavelle : le chemin du langage, corps de ma pensée
Au début, avec lui, que j'entre construit mon pont vers le Monde.
La communicabilité d'une parole d'altérité.
(Sylvie Hogue, 2 juin 2015)

CHAPITRE 6
SYSTÉMATISATION. CATHARSIS.
SYNTHÈSE ET RELECTURE CRÉATIVE

Honorer mon Parcours

> Quand donc tu présentes ton offrande à l'autel, si là tu te souviens d'un grief que ton frère a contre toi, laisse là ton offrande, devant l'autel, et va d'abord te réconcilier avec ton frère, puis reviens, et alors présente ton offrande. (Mt, 23-24)

Ce chapitre de compréhension est un retour pour honorer le chemin, celui que je souhaite communiquer : de comment, à partir des actes intimes, je me suis appropriée dans le mouvement de l'interprétation de la voie dialogique du Tarot. Cette parole spontanée, émergente et créative m'a permis de me soigner comme personne. Situation de vie limite-frontière, habiter l'instant du temps et le lieu : l'intimité de l'inconnue, ignorante qui écoute son intériorité, debout et errante, pour avancer vers mon alliance à ma vie : me recevoir, me voir et me ressentir en ce cycle de vie qui se termine. La traversée s'écrit et se relit. Je suis devenue l'autre, la promesse de création de nouvelles conditions de vie. Cette promesse déjà manifeste dans la création des cartes-images :

Figure 8. Le Chemin de la Révélation

6.1 LE CHEMIN DE LA RÉVÉLATION : FAIRE FACE À L'AUBE, ENTRE MOI ET L'AUTRE

> Plus que le renouvellement de nos états d'âme, de nos qualités, le temps est essentiellement une nouvelle naissance. (Levinas, Le temps et l'autre, 1983, p. 72)

Les jours inscrits en ma chair et les écrits ont brûlé. La métaphore de recherche me rejoint. Après les larmes du refus, de la douleur et des oublis, je me pardonne de trembler dans l'espace du Mystère qui m'habite. Je rapatrie ce que la vie m'a donné à entendre : parole écrite, mon corps « communicant », ma chair du Monde ressentie à l'aube.

Nommer la blessure pour prendre sur moi la souffrance et les conséquences biopsychosociales et spirituelles. Mon enracinement au sein de cette parole d'autorité m'a permis de m'ancrer et de découvrir un chemin de révélation qui me réconcilie sur ma manière d'entendre le monde. Depuis l'intime, je vois ma responsabilité d'entrer en relation avec ce qui fait que je me coupe de l'autre et de la vie. Je rapatrie la toile-carte représentative de la méthodologie :

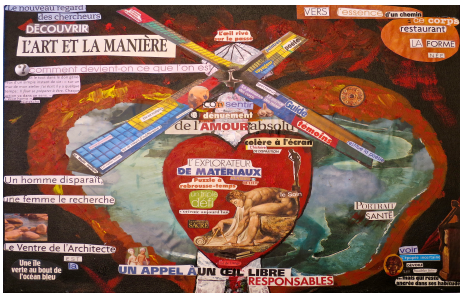


Figure 9. La Carte de la Méthodologie : L'art et la manière

Le ventre de l'architecte est là. L'homme disparaît et une femme le recherche pour me tenir en équilibre entre le non-agir et la tension de vie qui m'anime. Consentir au dénuement de l'amour absolu pour entrer dans un abandon à la vie dans un dialogue intime, sensible et singulier qui témoigne de ma manière d'entendre mon Monde intime. (Cf. Mots qui accompagnent la Carte de la méthodologie).

Ce retour impose la rupture saine, acte de retournement pour permettre l'arrivée d'une pensée et d'un regard autre. L'acte de relecture du chemin est un geste d'intégration qui nécessite d'assumer une temporalité : retrait, recul et arrêt. Dans la solitude, j'entre dans la conscience de la continuité de l'expérience qui m'apprend à habiter la séparation que je ressens avec mes attachements, à être touchée dans l'inconnu de moi-même et découvrir ce regard libre et responsable nécessaire pour accueillir l'essentiel du moment. De l'écoute de la femme bleue, j'éprouve l'attention qui revient sur mes contours d'existence. Dans l'écart qui se crée entre un passé qui porte l'émoi de ma mémoire et le présent, j'ai besoin de nommer les faits. Je tremble au cœur de ma déchirure, plus près de mes limites et de mes attitudes pour prendre acte de l'apaisement du conflit intime de mon cœur.

6.2 LA VIE COMMENCE À L'INTÉRIEUR : MON CŒUR, ENTRE CORPS ET ÊTRE

> Selon Aristote[14], la sensibilité commune ne se rapporte pas uniquement à l'unité de qui sent mais en outre à celle du sentir. (Auriol, Intelligence du corps , 2013)

Pour moi, consentir à la tourmente devant l'humanité (ressentie dans mon corps de vie) ou à la grâce qui porte ma sensibilité d'être, c'est dire oui à entrer dans ces actes qui me relient à ces chemins de vie, éprouvés dans mon cœur. Dans ce consentement à ce que je vis, j'apprends à me sentir avec ce qui se passe dans l'instant. Dans ce temps de finalité, j'ai besoin d'intégrer une parole synthèse qui fait participer une connaissance intuitive, une attitude qui témoigne de l'aube d'un nouveau regard, d'une émotion qui reçoit la peur d'être dans mon dénuement face à l'autre, comme à cet Autre, qui m'a reçu tout au long de mes apprentissages. C'est par le soutien des toiles médiatrices que ce chemin d'unification, processus auto-divinatoire, en laissant porter toutes les images dans mon corps, que j'apprends dans l'intime à installer un rapport dialogique : la séparation « je suis, tu es »

[14] Aristote, *Traité de l'âme,* liv. 111, chap. 11.

ouvrant l'intervalle et l'espace nécessaire à la rencontre de ma corporéité avec ce tiers, qui m'altère.

Par la parole, l'écriture performative et mon corps devenu « imago, page blanche, conscience d'être », j'aborde mon entrée dans ce texte sans la peur de l'autre, plus confiante à habiter l'instant et ce que je cherche à vous témoigner, dans la gratitude profonde pour ma rencontre.

> C'est l'acte même d'écrire qui est la ligne de fuite, la percée hors de la prison, la libération. C'est lui qui permet d'explorer de nouvelles contrées, qui déplace les problèmes, qui aide à franchir les obstacles, qui débloque la vie, qui la transmue subtilement et secrètement. (Bertrand, 2000, p. 131)

Le souffle de ma parole se libère. Quand mon souffle s'élève, il m'éclaire. Quand il me pénètre, je me respire. Suivre mon souffle qui répond au mouvement de la vie que je ressens. La vie en moi dénoue la connexion neuronale et attentionnelle entre mon cœur et le centre de mon cerveau. Ma vie répond en mon corps, dans mon abandon à la confiance et à la persévérance à me rétablir en dialogue. Je ferme les yeux et j'écoute. Entendre[15] l'écho, pour faire entente[16].

Entendre le monde, désir de mon être pour faire entente. Une posture nécessaire pour me déposer, simplement au centre de moi, dans ce Mystère de vie qui me reçoit et qui se donne. Je commence la tâche de rencontrer dans ma spiritualité le sens d'un vivre éthique qui fait acte de consentement à mon incarnation sur Terre. L'attention se fait présence en ma chair, ma mémoire de vie qui s'appelle à une nouvelle histoire. De mon lien à mon être vulnérable, ma sensibilité à la vie m'aide à suspendre ma volonté face à ce contexte de vie, bataille qui, dans l'extrême de ma résistance, m'épuise. Je peux vivre avec ce que je ne comprends pas, prendre conscience de mon engagement à ce temps de soin donné à ma vie.

---

[15] **Entendre** fin x1s, *Alexis*, du lat. *intendere*, « tendre vers **Source spécifiée non valide.**», au fig. « être attentif à » (sens conservés en anc. Fr.), d'ou « comprendre » (sens dominant au XV111 s) ; puis seulement, « percevoir un son » remplaçant *ouïr*, disparu.

[16] **Entente** 1130, *Eneas*, anc.part. passé, du lat. pop. *Intenditus*, compris : *entente cordiale* 1840.

