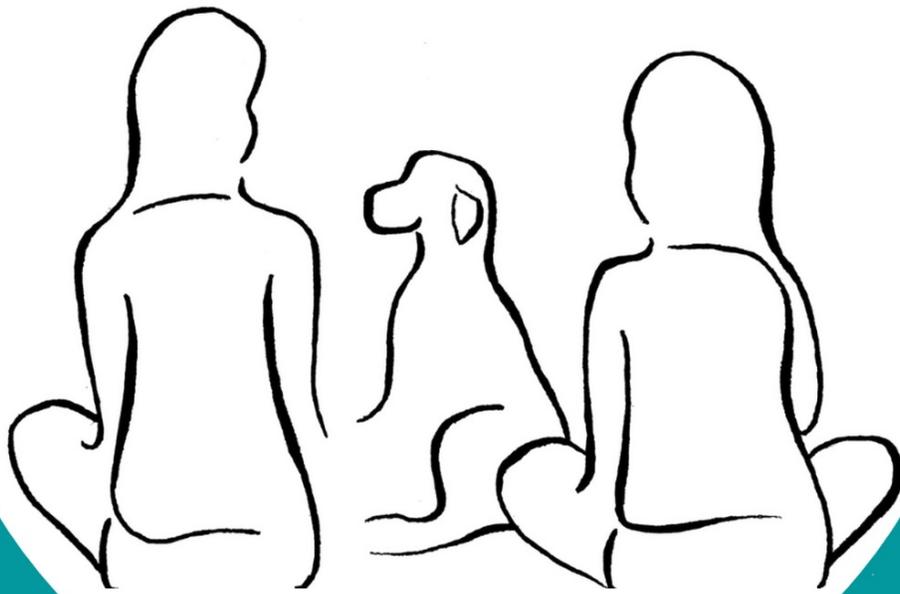


En Conversation



Nadine Lagors

Klytia Le Guen

Nadine Lagors Klytia Le Guen

En conversation

© Nadine Lagors Klytia Le Guen, 2022

ISBN numérique : 979-10-405-0665-2

Librinova”

www.librinova.com

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.

Avant-propos

Ce livre est l'aboutissement de quatre années de travail menées par un binôme, une patiente et une gestalt thérapeute : Nadine et Klytia.

Nous vous invitons à nous suivre dans cette expérience de suivi thérapeutique.

Cet écrit est constitué de chapitres indépendants que le lecteur pourra aborder librement, suivant ses préférences.

Comme devant un buffet, il pourra choisir ceux qui l'intéressent le plus, laissant de côté ou pour plus tard les autres chapitres.

Nous avons œuvré de notre mieux pour rendre accessible l'histoire singulière de notre échange thérapeutique.

Nous vous laissons à votre libre appréciation.

Qui sommes-nous ?

Nadine

Je me définirais comme un peu Madame tout le monde. Certains naissent dans une famille aimante qui leur donnera les outils pour grandir, créer des relations d'amitié ou d'amour, les bons codes pour vivre le mieux possible. D'autres chercheront sans jamais trouver des réponses à leur mal être. Et puis il y a moi ! Mademoiselle je ne me sens pas bien et qui cherche à savoir, à comprendre pour enfin apprécier la vie, ma vie.

Maman de deux jeunes adultes, j'ai assumé seule l'éducation de mes enfants, tout en essayant de savoir qui j'étais. Je cherchais une raison de vivre, une place dans ma famille, dans la société, dans mon travail.

Plus je pensais avoir trouvé les réponses à mes questions existentielles et à ce que je devais faire et comment le faire, plus je m'enfonçais dans un abîme sans fond.

Défendre et protéger les plus vulnérables du fait de leur âge ou de la maladie était mon leitmotiv. Le besoin de secourir le monde entier me donnait une raison de continuer à chercher qui voudrait bien de moi. Mes choix de carrière devaient répondre à ce besoin. Mais le monde n'avait pas besoin de moi, et encore une fois je me trompais de chemin et me sentais toujours aussi mal.

