

Carla Lehericy

Esquisse ton chemin !



Tome 3

Deviens l'architecte de ta vie

Carla Lehericy

Esquisse ton chemin ! -

Tome 3

Deviens l'architecte de ta vie

© Carla Lehericy, 2023

ISBN numérique : 979-10-405-3517-1

Librinova”

www.librinova.com

Image de couverture : Dessin de ©Mickael LEHERICY

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Les lecteurs partagent leurs avis !

« Un doux moment poétique... comme une ode à la rêverie et à la réflexion. S'élever quoi de plus beau ? Carla nous y amène à travers un chemin emplit de douceur mais de questionnement aussi. »

Thifaine, Bookstagrameuse @poussiir3288

« Des rimes qui suivent un parcours sur plusieurs années, une évolution à chaque phrase sur le chemin chaotique de la vie où parfois l'auteur s'arrête, tombe, se relève, observe, questionne, avance, recule ou prend de la hauteur et découvre avec fierté le chemin parcouru : cet instant où le mot prend tout son sens, la rime parfaite ! »

Cécile Garel, Auteure & Illustratrice - Formatrice en Créativité & Lectrice d'âme

site internet : <https://www.animagicus.com/>

« Touchant, poétique et thérapeutique. Ces mots font écho, chacun peut s'y reconnaître, se questionner et s'apaiser. »

Delphine Py, Psychologue @psynergy_delphinepy

« À travers ses poèmes, l'auteure nous permet de nous "re"-connecter à nous-
"m'aime" et de laisser aller notre inconscient voyager sur notre propre histoire.

Tout ceci donne lieu à des prises de conscience précieuses. »

Adeline Gaillat, Psychopraticienne en libération émotionnelle & hypnose

@adeline.psychopraticienne.tarn

« Encore un beau livre de poésie de Carla qui nous fait réfléchir au sens de la

vie. De penser à l'inconscient, aux signes de la vie, se déconnecter du monde dans lequel on est programmé pour savoir ce qu'on veut au fond de nous.

Le courage d'être nous-même, le courage de comprendre, d'avancer, et savoir pourquoi on est là sur terre ? »

Yannick Muller, étudiant en psychologie

« Les nouveaux thèmes abordés par Carla dans ce tome sont à l'image du sculpteur qui, face à son matériau brut, commence une nouvelle œuvre d'art. Poème après poème, se construit l'impression d'être mû en son for intérieur par un appel : celui de trouver l'artiste qui sommeille au fond des cœurs humains. Une mutation qui se fait avec *Courage* et *Espoir*. Une fois les portes de la *Résilience* ouvertes et les voiles de l'*Inconscient* délicatement soulevés, c'est en fait le *Bonheur* qui reste à vivre, ce doux sentiment que Carla nous fait côtoyer à travers son art et sa poésie. »

Eva Mazur, Cheffe de projet pour le magazine L'Optimisme

« Un moment suspendu, hors du temps et pourtant si vivant.

À travers ce livre et au fil des pages l'auteur nous livre ses expériences de vie avec douceur et délicatesse toujours très subtiles.

Le champ émotionnel y est très présent, envoûtant et émouvant. Il fait écho au chemin de vie de chacun pourtant très personnel. Un voyage sensoriel au sein de son être qui permet de vivre une reconnexion avec la partie de nous-même la plus sage et la plus instinctive. »

Cécile Gusatto, Sophrologue & Praticienne en hypnose

@cecilegusattosophrologue60

« Dans sa douceur poétique, Carla m'a emmenée en voyage. J'ai pris de la hauteur, telle un oiseau, pour revisiter ma vie, revisiter des périodes de ma vie

grâce au regard unique qu'elle propose.

Je me suis laissée bercer par le rythme de ses mots, et dans cette rupture avec mon quotidien, des parts de moi ont pu s'éclairer d'une autre lumière. »

Ghylenn Descamps, Auteure, illustratrice & accompagnante en créativité

Site internet : <https://www.ghylenndescamps.com>

Préface

de Emma(nuelle) Scali

Coach & Thérapeute - Actrice & Scénariste

« La forme, c'est le fond qui remonte à la surface » écrivait Victor Hugo.

Pourquoi écrire ? Pour résister. Pour exister.

En découvrant le travail de Carla et sa plume si vivante, je me suis laissée happer par un univers de mots missur des maux. Ceux de ceux qui souffrent en silence. Ceux de ceux qui n'osent pas dire ou écrire. Écrire est parfois le seul moyen de communiquer dans un monde d'incompréhension et de souffrance souvent en résonance avec un manque d'enfance. Écrire devient alors le moyen d'extérioriser ses émotions, de plonger dans son obscurité pour y trouver, tapie dans l'ombre, l'éclat de lumière prêt à briller, rayonner et se diffuser. En mettant « des mots sur nos maux, ceux-ci deviennent alors des mots dits et cessent d'être maudits », pour reprendre les mots de Guy Corneau.