> La sensibilité, une synesthésie, c'est-à-dire une réflexivité qui advient dans le senti permettant à la fois de sentir les « sensibles communs », le repos, la figure, la grandeur, le nombre, le mouvement, et de sentir que l'on sent ce qui est proprement ressentir. (Auriol, Intelligence du corps , 2013, p. 102)

Me ressentir, pour m'offrir avec ce que je vis comme un appel à la vie. Je suis rejointe dans mon oraison, répondue par le retour de cet écho. Je me sens entendue en train de me faire espace de relation, temps pour que ma vie se dise dans l'écho et que je puisse m'entendre. La parole synthèse agit comme un commencement, un acte de confiance, de transmission, de création, de réception de la parole de l'Autre, de ma Compréhension qui s'acte comme un enseignement qui s'intègre dans ma vie. L'intuition et le ressenti du moment se relient à mon cœur. L'écrit traverse ma chair, se fait corps, les mots deviennent parole qui se dit libre, par la poésie. Par elle, ce temps d'expression meut ma situation, témoigne de l'intégration de ma blessure dans un nouveau sens. J'arrive à habiter dans l'émoi ce qui me parle au-delà de ma raison. L'écrit poétique m'emporte vers ce qui demande mon retournement et mon entendement. Intuitive dans l'expérience, je me tais pour laisser parler et recevoir ce qui m'éclaire et me rassemble dans cette parole synthèse. Dans l'émoi de mon cœur, j'écris le Poème de l'Instant.

Poème de l'Instant

Consentement à l'amour
Je suis accueillie en mon cœur
Le Poème qui dit oui, oui à l'Instant
En la Flamme du Mystère, je reste
Communion à la lumière
Joie d'être célébrée à l'aube
Commencement
De ma beauté
Vie de l'instant
Unifiée

6.3 PORTRAIT SANTÉ : CONSENTIR AU DÉNUEMENT DE L'AMOUR ABSOLU

> *La santé est vécue comme une disposition qui nous donne une impression de nous-mêmes allant et nous portant en ce moment de la vie, là où nous sommes arrivés.*
>
> Bernard Honoré

Le premier tirage ainsi que le Tarot de Réciprocité m'ont permis d'intégrer une manière de rester dans le mouvement de vie créé par le chemin de parole et ses actes révélés : m'incarner, m'unifier et me réconcilier dans l'espace de la relation de l'écho du sens et de la signification des cartes. Les neuf étapes qui suivent ont émergé simultanément avec le premier tirage. Je prenais note à mesure que le processus auto-divinatoire se déroulait. J'ai appliqué cette manière de faire au deuxième tirage, plus comme une expérimentation que comme une certitude. Je me suis entraînée par neuf étapes d'écoute pour m'accompagner dans le processus auto-divinatoire. Par ce dialogue entre moi et l'autre, dans le temps de l'écrit, mon intuition éduque le chemin pour sortir du conflit intime de mon cœur et demeurer dans le mouvement de ma pensée. Un lien intime avec mon être qui calme mon esprit s'est tissé dans le respect d'une distance et d'un temps pour me ressentir dans l'émergence d'une part de l'Autre. Voici cette nouvelle toile qui illustre ce temps de réconciliation, ce qu'elle dénoue dans mon corps de mémoire, ma moelle et mon cerveau et la citation qui l'accompagne :

La toile : **Les Ancêtres**.

> Le corps sait dire Je tout seul. Il estime les écarts à l'équilibre. La cinesthésie dit Je toute seule. Elle sait que je suis dedans, elle sait que je me délivre. Le sens interne clame, appelle, annonce, hurle, parfois le Je. Le sens commun est la chose du Monde qui partage au mieux le corps. (Serres, 1985)

Pour la voir, je me recule et je donne du temps et de l'espace à mon interprétation. Pour le moment, je vous partage la discipline interprétative. Les sens du corps sont interpelés dans le geste de la relecture. Je me dépose dans la distance. Puis, une parole écrite suit chaque étape que je note en faisant. Je me partage à partir du vécu qui respecte ces actes de relecture d'un texte premier d'interprétation qui permettra une synthèse du sens et de sa signification. Un temps de résonance, entre moi et l'autre, s'éduque dans l'intention de reconstruire en moi les chemins d'une parole spontanée, émergente, créative et poétique. Textes d'un Je prenant corps qui s'écrivent après chacune des étapes suivantes :

1. Voir les couleurs et les formes concrètes de ce qui m'apparaît.
2. Ce que je ressens comme une résonance émotionnelle qui s'intègre.
3. Ce que j'entends de l'autre, écoute à ce que je n'écoute pas.
4. Mise en lien entre les cartes, dialogue et connexions interprétatives.
5. Le rapatriement de l'affectivité à ce qui est : nommer ce que je sens en mots.
6. Le silence permet l'émergence d'une spontanéité qui appelle à mon étonnement de nouveaux mots et mouvements des images.
7. L'intentionnalité du recul et d'une pause qui suspend le sens écrit et prend le temps de laisser venir.
8. Dans l'écoute, écrire un texte synthèse de manière à m'adresser sous forme d'oraison à mon âme et à ma vie.
9. Un texte de poésie qui remercie et qui me célèbre.

Dans l'intention d'être dans une discipline de parole et de résonance qui laisse se dire, être et vivre ce qui vient, je me suis amenée à éprouver ce que je dis, ce que je reçois et ce qui s'agit dans mon corps. La pensée fixée normative, évaluative et critique se délie et j'apprends à me dire dans l'émotion ou dans la découverte, dans l'esprit du jeu. Je vois mon état d'esprit changer comme dans des états vécus après des méditations, stages ou soins corporels quand je me rejoins dans mon être. Je suis témoin de l'espace lourd vécu dans la tristesse, le manque et l'insatisfaction qui s'allège. Je commence à comprendre les voies de sortie des mécanismes de la dépression et les habitudes et l'ancrage biologique du corps

face à la souffrance vécue. La vie qui me touche dans mon effort intime d'éduquer ma communicabilité délie mon corps de tristesse.

Je rencontre deux états de corps : la protection qui se délie et la vie qui circule. Tout au long de ma traversée vers mes peurs intimes, je m'accompagne par la respiration, la méditation et le mouvement corporel dans une gestuelle lente par laquelle je me lis dans mes fermetures et mes ouvertures. Par mon attention, j'assiste à la différence entre ce que je vis, ce que j'éprouve et la pensée du mental immobilisée par ma cognition qui ne comprend pas. Dans cette ouverture de l'intime à la présence, je vois que j'attribue l'absence, le vide et les mémoires d'enfant en désarroi aux mêmes signaux du corps. Quand la vie émerge et que le souffle de vie vivant m'allège, mon cœur prend une autre nature de conscience. Je me suis formée à libérer la voie de passage. Je m'accompagne. Quand ma cognition témoigne de la mémoire affectée du passé, c'est à un mouvement de naissance d'une nouvelle parole que je suis confrontée : émotion, pensée et représentation de mon existence. Ma relecture s'organise de manière à intégrer mes pratiques psychosociales et mon besoin de relation à l'autre et d'intimité pour pouvoir rouvrir dans l'advenir l'émergence de la femme autre, cette écoute qui s'agrandit depuis l'altérité du cœur, depuis la parole agissante.

Je découvre l'absence d'une structure d'action entre mon cognitif et mon corps, mon intuition et le mouvement de vie révélé au sein de l'écriture performative. L'image qui est représentative, puis ressentie dans le corps et transformée en mouvement qui me parle et me transforme, m'a permis de rouvrir tous mes espaces intimes fermés à l'autre. Dans le silence d'être invitée à me rejoindre dans un espace de relation, j'ai commencé à m'approprier intérieurement un dialogue intérieur soutenant ce qui se retire, quand je suis confrontée à l'autre. Je découvre mon impuissance devant ce qui n'a pas acquis la confiance et la sécurité pour être altérée par l'autre.

La parole née de l'écrit a construit cet espace de confiance à un espace de non-dit, de confusion ou de non-sens. C'est depuis cette force que je me suis redressée dans une

connexion nouvelle à moi-même, plus autonome devant l'autre et l'inconnu. J'ai commencé à me voir Autre, différente, à reconnaître ma sensibilité particulière. J'ai vu dans mon dénuement ma fragilité à recevoir l'autre. J'ai commencé à voir l'autre dans mon ouverture intime sur le monde, la nature et l'environnement. Jusqu'à l'été de la fin de mon parcours, je n'avais pas eu accès à mes mémoires… Dans ma peur habitée par les représentations de mon passé et par ma méfiance face aux jugements des autres, j'ai re-acté toutes mes ruptures, fait des choix de ruptures, puis j'ai acté ma révolte… pour apparaître telle que je suis dans l'espace de mon désir, là où je ne suis plus reconnue. Quand l'éclatement devient possible, quand l'autre me rejoint, je me lis (lie) à ces cartes qui m'ont unifiée et ces mots qui m'apprennent à demeurer en soin avec moi-même. Je les ai maintenant devant moi, toujours accessibles comme référence pour mon agir.

