



© D.R.

Au-delà de la Souffrance : les Trésors cachés

SURMONTÉE ET
TRANSCENDÉE, NOTRE
PLUS GRANDE DIFFICULTÉ
EST LE TREMPLIN DE
NOTRE EXCELLENCE. LE
CHEMIN DE LA BLESSURE
DEVIENT ALORS CHEMIN
DE CONSCIENCE. PARCE
QUE NOUS AVONS BALISÉ
LE SENTIER QUI CONDUIT
HORS DE LA DOULEUR,
NOUS DEVENONS EXPERTS
DANS L'ART DE MANIFESTER
LE POTENTIEL SYMÉTRIQUE
DE LA BLESSURE INITIALE.

Et curieusement, moi qui ai vécu en funambule une bonne partie de ma vie, dans un équilibre précaire et toujours menacé, sans que cela soit perceptible à l'extérieur, j'utilise dans mon accompagnement une approche qui demande un centrage de chaque instant, comme si toute mon enfance m'avait préparée à ce travail d'équilibriste.

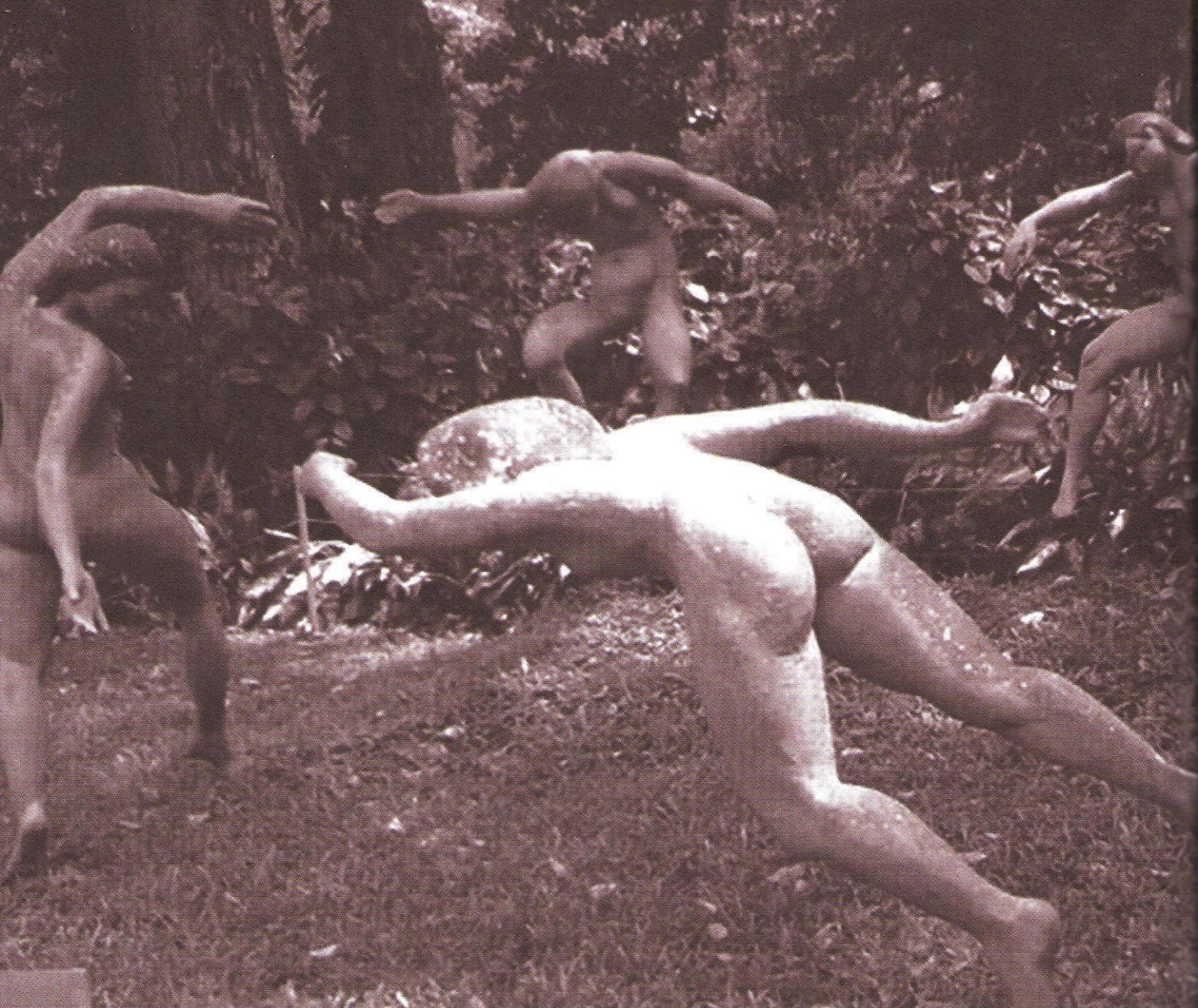
La Communication Profonde Accompagnée (C.P.A.) permet, par un accompagnement du geste au-dessus d'un clavier d'ordinateur, l'expression d'une part de nous-mêmes à laquelle nous n'avons habituellement pas accès. Sur un plan pratique : en tant qu'« accompagnante », qui soutient la main de la personne qui écrit, je m'assieds à côté d'elle et veille à ce que les deux chaises