Dix années d'un accompagnement thérapeutique de haute qualité et de mon obstination à vouloir me comprendre me permettent aujourd'hui d'apprécier la vie, ma vie, en pleine conscience.

Klytia

Je suis Gestalt Thérapeute, Sexothérapeute, Hypnothérapeute et formée au Tri et Héritage Familial ainsi qu'à la Somatic Experiencing. Mes consultations s'adressent aux individuels, aux couples, aux familles et aux groupes ainsi qu'aux enfants.

Je suis une fille, une sœur, une femme, une épouse, une mère, une amie, une cousine, une collègue...

Et je suis aussi, et passionnément une professionnelle aux services des personnes en pleine remise en question, souffrant d'un déséquilibre psychique et/ou physique, celles qui ont mal au cœur.

Passionnée par la découverte de l'autre, par la rencontre qui va m'émouvoir autant qu'elle me rend curieuse.

Curieuse de recevoir ces personnes, qui ont le courage de pousser la porte, qui se "déposent", se confient, se méfient. Cela reste à chaque fois un moment précieux où l'indicible se nomme parfois en catimini, sincèrement, singulièrement ou en balbutiant.

J'aime être Gestalt Thérapeute, car cela m'oblige à être créative, à toujours être dans l'accueil de la nouveauté de l'instant (rien n'est prédit) et surtout, à être vivante.

Lors de ces séances, je pose le cadre (règles et fonctionnement du travail thérapeutique) que je m'efforce à tenir pour le confort et la sécurité du travail.

J'aime accompagner le questionnement existentiel.

J'aime entendre la douce musique de la voix, du souffle de chacun, chacune individuellement, en couple, en famille ou en groupe.

J'aime observer ce qui se dit, ce que montre le corps avec son paraître, son apparaître, son disparaître.

J'aime sentir l'implication de chacun, même si parfois elle est contrôlée.

Passionnée par l'humanité, par l'existence, j'apprends à être authentique, humble, simple, présente au contact de l'autre.

La libération des entraves est le plus beau cadeau que chacun puisse s'offrir et

c'est tellement beau et fragile à la fois ; comme une chrysalide cherchant à sortir de son cocon pour se transformer en papillon. Tout cela enrichit mon regard sur le monde, car j'ai la chance d'assister à cette métamorphose.

Je nomme les personnes qui viennent à mon cabinet, "patiente ou patient" et non cliente ou client, car il faut vraiment faire preuve de patience tout au long du travail. J'aurais pu les appeler chercheuses ou chercheurs, car ils sont tous à la recherche du mieux-vivre, du mieux-être, mais le mot patient est plus commun.

"Accompagner quelqu'un, ce n'est pas le précéder, lui indiquer la route, lui imposer un itinéraire, ni même connaître la direction qu'il va prendre. C'est marcher à ses côtés en le laissant libre de choisir son chemin et le rythme de son pas". Patrick Versperen

Pourquoi écrire ce livre ?

Nadine

L'écriture me permet de déposer sur le papier les mots, les sentiments, de décrire des situations avec plus de précision que quand je les raconte.

Écrire, c'est mettre un projecteur sur des événements de ma vie. Événements subis, choisis ou imposés.

Écrire, c'est dire à ceux qui veulent le lire : Non, vous n'êtes pas seuls à vivre des moments difficiles, des moments où tout semble vous échapper. Oui, la paix intérieure peut aussi vous habiter. Oui, vous aurez les armes pour ne plus laisser "l'autre" diriger votre vie, envahir votre cœur et vous étouffer.

Écrire pour dénoncer le silence de tous ceux qui savent et qui ne veulent pas dire. Dénoncer le socialement correct, préférant le déni face aux maltraitances, quelles qu'elles soient.

Écrire pour se laver de tous ces mots dégoûtants, de toutes ces idées envahissantes qui font de nous des victimes et nous cachent la réalité.