6.4 RECEVOIR LA VIE : COMMENCER À VIVRE LE DEUIL DU PASSÉ

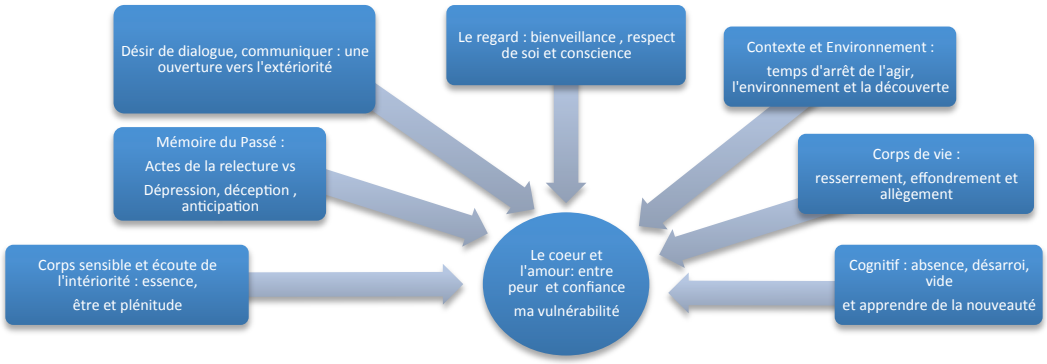


Figure 10. Entre le passé et l'avenir, une disposition face à l'advenir

Entre le passé et l'avenir, le présent m'habite dans l'écoute du cœur. Dans la figure ci-dessus, je rencontre tous les lieux naturels de mon attention pour aider mon corps à s'ouvrir à l'autre, à l'environnement et à l'information de la vie vivante et divine (être et plénitude). Quand j'y entre, la mémoire du passé se fait compréhension et conscience des moments qui émergent dans l'instant. Dans cette mémoire, c'est la reconnaissance de mon cœur qui est affectée. Dans cet émoi, une discipline de pensée s'accorde avec ma capacité à

accueillir comme souhait d'intégration de la représentation de mon expérience, au-delà de la sensation et de la perception. Les croyances et les illusions tombent comme une perte ou un deuil ou comme une libération des empêchements à l'évolutivité de ma vie. C'est finalement un espace de lâcher prise de mes protections pour rester dans cet espace, cette disposition à ce qui est, depuis ma vulnérabilité. Le temps donné à contacter en moi cette vulnérabilité appelle l'attention, appelle le don qui se donne naturellement dans le soin de la vulnérabilité de l'autre. Faire de moins en moins obstruction à cette conscience pour devenir de plus en plus la femme, qui je suis. Apprendre à aimer dans les lieux de ma fragilité.

Au début de ce parcours, je me voyais coupée de la relation intime avec moi, tout en me donnant les ressources d'apprentissage de base et de sécurité pour me donner la main, dans le lieu de la blessure de l'enfant (cf. la Carte du Mandala et Cultiver la gratitude). J'ai accompagné ce dialogue avec elle dans l'accueil des mémoires corporelles de mon histoire, par de nouvelles expériences et de nouveaux comportements sans me laisser toucher par ma vulnérabilité en relation. Quand ce désir profond, premier, de me retrouver dans une relation intime et amoureuse revient, je vois la demande impossible faite à mes relations et mes engagements. Quand je vois l'image du Phare, le combat avec les déceptions et la déchirure du cœur dans mes choix, le mouvement du désir et de l'amour, je comprends que je recherche un ancrage à mon authenticité : émotionnelle, réflexive, psychique et spirituelle. J'ai besoin de clarté et de conscience sur le sens de ce que l'expérience me donne à vivre.

En fin de parcours, les larmes me donnent à voir la pureté de ce que j'appelle. Depuis cette posture, je vois le voile tomber entre moi et l'autre, revoyant dans mon corps et dans l'histoire de mes relations ce qui m'a tout de même permis de me réapproprier en m'approchant de l'autre avec mon écart, avec ma culture, les origines de ma rupture qui font ma propre manière d'être dans mon corps, d'être reliée en primauté à la vie comme source de ma vitalité et dans mon esprit d'être en acte dans la place juste avec chacune de ces femmes : méditante, intuitive, artiste, muette, etc. Dans l'abandon à ce qui est, le sol et

mon corps me soutiennent dans l'étrangeté de mon regard avec elle, ce qui voit ce qui m'entoure, comme une invitation à leur réintégration, en une autre conscience de moi dans le monde. Le cognitif se présente comme étant en retard quant à la condition d'expérience de mon actuel : émotionnel, réflexif et identitaire. Je me souhaite dans ma poussée de vie, femme agissante, contenue dans ma passion, avec les autres, dans un contexte humain autre.

6.5 LA CASSURE : JE-NOUS

J'ai passé sous silence un évènement qui aujourd'hui se révèle à moi comme une révélation que je reprends ici. J'approchais de la fin de la relecture de mon parcours et de l'intégration des mois d'écriture. Le stress de me tenir dans la réussite et les déceptions reliées à tous mes contextes de vie me tenait dans un état de rébellion. Pourtant, mon être s'ouvrait à ma vie dans la profondeur d'une intimité avec moi-même que je ne connaissais pas. J'entrais en relation avec ma féminité : ma peur de me laisser aider et mon incompétence à m'abandonner à mon existence et aux autres. La réceptivité face à ma vie depuis ma solitude prenait une tout autre expérience de conscience dans la rencontre des autres. Ma méfiance à être aimée et ma maltraitance de me sentir inadéquate se mêlaient à une force déterminée à agir qui s'épuisait. Je me sentais à bout de forces. Je suis dans la joie de me ressentir dans ma vraie « moi », près d'une intimité et d'un regard qui s'ouvre dans la vastitude. J'ai pris la route du consentement pour apprendre à me réconcilier avec la vie et obéir à la tâche qui est mienne : l'acupuncture, et cesser la fasciathérapie le temps que ma colère se soulève de mon cœur et de mon esprit, le temps d'être touchée de mon don de soin, qu'il s'affirme de nouveau depuis un lieu de repos et de pouvoir toucher la vie et l'autre par mes mots. Enracinée dans le lieu de la blessure, submergée d'une violence souvent inutile en lieux inattendus, comment être autorisée à m'exprimer par les mots comme par la main dans la conscience qui s'éveillait ? J'ai arrêté, au risque de m'enfermer dans mon impasse et mes contraintes inconscientes. Dans la rencontre de la carte de la Femme Bassin de Montagne Noire, mes yeux ont vu, la vie s'est animée, mon esprit s'est

ouvert dans le lieu de la fixation de mes représentations. J'ai appris à laisser se mouvoir la représentation ancrée dans mon lieu d'absence au cœur de la biologie de mon cerveau. L'humaine et la divine se sont alliées pour voir le monde et parler. J'ai demandé à être aidée, à obéir à ma réelle vocation.

La vie m'a répondu. Ce jour-là, sur mon vélo, à contre-courant des voitures, j'ai eu la crainte d'être frappée et j'ai freiné. La chute, concrète et sans douleur, m'a fracturé la tête humérale droite. Au milieu de la rue, devant le monument de la femme lionne et le jardin de la bibliothèque de Rimouski, j'ai rapatrié mon bras vers moi et j'ai fait tous les actes pour m'abandonner dans mon ventre et mon cœur à ce qui arrive. Tout est devenu clair. J'étais profondément revenue à la conscience de moi-même, d'une enfant et dans mon histoire incarnée.

6.6 APPRENDRE À RECEVOIR ET ÊTRE AIDÉE

J'aurais souhaité parler de mes découvertes à mes alliées. J'ai reçu le lendemain un cercle de femmes qui m'a reliée à ma communauté pour m'aider. Pendant 6 semaines, j'ai été lavée, veillée, nourrie et aimée de chacune. Immobilisée, c'est au rythme de la guérison de la chair que j'ai appris à apprécier, à attendre la réparation de la vie, à me relire sans écrire, à écouter au présent ce qui arrive, à faire l'effort des rendez-vous et de la mobilisation puis du relâchement des contractures qui protégeaient la blessure. Concrète et réelle. J'ai commencé à apprivoiser le non-pouvoir agir et à agir par le soin à ma présence, au quotidien et à la nature. Le bras en fragilité et la praticienne en moi en total arrêt et au début de la perte consciente de son enracinement à Rimouski. Le deuil et la séparation au cœur de tous mes attachements, l'incertitude financière et l'écoute de moi-même sont devenus une expérience quotidienne. Je me suis vue dans le mécontentement au cœur de la grâce d'être entourée. Mon intuition devine le chemin avant que je sois prête. Je me vis au présent, je m'apprends à me vivre dans la mutation.

6.7 Responsabilité d'habiter l'entre : rupture-blessure

La mutation intérieure avait eu lieu. J'étais autre, dans la réception de mes instincts et de mes comportements familiaux. Dans la vulnérabilité, j'ai appris que je devais m'accompagner dans ce dialogue intérieur appris, pour me soutenir dans la relation intime avec mes aidants. Je devais m'accepter étrangère dans la non-reconnaissance et leur bienveillance. Je me rends compte que je suis garante de la rupture d'une manière d'être moi. J'ai commencé à vivre la joie de ma retrouvaille dans l'angoisse des changements et de la réactualisation de mes conditions de vie réelle. Le lieu de la blessure, c'est le lieu qui crée la rupture entre l'intimité qui me relie à mon sentiment de moi-même dans le corps, la vitalité qui soutient mon agir et l'état de mon esprit face à ce qui arrive. Je connais cette blessure qui affecte ma relation aux autres.