« Esquisse ton chemin ! » regroupe quinze chapitres qui abordent autant de questions métaphysiques telles que le Temps, la Mémoire, la Violence, le Conscient, la Résilience, l'Espoir et le Bonheur. Ce sont elles qui nous habitent depuis le plus jeune âge et pour lesquelles aucune autre réponse n'existe que celles que nous nous donnons nous-mêmes. Le sens de l'existence n'est pas donné d'emblée, il est à construire.

C'est alors seulement que la direction émerge et avec elle la signification réelle de ce que nous donnons à voir au monde et aux autres. Et à nous-même puisque nous ne nous rencontrons toujours qu'au contact de l'autre.

Carla aborde toutes ces notions philosophiques à travers la transformation de

vie personnelle et professionnelle qui est la sienne, si bien qu'elle porte un regard neuf, inédit et puissant sur ce qu'elles représentent.

Elle offre une autre vision et propose une ouverture vers un cheminement qui viserait à mobiliser les ressources de chacun pour offrir au monde de la poésie. Ou plutôt à saisir la poésie que ce monde nous offre. Avec ses ombres et ses lumières. Parce qu'il est poétique et philosophique, ce recueil invite à la conscience et à l'éveil. Et propose des merveilles.

La plume de Carla nous invite à nous reconnecter à nos possibilités d'émerveillement à faire, tel le peintre Soulages, un voyage au cœur de l'outre-noir pour y percevoir la lumière. Une invitation au voyage où comme avec Baudelaire nous découvrons que le luxe réside dans l'ordre, le calme et la volupté. Celle des sens qui font sens.

Pour clore cette préface qui ne peut vous faire vivre cette traversée car seule la lecture de l'ouvrage peut vous permettre réellement de découvrir les contrées inexplorées en vous-mêmes à laquelle Carla vous invite ; je souhaiterais humblement vous partager ces mots soufflés à mon oreille et qui définissent pour moi ce qu'est toute rencontre qu'elle soit humaine, émotionnelle ou sensuelle, qu'elle s'opère dans un lien direct ou passe par la sublimation de l'art que l'on soit spectateur ou créateur... car la création n'est à mon sens que cocréation. Partage. Échange. Et transe-forme-a(c)tion.

« De la forme qui émerge, ou du fond qui fait figure, Qui affleure à la surface ?
Je ne sais. Si d'aventure

Mon lâcher-prise est tel, que mon appui en devient sûr, Je m'élançe. Et cet
aller vers toi permet l'écriture

En moi d'émotions nouvelles qui teintent et transfigurent Mon expérience au
monde, du passé vers le futur, Attrapant ce qui est là, et tirant à moi, pour sûr,

Le bon et le mauvais. Mais triant, faisant l'épure, Je garde uniquement la
rencontre qui (me) rassure, Par cet environnement que tu proposes : sécur

À mes yeux. Non sans risque, et pour cause, tu es obscur
Pour moi : être à la
frontière contact, en bordure

Des limites qui sont miennes. Apparaissent mes blessures
À l'occasion de toi,
et mon armure se fissure :

Mon ombre devient lumière, le mouvement nous configure.

Je ne suis plus désormais une simple créature.

Authenticité, je suis, je suis Engagement, Plus exactement avec toi, je suis :
Ajustement.

« JE est un autre » à ton contact. Un autre Auteur, Qui, s'élevant à ta hauteur,

Se fait Acteur Et Réalisateur.

Nous ne sommes pas, ensemble : ensemble, nous existons.

Nous trans(e)-formons ce monde qui est le nôtre et devenons :

Co-créateurs. »

Introduction :

La portée d'édifier son chemin.

L'existence est un parcours avec une perpétuelle recherche de soi. Face à ces vicissitudes, nous agissons avec recul sur ce qu'elles nous apportent et sur ce que nous en provoquons. Comme de nombreuses personnes, il m'a été donné de vivre et d'avancer sans prendre en compte mon individualité et prendre soin de moi. Cela me semblait secondaire.

Plongée, très jeune à assumer mes responsabilités médicales avec un suivi de santé méticuleux, atteindre la normalité était mon principal objectif. Cette expérience avec le traumatisme physique qu'il m'a été donné de vivre par la suite m'ont incité à avancer constamment dans ma vie.

J'ai éprouvé le besoin de connaître les rouages de mon traitement médical et les répercussions sur mon corps, alors j'élaborais une organisation et un système d'analyse de mes symptômes qui sortaient de l'ordinaire. Puis quand des personnes estimaient que je n'étais pas capable de quelque chose, je leur prouvais vigoureusement que SI ! Parce qu'entrer en action me permettait de contrôler ma personne et au maximum les événements.

Les mauvaises habitudes que je prenais, à me négliger et intégrer un peu trop la violence dans mon fonctionnement, m'ont permis néanmoins de finir par prêter attention à ce que mon comportement signifiait.

Étant très solitaire à ces âges, entre 14 et 17 ans, et ayant dû faire face aux aléas de la vie, l'écriture, en entrant au Lycée, me permit de comprendre pourquoi j'étais dans un tel état d'émotivité et d'évacuer ce « trop plein » par la suite. Ainsi, mettre des mots sur mes ressentis me fit comprendre le sens caché