Écrire pour que mon propre regard sur moi et sur mon corps que je n'habite pas encore change.

Écrire pour hurler à tout l'univers que quels que soient le mal et les souffrances que ces bourreaux nous ont infligés, nous sommes toujours là, bien vivants tant bien que mal, mais là !

Que chaque personne malfaisante qui nous a approché, côtoyé, maltraité ou mal aimé prenne sa part de responsabilité.

Écrire pour dire que la Mort, a été pour moi une fidèle compagne, une douce amie, qui apporte chaleur et réconfort et que sans elle, ma vie aurait été encore

plus terrible.

Écrire pour dire à chaque lecteur qui lira ces mots et qui se reconnaîtra que le calvaire durant chaque minute, chaque jour, chaque moment de la vie, peut s'atténuer à la rencontre de deux anges. Et soudain, votre vie prend sens, votre souffrance n'est plus tout à fait la vôtre.

Écrire, c'est aussi la peur de ne pas être crue, la peur du jugement, la peur d'entendre dire "Ah encore une !", la peur de revivre des épisodes difficiles de la thérapie, mais tant pis ; il est temps !!!

Klytia

Après six années de travail thérapeutique, qui se poursuit encore, l'envie de mettre en mots notre expérience m'est apparue comme une évidence. Cette traversée thérapeutique, ce travail n'était pas gagné d'avance, d'ailleurs il ne l'est jamais !

Notre rencontre est chargée de sensations ambivalentes et elle témoigne de tous les possibles en thérapie.

Pourquoi écrire à deux ?

Simplement, car cette expérience ne m'appartient pas, elle "Nous" appartient ; écrire seule aurait dénaturé notre travail, notre traversée. Je désirais seulement être fidèle à nos heures passées ensemble...

Pourquoi Nadine ?

Parce que c'est elle, parce que c'est moi ! Une relation particulière s'est installée petit à petit entre nous, au vu des nombreuses séances (au début, nous

nous voyions au rythme de deux séances par semaine). Notre relation ne s'explique pas, ça se ressent, ça se vit. Ce que nous vivons est tout simplement un riche et beau lien professionnel, relationnel et thérapeutique.

Octobre 2018, j'ose me lancer, nommer, proposer à Nadine un écrit à 4 mains. Mon cœur s'accélère en attendant sa réponse : "C'est une évidence ! Je savais que nous ferions quelque chose d'autre ensemble, je le savais !" m'exalte-t-elle.

Je peux percevoir son visage s'illuminer, ce qui me réjouit et m'autorise à espérer le début d'une belle aventure. Même si tout de suite vient me percuter la sensation de cette pression sociale/familiale : "Vais-je être à la hauteur ?". Et cette petite phrase assassine : "Mais qui es-tu pour te permettre de telles ambitions ?".

Pourquoi partager cet écrit ?

Je suis intimement persuadée que ces lignes peuvent intéresser, questionner, informer sur ce qu'est le cœur d'une traversée thérapeutique. Et surtout donner l'espoir que l'on peut (re) trouver de la sécurité dans sa vie : tout est possible !!!

Mon désir est juste de témoigner de notre aventure...

Ces lignes déposées sur le papier permettent aussi d'effectuer un autre travail sur elle-même (encore différent des mots déposés dans le cabinet, cela le complète). Le dévoilement n'est pas le même, surtout pour moi, car au cabinet, c'est l'histoire de Nadine qui résonne. Ici, nos deux voix se croisent. Je vais essayer de transmettre l'envers du "décor", pour que coexiste le côté face et pile d'une même pièce.

Poser, déposer, écrire les mots restent toujours intenses pour chacun. Les mots nous traversent, s'incarnent, s'intègrent, cela est aussi un travail.

Les écrits permettent une distanciation avec le passé, avec l'effet traumatisant. Ils remettent les événements à leur juste place et cela permet de prendre conscience que là, ici et maintenant il n'y a plus aucun danger.