Pour me soigner, je me suis retirée le temps de retrouver les repères de la femme autre que je devenais. J'ai cessé de m'engager à me vivre avec les autres depuis la guérisseuse, pour la redécouvrir en moi et pour moi, pour tendre à rétablir une unité et me comprendre, en moi, dans cet état d'unité. C'est à cette condition première de la conscience de cette découverte que je peux être dans le soin de cette rupture par la relation soignante à ma vie. La responsabilité d'habiter dans la traversée de la rive par nécessité et l'acceptation de mes conditions corporelles, physiques et psychologiques m'ont appris à écouter les contours de la blessure psychique réelle, issue de mon histoire. J'ai commencé à rompre mes ruptures de présence avec ma famille, mes liens et les territoires de mes origines. J'ai pris contact avec les hôpitaux, les cliniques, le co-voiturage, le milieu de l'acupuncture, la ville de Montréal et de Québec. Une lente retrouvaille avec moi-même, une réflexion constante avec le réel que je vis, avec les autres et le monde.

6.8 Blessure et contexte à transformer

Mes difficultés cognitives m'avaient permis l'apprentissage de l'écoute du silence dans la nature et dans l'oraison, comme lieu d'attention au cœur. Dans la thérapie et le

dialogue avec mes accompagnateurs, quelque chose avait pu se dire, me parlant de ce que je n'écoute pas en provenance de mon cœur. La peur des représentations et des jugements éprouve mon estime de moi et mon humilité à m'apercevoir que, malgré mes efforts à coopérer dans ce dialogue, rien ne bouge dans le lieu d'un agir du corps. Je ferme avant de pouvoir répondre. C'est en allant contre ces mécanismes de contre-volonté au sein de la relation intime que je m'apprends à coopérer avec moi-même dans l'espérance continue de faire de mes relations futures la possibilité d'un engagement réciproque. Je comprends que si je persiste à rester dans ce lieu d'immobilité, je consens à la limite de ce que je ne peux pas accompagner seule. J'ai besoin de l'autre, comme la parole a fait pour moi, pour continuer d'apprendre à m'aimer comme je suis depuis la blessure, dans des contextes apprenants.

Quand je vois les fruits récoltés dans le défi de me maintenir dans le processus de fin de cette recherche, j'apprends à apprendre par la joie. Je vois les pas de dépassement et d'autonomisation. J'aperçois, dans le temps écoulé pour me mettre au monde, le rôle de support joué par le lien à la recherche écrite, posture qui se réactualise dans mon quotidien depuis deux ans.

Je comprends que la confiance dans l'apprentissage du corps, à mieux me communiquer et rester dans les conditions de dialogue et de relation avec l'autre est possible. J'ai apprivoisé ce que je suis avec plus de conscience, prenant soin de mes limites, comme de mon désir de me retrouver dans un contexte qui me relie à un sentiment de communauté, de partage et de transmission au sein d'un cercle humain et vivant. L'isolement appartient à la femme que je deviens tout autant qu'à celle qui se quitte. Je suis dans la responsabilité de répondre à mon besoin d'interaction et de faire vivre à d'autres les chemins de parole et de création qui me permettent de me vivre dans un sentiment profond d'expression de moi-même. Prendre le risque de la blessure relationnelle devient un choix, celui d'aider l'autre à me comprendre comme moi je me comprends. C'est ce que j'entends par « me donner les conditions nécessaires pour rester en dialogue » avec moi-même et avec l'autre. Ce qui me fait voir mon ancienne manière de faire qui me maintenait dans un

lieu où je ne suis pas en mesure de confronter la surprise de me voir tout autre. Je m'oriente dans le choix du mouvement de mon désir d'accompagner l'autre pour éduquer mon regard, dans le respect de mes limites et des actes possibles. Dans cette intention, je comprends ma retenue dans l'espace du soin où je prends soin de ne pas reproduire la blessure chez l'autre. Pour me reconstruire une nouvelle existence dans une nouvelle posture face à mes valeurs et la vie, il me faut éduquer cette retenue pour qu'elle puisse se communiquer sans se transmettre, comme un lieu de réciprocité. Je me mets au défi de dépasser la limite que moi-même je m'impose.

6.9 PRÉSENCE OUVRE AU DÉSIR

Pendant que j'écoute le texte, il faut que je fasse l'effort de me lire comme si ce n'était pas moi qui s'écrivait. Je reconnais le lieu de la blessure cognitive et comportementale. Le lien demeure difficile, je n'ai pas l'expérience de pouvoir être dans l'espace d'être rejointe, en présence. Ce matin, en me réveillant, j'ai ressenti un moment de présence et d'intégration de toutes mes pratiques : l'acupuncture, le tarot, la fasciathérapie, la nomade, la peintre et la poète qui découvre le monde de ses yeux... Ce sentiment d'intégralité m'est venu dans un lieu où il n'y a plus de pensée, comme un vide ou une vacuité. Je suis dans l'acceptation des contextes que je m'offre. Je fais ce soin au geste du cœur, donné pour m'apprendre ce qui fait valeur pour chacune de mes forces agissantes. Ainsi, pour l'acupunctrice qui acte par intention de laisser l'esprit du cœur s'enraciner dans les lieux de vie ou pour la fasciathérapeute qui ressent l'harmonie de l'unité qui se crée dans le corps, je reprends ces orientations dans les tissus ou ses mouvements. Pour la main qui touche ou pour le cœur qui écoute, je m'ancre dans ma présence à ma vie, dans ma verticalité. Dans le geste simple de l'aiguille qui s'insère, je m'incarne dans ma vie, dans le lieu de dialogue avec l'autre dans lequel j'agis dans l'altérité des cœurs, là où l'altérité vient sans avoir besoin de l'abandon de la présence de moi et de l'autre en tant que singularités.

6.10 La Pratique : l'autre, le patient

Dans la joie d'être dans mon authenticité, je retrouve le cœur d'enfant qui ressent la souffrance, la douleur dans la demande de l'autre et l'appel à adoucir le corps dans l'évidence de la bienveillance de la vie intérieure. C'est à cette demande que je me suis formée à répondre dans le geste. Dans cet élan me vient une responsabilité continue de grandir depuis une autre femme qui sort des vêtements du deuil pour être dans la rupture d'un mode de penser, nécessaire à la conscience plus mature de mon engagement à m'affirmer dans ma présence à ma vie. La notion de rupture devient un acte de liberté pour qu'il existe une véritable altérité. Une rupture avec tout ce que je connais, qui est distance avec moi-même, détachement de ma manière d'entrer en relation avec la souffrance, avec une vision du monde et de la culture. Dans cette rupture, un espace de vie s'agrandit qui permet la communicabilité, autre, presque avec mes propres cellules. Dans ce qui me tient à distance de l'autre, je m'approche d'une rencontre qui assume ma solitude et libère l'autre de mes attentes. Je constate que ne pas consentir à cette rupture re-crée en moi la perte d'un dialogue neuf et constructeur qui risque la nouveauté et l'inconnu qui m'altère. Ne pas me nourrir de ce dialogue et ne pas me laisser être affectée par le monde font obstacle à ma relation avec l'autre et avec ma propre altérité.

6.11 Ma nature, la réciprocité et le don

Après la rupture avec mes anciennes manières, je découvre le lieu de réciprocité qui m'avait formée à mon don, celui qui avait fait naître en moi l'élan et l'amour de la vie et de l'autre. Je me demande alors si je ne suis pas quelqu'un d'une autre nature, différente de la nature de l'autre. La relation s'y transforme. Je me vois dans mon détachement de ce que je crois de moi, dans une plus grande liberté à être et j'ose me risquer dans la parole qui cherche à naitre. Par ce que je tais et que j'oublie de ces mémoires et de cette histoire de vie, affranchie de ce qu'elle tenait par vérité, je me donne à vivre un nouveau sentiment

d'existence et une vérité originelle perdue et occultée par un imaginaire qui faisait obstruction.

Depuis mes limites actuelles, je me sens au défi de créer des contextes parce que ce que j'ai appris m'invite à m'acter. Actuellement, dans mon travail de soignante, je me rends compte que je suis plus invitée à me vivre dans la réceptivité, et non plus dans la simple réciprocité. Je constate que je veux me donner dans un acte de relation qui invite la passivité de la part de l'autre à s'agir pour sa propre vie. Il s'agit d'une sorte de réciprocité nouvelle dans ce contexte. Il s'agit de comprendre et de savoir que chaque personne est, par sa confiance en mon action soignante, une responsabilité de me vivre dans ma gratitude pour la discipline et la formation à la vie qui m'a fait devenir celle que je suis.

6.12 LA MUTATION : DIGNITÉ, COOPÉRATION ET AUTONOMIE

J'ai devant moi la responsabilité d'avoir conscience de ma vie présente dans la vie, même si la personne soignée n'en est pas consciente. Je peux tenir un regard de dignité sur la vie généreuse que j'ai oubliée en ma propre ignorance. Je vois que je suis en coopération avec l'autre pour le maintien et l'évolutivité de sa vie. J'ai peur de perdre l'attention à ma présence consciente dans cette vie qui est présente même à mon insu, même quand je ne suis pas consciente. Je cherche les voies d'autonomisation autant pour moi que pour l'autre, sachant que je ne fais que potentialiser dans l'autre l'espérance de son propre retournement. Par contre, je ne peux plus continuer dans un soin qui me morcèle dans mes disciplines apprises. Je me sens convoquée à me disponibiliser à un accompagnement plus intégral, plus en profondeur, plus près d'un devenir qui accompagne l'individu à s'accueillir dans son humanité. À partir de mes pratiques multiples et de mes découvertes, je m'invite à apprécier la valeur du lieu de l'agir. Un agir qui fait agir des lieux de retrait et de créativité qui permettent le recul et la relecture nécessaire à l'intégration du temps de la vie, à l'image de ce temps écoulé dans mon parcours de recherche. J'ai besoin d'explorer le lieu à partir

duquel je peux accompagner autant le corps que la vitalité et l'esprit, à partir d'un engagement envers le développement de nos autonomies respectives.

6.13 ASSUMER LA TRANSFORMATION

Dans la discipline du soin, je comprends que mes 22 ans de pratique créent une expérience acquise dans laquelle je vis de l'ennui dans la répétition et dans le manque de nouveauté dans l'apprentissage. L'apprentissage est possible quand je veille à me relier à une nouvelle dimension de soin et de responsabilité face à la demande et la gratitude pour cette médecine efficace dans ses réponses aux différentes problématiques de santé. L'acupunctrice est une intervenante de première ligne et je récolte depuis là la facilité et la plus grande simplicité de la personne que je deviens à être en présence et dans l'agir dans le meilleur de mes connaissances intégrées.

Par contre, la mutation intérieure provoquée par le processus de recherche m'ont offert des chemins de communicabilité qui reconstruisent la confiance dans ma capacité à apprendre. Je découvre la personne Autre que je suis devenue, en quête d'expressivité et de créativité. Quand je constate que la difficulté cognitive m'empêche d'organiser toute la connaissance que j'ai apprise, je comprends la difficulté à me structurer dans de nouvelles propositions. Je n'ai plus à supporter les lourdeurs de l'interdit et de la répression de la parole sous prétexte d'un diagnostic de difficulté cognitive. J'avais perdu le goût de me renouveler à cause de mes difficultés à me comprendre dans mes dynamiques relationnelles. Par conséquent, j'avais délaissé le besoin d'apprendre et de me faire aider. Du même coup, je me coupais du lieu de ma propre intégration. Je ne me consentais pas dans mon intégralité par mon insistance à toujours me voir dans le lieu de ma blessure relationnelle. C'est comme si le diagnostic de mes troubles de cognition m'avait limitée dans mes possibilités d'intégration. Cette image de moi-même, créée par la parole de cet autre, professionnel du soin, m'a coupée du lieu de mon auto-reconnaissance.

Par ce parcours de recherche, je vois la possibilité de réussir à m'éloigner de l'étiquette confuse médicale, pour me soigner et retrouver ma vitalité et les gestes qui reconstruisent mon intégralité. J'ai vu le mépris fait à mon intelligence intuitive et ma capacité à transmettre ma connaissance. J'ai besoin, depuis l'agissement sur ma santé intégrale, de créer les conditions de vie nécessaires pour créer et de continuer à me créer au sein d'un nouveau pouvoir d'agir. Je n'avais jamais eu la confiance dans mes capacités cognitives, mais plutôt une méfiance renforcée par mes échecs de parole et la défaite face à de mes défis. Je quitte ce temps d'inaccompli pour organiser autrement mes compétences héritées de mes différentes disciplines. Je sais que je ne peux pas me fier sur ma mémoire pour faire ce travail d'intégration ; par contre, j'ai compris que l'accueil de mon histoire et de la conscience intégrée du chemin de mon parcours de recherche, dans l'écoute que je me suis donnée et que j'ai reçue, mon corps et sa réponse ont beaucoup changé. J'apprends à m'appuyer sur mon intuition, sur mes compétences d'artiste, sur ma créativité, sur mes désirs de faire exister ce qui a besoin de s'intégrer, pour faire contrepoids aux faiblesses d'une cognition qui oublie. Je vis des moments de nouveauté réelle dans ma présence au monde. Dans l'étrangeté du moment de vie qui m'amène à Québec[17], je perçois le geste d'une maturité post-mémorielle qui prend le temps de s'intégrer en moi sous le regard de l'autre. Ma vulnérabilité se réinvite dans un lieu où le risque n'est plus un lieu de rejet et de peur, l'enfant blessée s'invite à rejoindre la femme des soins dans le sentiment d'être UN.

La Parole perdue, à entendre au Féminin.

[17] Depuis mai 2017, j'ai accepté un remplacement de congé maternité pour un travail en acupuncture à Québec. Je découvre que, par cette opportunité, je me retrouve au centre des trois régions que j'ai habitées : Repentigny et Montréal, mes villes d'origine, le Lac Saint-Jean et Rimouski.

La grâce dans la Rupture

Par toi, j'ai entendu ta Parole.
« L'heure de la fin a sonné, débute ton aube »
Dans la continuité détournée, je riposte
Séparée par ma fermeture, je t'entends
Tu me tends la main par l'écho de ta colère
Atteinte, la dureté de ma violence a répondu
Attaqué, tu as traduit ma propre désolation
Dans ton écoute, je me vis cette autre persécutée
Vers toi, la Femme relève les yeux
Je vois au-delà de nous
La grâce s'est animée
Mon Visage révélé
La vie a parlé.
Touchée. J'attends.
Je me relie à mon être
Toi au lieu de ta demande
Je me dépose à la limite de l'aube
Laisser venir ma présence, à ma demande
Je me retire dans mon écoute
Dans la rébellion, mon être enfant
Mon âme, ma profondeur.
M'entendre dans l'écho de L'Autre
Je reçois le sens de mon chemin, ma vocation
Ma vulnérabilité, mon courage, ma délicatesse
Délogée de ma marche souffrante
Vivre ma danse
L'appel à mon repos.
Apaisement du passage de ma vie
En cet être qui nous soutient, contient
Porte de mon souffle, je respire dans l'amour
Mon corps pardonne, mon cœur qui s'abandonne
Ma vie s'ouvre rivière, torrent dans mon désir ardent
Poursuivre mon chemin, partir à ma rencontre
Dans le corps du Monde.
M'aimer pour t'aimer.

Ma blessure du cou à la naissance me fit Muette.

Sensible dans mon écoute, invisible, ma Nature
Ce corps de Silence m'offre dignité et beauté
Douceur et sensibilité, ma chair divine
Fragilité de mon humanité
Par elle, Intelligence intuitive
Apparaître pour être
Parler pour m'offrir

Au début,
Ouvrir mes Yeux
Voir le Monde
Écouter
L'écho de la Vie

Entendre et rapatrier
La résonance qui me touche
Vivre ma réciprocité au sein de mon être
Écho qui se fait mot, sens à ma chair douce ou douleur
Souvenance d'alliance, mémoires intimes
Un lien se tisse avec toi, tu es accueillie, ma précieuse.
Depuis le geste de ma main, sagesse de l'abandonnée
Je donne sens à l'incomprise, voix à l'indicible
Relié à ton cœur, l'être ému me relie à ma pensée
J'agis depuis mon attention à ta vie
La vie me fait amoureuse, plénitude
En tes lieux d'absence, notre rencontre
Présence de la grâce reçue
Ma mémoire de vie s'écrit, avec l'autre.
À l'aube, une Joie, un cri d'existence.
Je nais

Mon Oraison sur Terre

Dans ma douleur d'enfant,
recevoir tes larmes, mes larmes
Lavée et recueillie, en ton don
Connaître ton accueil à ma vie
Toi l'océane, dans mon désert
Source de vie, mon miracle
J'y fonde ma gratitude
Naître dans ta transparence
Devenir bienveillance, pour toi.
Je suis le Visage, agi dans ton amour
Féconder, par généreuse régénération
Naitre femme d'expression créative
Je suis nouvelle en ma différence.
Consciente de ma Féminité
Je porte ma qualité d'être
vers l'Autre, autre

À Rimouski, j'ai rencontré l'autre qui me forme
Ma quête d'un lieu acceptable se termine
Devenue, agrandie par le sens du toucher
Ma blessure du cœur se fait demeure
En mon humanité, désir de continuité
Ma mémoire, histoire réconciliée
Sédentaire, je suis partie,
Nomade, je suis partie
Vers toi, vers le monde
Veillée et Redressée
Je suis ma destinée
Le Phare allumé, pont éclairé
La rive se traverse, sans cesse
Me protège dans mes limites.
Force de vie de ma réflexion
Image qui fonde ma vie
Ma valeur et ma santé
Mon contexte de vie
Existence située
Cœur unifié

Vivre pour faire par-don
Acte de rédemption
À l'abandonnée, l'enfant retrouvée
Face à mes révoltes,
Je suis ma conséquence
Ma possibilité de relation
Sentiment de calme
Sur le chemin
Prendre conscience
De l'aspiration de mon cœur
De l'inspiration qui suit le détachement
Affectivité qui rompt avec mon jugement
Ce que je fais et que j'acte aime le temps
Écoute, à ce que je ne connais pas
De moi, de nous, du Monde en mutation
Mon cœur contient toutes ces femmes
Engage-toi, vers elles, transmutation
Ouvre à ton désir
Manifeste ton incarnation !
Pratique ce dialogue à l'inconnue
Qui se dessine au centre de la déchirure
L'ouverture de ma passion, de ma cognition

CONCLUSION
POUR ROUVRIR LA NOUVELLE HISTOIRE

> Le sujet reçoit aussi de l'autre ce qui l'affecte, la capacité à « sentir avec » qui est aussi transformation d'une vision du Monde. (Levinas, 2004, p. 114)

Voir les faits de l'histoire passée, accomplir par un nouveau regard (Jaune). Les apprentissages.

J'ai choisi de partir, pour vivre mes études, ma vie de praticienne et mon besoin de relation avec les autres. Quand je suis retournée voir la maison et la rue de mon enfance, j'ai compris que le passé n'était plus, il n'y a pas de retour dans un chez-soi en attente ou un sentiment d'appartenance. Dans la rupture, j'ai perdu la mémoire d'origine. J'ai reçu dans mon parcours de recherche les questions qui me rapatrient dans mon errance et mon sentiment identitaire éclaté. Qu'est-ce que je veux dire ? Qu'est-ce que je fais quand je fais ? Je me suis entendue dans ma pratique d'acupunctrice par les mots et la construction d'une présence attentive à l'autre et au silence. Pour contenir l'intensité qui m'a agitée, j'ai appris à écouter et, par le toucher, entrer dans l'apaisement d'un corps qui se fait demeure (la maison et le ciel jaune). Ma conscience éclairée, je suis arrivée dans mon écart entre mon corps aimé, mon désir d'agir et ma pensée agitée. Dans mes déchirures, j'ai voulu donner parole à mon histoire, l'entendre au féminin. La femme que je suis porte la douleur de mon cœur, le travail d'une conscience de soi dans la solitude et d'un rapport à l'autre à reconstruire au sein de ma présence. Sur le chemin de l'incarnation, j'ai appris à éprouver

la blessure, tisser le lien à ce qui arrive dans le processus d'avancer dans la recherche, les événements de mon contexte et ma manière de reconstruire ma communicabilité, comme manière de me réconcilier avec l'autorité des mots, l'incertitude du geste et l'intentionnalité de mes mouvements. J'ai ressenti les effets de ce que je pense, de ce que j'écris et de l'autre qui me parle. J'ai vu que je manquais de respect (à moi, à l'autre) dans la violence de mon mépris. Alors, je consens. Me sentir avec.

Au sein du conflit intime de mon cœur, j'ai appris à être accueillie par l'écho de ma vie dans ma propre chair. La mémoire du corps touché (dans le soin) révèle à ma conscience mon histoire. L'image du Phare me renvoie à la joie de m'incarner dans l'espace de la relation à l'autre. J'ai eu besoin de rapatrier ce que je vis dans mon histoire et ses différents territoires. J'ai vécu de me recevoir, recevoir l'Autre. Dans le temps donné à voir, distinguer et comprendre les contradictions, une distance et un espace autre ont pris place. Dans la confiance du lien d'écoute, j'ai commencé à percevoir les contours de ma présence, de mes pensées et de ce que je vis (amour et désir) dans mes différents contextes. L'espace de l'*entre* est un lieu de rencontre avec une femme inconnue qui apprend à s'écouter, comme un retournement vers soi-même. Ce dialogue s'est établi dans un geste de soin pour éviter la fuite, le jugement et la condamnation qui se vit et s'acte dans la maltraitance reçue et auto-infligée. Je commence à m'entendre et à reconnaître la force de mon argumentation et les mécanismes de l'égo destructeur, au moment du refus, des limites et de la déception de mes attentes. J'écoute mon cœur dans mon impuissance de manière à apprendre à donner de l'espace d'écoute et d'accueil à l'autre qui m'écoute. J'assume ce qu'il me dit : « je n'existe pas [juste] pour toi, pour toi, je n'existe pas ». C'est vrai, je ne voyais plus. Je ne me voyais plus. Je nous perdais de vue. Je n'écoutais plus. Je me refermais sans autorisation à exister dans l'espace de la relation. Aujourd'hui je me souhaite d'apprendre à m'offrir pour me connaître.

Les mécanismes de la dépression : un dépassement

Comme au début et à cette étape de fin de la recherche, je dépose (ma) mon mémoire dans la reconnaissance de ce qui m'y a conduite et m'a construite, jusqu'à l'épuisement de mes forces de vie, malgré mon rôle de soignante et mes pratiques de soin. Dans le relâchement des peurs et par les larmes de deuil face à ce que j'ai pu accomplir dans le temps, je me laisse voir dans l'énergie que j'utilise pour me protéger et contourner mes voies « dépressives ». Les mécanismes de représentations et de reconnaissance m'ont ancrée, tôt dans mon existence, sur un socle de vie cognitive et affective manquant à ma compréhension, socle sur lequel j'ai acquis mon parcours de soin. Dans ce temps de rapatriement de mon histoire et de mon écoute de la peur de perdre l'autre, une relation à cet autre s'est fait apprentissage de la confiance et de la sécurité, pour apprendre à me tenir, en sécurité, dans la réactivité mémorielle de mon corps et dans mes prises de conscience. À la fin de ce parcours j'apprends à voir la source de la dépression et des chutes de motivation, celles « ignorées » ou cachées dans la honte.

> L'identité de l'oppresseur devient l'instrument d'une authentique révolution lorsqu'elle est l'objet, non de la convoitise ou de la vengeance, mais de la réflexion de l'opprimé, de celui qui *n'a pas voix* dans la Cité. Lorsque le je dominant et la loi qui fonde son règne, deviennent objet de l'écriture pensante de l'autre, il se produit dans ce texte transgressif une révolution sémantique, autrement dit une révolution éthique. (Lejeune, 1979, p. 46)

Quand les parts rebelles reviennent, je me rappelle tout l'effort appris pour donner de l'autorité à ma pensée et rester dans le mouvement d'écriture. Je donne la place à ma part intuitive dans mon cœur et mon corps. L'existence s'éclaire de ce dialogue que je peux créer entre mon intimité et ce que j'aperçois de l'état du monde et de l'autre qui soulève mon refus de participer. Dans la limite de mon cœur à intégrer la souffrance de l'enfant (les défis d'isolement que je me suis fait vivre), je peux devenir l'auteure de ce qui m'emmure ou la voix d'expression de ce que je vis pour me découvrir, autre, dans mon désarroi. Par moment, c'est face à l'autre que la pensée destructrice revient, comme avec moi-même quand je perds confiance en ma capacité d'agir ma vie.

Dans l'expérience de fermeture, j'ai réussi à envisager l'état de vulnérabilité et de fragilité et, à partir de là, créer des voies de sortie de la souffrance. À chaque étape de fin de la recherche, je vis la sensibilité du corps comme mémoire qui s'active. Je reviens au présent, avec une parole de vie, dans l'expérience nouvelle du deuil, de l'illusion et de l'imaginaire qui crée l'image de mon devenir. Ma responsabilité est de voir que, face à mon souhait de vivre à l'écart de la douleur, je n'écoute pas ce qui peut être accueilli dans mon humilité à apprendre comment faire pour veiller à la protection de ma santé mentale.

J'ai appris à aller dans mes abîmes, le temps d'une écoute pour le rapatriement de l'enfant que j'étais, le temps de le confier au plus grand que moi et à la grâce de mes impasses. La confiance de la vie qui s'y donne me ramène à ma clarté, l'intuition y prend sa source. L'obscurité porte sa lumière, son autorité à me demander de faire confiance à la nature humaine et à la vie qui me lie d'appartenance à l'origine de l'humanité (la carte Champ libre). Je suis alors solidaire et participative, choix de revenir pour agir à partir du relâchement. Je m'appelle dans la relation depuis la confiance en ma vie. Ici, j'invite ma lecture de Jean-François Billeter, qui me parle du paradigme d'intégration :

> La dépression fournit la preuve a contrario. Lorsque mon activité se mue en souffrance parce qu'en elle des forces s'opposent et se paralysent, et que je réduis mon activité pour diminuer la souffrance, je m'enferme contre mon gré dans une sorte de temps immobile qui est une torture. L'adaptation ne se fait plus. Les changements qui se produisent au-dehors me terrifient parce que je n'ai plus la capacité de les absorber. Quand plus tard les forces qui me paralysaient se relâchent, que le mouvement renaît et que l'intégration reprend, bref : quand la vie recommence en moi, le temps reprend son cours et s'ouvre à nouveau sur l'avenir et l'inconnu. (Billeter, 2112, p. 97)

J'aime me rappeler que consentir à l'ombre comme à la lumière, c'est une rencontre dialogique entre l'amour et le désir, entre l'anima et l'animus qui dépasse mon individualité. Dans cette universalité qui nous relie, je peux continuer de vouloir dire, désobéir à ce que je refuse ou entrer dans une obéissance créative, terme choisi par Jean-François Malherbe (2001, p. 19) et suggérer de suivre la norme avec toute la justesse que confère l'intelligence profonde, non seulement de sa formulation, mais aussi de sa raison

d'être et d'oser transgresser la formulation au nom de la raison d'être. Par ma raison et mon intuition reliées, j'apprends à sortir du jugement. J'apprends à valider les ancrages de mes choix personnels, à décider des lieux de confiance qui portent autorité. Au-delà de ma peur, de mes besoins personnels et de mes ignorances, je peux décider de quitter les habits de deuil de la vie de femme qui n'a pas eu lieu, pour devenir la femme que je ne connais pas dans l'assumance de ma différence, mon authenticité et ma créativité.

Le cercle humain, la traversée de la rive vers le monde : les limites de la recherche

Cette démarche, malgré la communauté d'accompagnateurs et d'amis présents pendant mon parcours, en est une à la première personne. Une telle démarche a ses limites. Je sais qu'elle est intuitive, exploratoire, qu'elle ne porte pas d'acte en action avec l'autre, et qu'elle ne peut se comprendre qu'à partir de ma propre singularité et de mes propres particularités.

J'ai besoin de l'autre pour découvrir le respect de ma limite et celle de l'autre. Ce mémoire de recherche m'a permis le soutien intérieur pour m'avancer dans la traversée de la rive qui m'a conduit cette fois à pratiquer l'acupuncture à Québec. C'est dans la réception de ce mouvement de vie que j'apprends à me transformer dans la distance et dans un nouvel ancrage dans le territoire du Québec. Dans cette transition, je me suis invitée dans la mise en acte, en m'appuyant sur les pratiques créatives, artistiques, d'écriture et sur les mots intégrateurs de mon mémoire. Je m'appuie sur l'expérience qui me bouleverse, qui ébranle ma conscience. Je vis la réintégration de nouvelles ressources pour comprendre l'intégrité et la dignité d'être femme. Les résultats de ce *passer à l'acte* ne peuvent pas être contenus dans l'espace de ma recherche.

Dans cette même intentionnalité de mise en acte, j'ai fait la découverte du théâtre DyoNises de Vitor Pordeus[18], docteur et acteur. Par cette pratique, je vois mieux les effets

[18] Le Théâtre DyoNises met de l'avant une approche d'accompagnement thérapeutique des personnes ayant des troubles cognitifs. Il s'agit d'un collectif dirigé par un médecin chercheur brésilien, Vitor Pordeus, formé en immunologie et en psychiatrie transculturelle dans le cadre d'un projet de recherche au Doctorat à McGill

de mon parcours de recherche. Le contexte et la méthodologie que je me suis donnés m'ont certainement permis de me lancer dans cette nouvelle expérience, mais elle ne m'aurait jamais permis d'intégrer cette expérience à l'intérieur de mon mémoire. Par le théâtre, je suis capable de rejouer les scènes de ma vie, les difficultés à m'intégrer dans la relation aux autres et de reconnaître le sentiment de l'enfant. Il s'agit peut-être d'une manière autre de parcourir le même chemin. La réponse à cette possibilité rencontre les propres limites de mon cheminement de recherche.

Quand mes particularités cognitives font obstacle à la compréhension de ce que je vis, je peux prendre distance par la couleur, par le dessin et par l'écriture pour passer d'un état d'incompréhension à un état d'auto-divination. Dans les étapes interprétatives de la relecture du Tarot, je reviens à l'écoute de ma mémoire qui acte ce qui me parle et qui vient me faire comprendre l'état de séparation. Je reprends alors le chemin de mon unification à la totalité. Dans l'accueil de mes mémoires et dans l'écoute de mon histoire, une conscience inconnue s'ouvre dans l'expérience. La force de mon être grandit et ma santé s'éduque par le soin des conditions nouvelles de mon existence. Dans mon choix spontané d'aller à la rencontre de Vitor et de son héritage du Brésil, ses chants et ses danses, la joie du rituel, j'ai rencontré l'esprit de Dyonisos et les rituels qui éprouvent ce que je pense et ce que je vis vraiment dans l'espace de la relation, de la nature et du sacré. Une limite que ma recherche n'a pas pu franchir.

La femme soumise et intuitive dans son geste se meut dans ses états de négation. Je tais la souffrance dans l'agir du moment, d'instant en instant, pour prendre soin de moi et de l'autre. Le miroir est juste, l'écrit me porte. Je sors de ma répression pour habiter la valeur de mon être, celle que je suis. Je rétablis dans l'expérience l'intime et dans le cercle des acteurs le monde et la culture dans une action actant moi et l'autre en simultané. Dans l'acte que j'ai pu habiter par ma relation à la performativité de la recherche, cette dimension

---

en psychiatrie sociale et ethnoculturelle. Participer à cette expérience m'a comblée à souhait d'ouvertures et de retrouvailles avec mon humanité.

d'acte avec l'autre est absente. Une nouvelle mémoire de vie se confirme. Dans le dehors, j'entre dans mon agir par la validation de ma parole, du geste et du ressenti intime.

Pour continuer ma vie, rouvrir l'histoire nouvelle

> Je viens conclure pour arrêter de m'exclure du monde et prendre soin des conditions de mon intégration. Je m'offre une présence autre.

L'artiste, l'intuitive et la soignante font partie de l'écoute de mon cœur. Je retrouve le contexte de la praticienne dans la responsabilité de passer de l'état d'ennui de ce qui est acquis à l'état d'ouverture aux possibilités nouvelles d'action, d'être et de vie. Je m'engage avec l'autre, sa situation et les différents cycles de la vie qui nous affectent.

Ma nouvelle vision du soin a besoin de temps d'intégration, par la mise en acte d'une nouvelle pratique. L'écriture du mémoire m'a permis d'identifier et d'acter des gestes neufs. Les intégrer exige de moi la discipline à faire de la vie une préciosité du présent : le seul moment dans lequel je peux vivre et offrir ce que je suis devenue.

Dans ce besoin de dialogue et d'agir, je peux ajouter les pratiques créatives et intuitives qui sont nées du mémoire. Elles me demandent d'assumer mon héritage familial, comme expérience ayant affecté ma santé mentale. Je reconnais comment ma résilience fut un chemin du cœur qui porte mon chemin vocationnel de soin. Mon désir de rencontrer des alternatives à me relier dans plus d'humanité et de temps de vie est partagé dans une conscience plus près de l'autre. La figure du cercle s'avère nécessaire pour rompre l'isolement créé par l'individualisme de notre société nord-occidentale. Sortir de mon mépris face à ma culture commence par décider du courage nécessaire pour me dévoiler dans mon authenticité, dans l'accueil de ma différence. C'est de l'ordre de l'accueil intime de l'enfant, par ce sentiment d'avoir trouvé les mots justes pour raconter son histoire. Dans ces mots, je retrouve le calme et le sentiment d'unité entre mon cœur et mon esprit. Je prends conscience que par la pratique de l'acupuncture, j'accomplis la tâche de m'habiter, dans un cœur apaisé, entre ciel et terre, à l'écoute des autres.

J'ai augmenté ma capacité à vivre mes deuils. Je découvre que la force du consentement à assumer le réel me permet d'affronter cette partie de la nature de la vie qui contient des parts de mort : choc, traumatisme, maladie, tourmente angoissante. Mais aussi qui contient des parts de vie : joie, jouissance, chantante et dansante. Le corps délié de ses enfermements me permet de puiser en moi la force nécessaire pour me reconstruire dans un commencement neuf de vie, sachant que les difficultés qui se représentent dans chaque réel engagement à ma vie ne sont que les manifestations de la Vie elle-même. L'apprentissage est inachevé et je saisis à deux mains le défi de prendre ma responsabilité d'agir la vie que je souhaite.

Me dépasser à partir de mes limites : (Un) une mémoire en acte

Je suis dans l'ouverture de la continuité. Un vaste champ d'exploration s'ouvre à moi dans l'expérience du Théâtre DyoNises. Mon rêve premier et mon appel d'âme demeurent ceux de me relier plus intimement dans ce Je qui se redresse pour m'adresser au Nous. Ce Nous qui se forme dans mes cercles et peut-être dans une communauté humaine plus vaste qui me relie à des valeurs communes. J'ai besoin de mon regard relié dans la sécurité d'un lien avec mon authenticité pour me vivre dans l'artiste que je suis, par la pratique de peinture, de la poésie et nouvellement du théâtre qui poursuit mon souhait de m'apprendre une plus grande coopération avec les autres, à me découvrir autre dans l'espace rituel et la relation aux différentes cultures humaines.

Le travail du théâtre est un entrainement à l'offrande de soi, à l'humilité et à une profondeur d'action qui me relie à la mémoire des lieux de mes traversées. Par cette pratique nouvelle, je découvre l'ancrage de ma vie dans l'histoire du monde, dans les archétypes du monde qui me relient à l'inconscient collectif. Dans ce plus grand, je m'intègre dans un sentiment d'appartenance à ma culture qui m'invite à continuer de grandir dans ma conscience et ma réflexion. J'ai ramené l'enfant que je suis dans la rue et le parc, avec les autres. Quand je reviens à ma pratique, je suis avec elle dans ce sentiment

de responsabilité d'être, de me relier à la vie, au silence et à l'écoute de la vacuité qui nous est commune.

> Le terme « cognitif » (appliqué à un système cellulaire) a deux dimensions constitutives : d'abord sa dimension de couplage, c'est-à-dire un lien avec son environnement permettant sa continuité en tant qu'unité individuelle ; ensuite - par une petite entorse au langage, je l'admets - sa dimension imaginaire, c'est-à-dire le surplus de signification acquis par une interaction physique grâce à la perspective introduite dans l'action globale de l'organisme. (Varela, 2017, p. 124)

Ce Je qui se comprend prend parole, apprend d'un environnement autre. L'attention retournée vers moi, vers l'autre et la vie comme dans cette actrice que je découvre, continue de me confirmer la capacité d'apprendre et de grandir, dans un contexte d'authenticité et de relation saine à l'autre. Ma cognition et ma mémoire portent l'évolutivité de la vie, du lien aux ancêtres et la force de nos cultures. Je peux me réconcilier avec ma douleur intérieure et m'offrir dans l'amour à ce nouvel espace de découverte du monde et de moi, qui me réjouit. Dans cette joie, je vois ma conscience de ma vie se relire, encore une fois. Comme un autre voyage, mon intuition devine la suite. Les cartes-images font référence à mes mécanismes d'oubli et appellent à de nouvelles créations. De la réconciliation avec ma blessure et mon rapport au contexte, un nouvel état de corps me donne à vivre la relation et appelle mon attention. Depuis la cassure de mon épaule, j'ai cessé de prendre de la médication et je vois les effets dans ma structuration quotidienne et les tâches exécutives. Je continue de croire que la vie se commence à l'intérieur et que cette vie nous est donnée, généreuse et soignante.

La vie est un écho...
tu reçois ce que tu envois...
à méditer ...
Université de Médecine Énergétique
www.universty-energy-medecine.com

BIBLIOGRAPHIE

Amar, Y. (2002). *La pensée comme voie d'éveil.* France: Les Éditions du Relié .

Aristote. (s.d.). *Traité de l'âme, liv. 111, chap. 11.*

Auriol, I. (2013). *Intelligence du corps* . Paris: Les Éditions du Cerf.

Auriol, I. (2013). *Intelligence du corps* . Paris: Les Éditions du Cerf.

Bachelard, G. (1992). *L'intuition de l'instant.* France: Éditions Stock.

Baleke, S. R. (2010). *Éthique, espérance et subjectivité.* Paris : L'Harmattan.

Barberousse, A. (1999). *L'expérience.* Paris: Flammarion.

Basset, L. (1996). *La Joie Imprenable.* Genève: Éditions Albin Michel.

Basset, L. (1999). *Guérir du Malheur.* Paris: Éditions Albin Michel .

Belin, C. (2012). *Le Corps Pensant. Essai sur la méditation chrétienne.* . Paris: Éditions du Seuil.

Bertrand, P. (2000). *Éloge de la fragilité* . Montréal: Liber .

Jung, C. G. (1964). *Dialectique du Moi et de l'inconscient.* Zurich: Éditions Gallimard.

Cyrulnik, B. (2000) *Les nourritures affectives.* 2e édition. Paris : Odile Jacob, coll. "Poches".

Cyrulnik, B. (2002). *Un merveilleux malheur.* Paris: Odile Jacob.

Freire, P. (2006). *Pédagogie de l'autonomie.* Toulouse: Éditions Érès.

Jean-François Malherbe, E. d. (2006). *Les crises de l'incertitude* . Montréal: Liber.

Jung, C. G. (2014). *Commentaire sur le mystère de la fleur d'or.* Paris: Éditions Albin Michel .

Lavelle, L. (2005). *La parole et l'écriture.* Paris: Le Félin Poche.

Leloup, J.-Y. (1999). *Prendre soin de l'Etre.* Paris: Éditions Albin Michel.

Levinas, E. (1983). *Le temps et l'autre.* Paris: Presses Universitaires de France.

Levinas, E. (1983). *Le temps et l'autre.* Paris : Puf.

Malherbe, J.-F. (2013). *Tendre l'oreille à l'inoui. L'éthique des hérétiques.* Paris: Les Éditons du Cerf.

Mangin, E. (2012). *Maître Eckhart ou la profondeur de l'intime.* Paris: Éditions du Seuil.

Maté, D. (2001). *L'esprit dispersé.* Montréal: Les Éditions de l'Homme.

Misrahi, R. (1969). *Lumière, commencement, liberté. Fondements pour une philosophie du sujet et pour une éthique de la joie.* . France: Librairie Plon.

Misrahi, R. (2008). *Le travail de liberté.* Europe: Le bord de l'eau.

Moustakas, C. (1990). *Heuristic research. Design, Methodology, and Applications*. London, EC1Y8QE: SAGE Publications Ltd. P.

Porée, J. (2000). *Le mal. Homme coupable, homme souffrant.* Paris: Armand Colin.

Serres, M. (1985). *Les cinq sens. Philosophie des corps mêlés -1* . Paris : Éditions Grasset et Fasquelle.

Souzenelle, A. d. (1997). *Le Féminin de l'Etre.* Paris: Éditions Albin Michel.

Veillard-Baron, J.-L. (2007). *Bergson, la vie et l'action.* Sous la direction de Jean-Louis Veillard-Baron. Paris : Éditions du Félin.

Zielinski, A. (2004). *Levinas. La responsabilité est sans pourquoi.* Paris: Presses Universitaires de France.

ANNEXE : KASÀLÀ DE SYLVIE HOGUE

« Ce soir, je me penche avec grande attention et pleine gratitude sur la main de Sylvie Hogue. J'ai eu la chance de me retrouver sous sa main magique à de nombreuses reprises. C'est à mon tour de me pencher sur la sienne.

Cette main qui m'a touchée, qui m'a vue, qui ma reconnue, qui m'a nommée, qui m'a appelée. Cette main qui a pris soin de mes voutes, de mes doutes et de mes croutes.

Cette main pleine de sagesse et de tendresse qui a chevauché les promesses secrètes lovées au cœur de mon corps vibrant. Cette main attentive qui les a appelées, entendues, accueillies, puis révélées.

Cette main savante habitée d'un don puissant, lavant, piquant, tenant, poussant, tirant, attendant, massant, caressant, taraudant... Voilà cette main par laquelle son être se donne généreusement au monde. Donnant ainsi le monde à lui-même et aujourd'hui donnant Sylvie à elle-même.

Cette main appelle le Kasàlà de chacun. Cette main est en elle-même, un véritable Kasàlà. Aujourd'hui, pour la première fois, j'ai vu cette main chanter à Sylvie Hogue son propre Kasàlà et j'ai vu Sylvie Hogue l'entendre. Grâce à elle, grâce à cette main, Sylvie a enfin entendu elle aussi, son Kasàlà.

Criant sous la huée du monde : je ne suis pas « Le moi renouvelé » ! Je suis Sylvie Hogue, unique, singulière, souveraine. Sorcière, chamane, guérisseuse, initiatrice, hurleuse de vie dont les échos résonnent par-delà les montagnes...

Hier, je l'ai entendue crier, le point levé : je suis Sylvie Hogue !!!

Courageuse guerrière, tu arrives à ta dernière bataille, à ton butin : Le « Je, ferme et vivant ». Tu l'incantes, tu l'attends, tu le désespères depuis si longtemps. Ca y est ! Il est arrivé, je l'ai vu hier !

Tu es prête à faire taire les huées du monde et les jérémiades intérieures. Tu vas pouvoir écrire ton mémoire, partager ton savoir immense et toi et nous, pro-et co-créer dans et avec le monde. Sylvie Hogue, je te salue bien bas. » (Kasàlà offert lors d'une rencontre de groupe par une personne que je soigne)