soient bien parallèles afin d'éviter toute torsion au niveau des épaules. La main droite ouverte face au ciel, telle une coupe, j'accueille, dans la paume de cette main, la main gauche, doigts repliés sauf l'index, de la personne venue me voir. Son index est isolé et prêt à appuyer sur les touches du clavier d'ordinateur placé devant nous. Je prends le temps de me centrer et « écoute » la main de mon partenaire, c'est-à-dire que je me mets en état de réceptivité pour percevoir toute amorce de mouvement. Au bout de quelques secondes je sens une impulsion venant de sa main. Le mouvement que j'accompagne est ainsi initié. La main de mon partenaire me conduit sur les

Après les interventions si émouvantes et fortes qui ont marqué ce forum du GRETT 2012, il est délicat de prendre la plume sur un sujet si sensible. Souffrance qui nous révolte et nous fait vaciller, souffrance aussi qui nous fait grandir, et participe à l'éveil de notre conscience.

Bien souvent la douleur se manifeste comme un aiguillon qui favorise notre expansion. Est-ce que j'aurais parcouru tout ce chemin qui m'a conduit à devenir psychothérapeute, tout ce chemin vers moi d'abord, si la vie avait été plus douce à mon égard ? Avoir un enfant était interdit à ma mère qui souffrait d'une grave malformation cardiaque, et, lorsque je suis née, elle a failli mourir. Vivre fut toujours un défi. Vivre et s'assurer que ceux que l'on aime restent en vie, cela fut longtemps pour moi un exercice d'équilibriste. Hyper vigilante, je fus longtemps sévèrement insomniaque. A cette difficulté se sont ajoutés les deuils précoces et les peurs de l'abandon.

Et pourtant, comme je l'ai écrit en Communication Profonde Accompagnée avec une de mes collègues : « *Bien voir que dans cette vie l'abandon a été ma planche de salut. Je veux dire que le chemin de la brûlante blessure fut le chemin de la conscience de mon être unifié.* » Ce sont les épreuves qui m'ont incitée à suivre une thérapie, pour à mon tour devenir celle qui accompagne autrui dans ce chemin vers Soi.



touches du clavier et des mots se forment. La CPA® s'adresse autant aux personnes privées de l'usage de la parole qu'aux personnes capables de communication verbale. La vision du handicap est bouleversée par cet accompagnement. Les textes tapés montrent que, quel que soit le handicap qui empêche quelqu'un de communiquer par la parole, une conscience intacte se déploie à un autre niveau de réalité que son système cognitif et sensoriel. Le soutien de la main ouvre l'accès à cette part indemne de l'individu.

LA POSTURE DU THÉRAPEUTE

C'est une approche qui semble simple et qui pourtant, demande, de la part des professionnels qui l'utilisent un état de présence très particulier. Il s'agit d'un état de conscience qui allie vigilance et total lâcher-prise, dans le respect de l'aspect sacré du texte qui émerge. Encore plus qu'avec d'autres approches thérapeutiques, la posture du thérapeute se doit d'être impeccable afin de garantir la qualité de la séance. Une posture de « sauveur », provoquerait un décentrage nuisible à

Ses années d'enseignement de l'allemand ont poussé **MARTINE GARCIN-FRADET** à se former afin d'accompagner autrement ses élèves (*Accompagnement des émotions* – ISABELLE FILLIOZAT, *Rêve Eveillé Libre* – GEORGE ROMÉY et *Communication Facilité et Psychophanie* – ANNE-MARGUERITE VEXIAU). Soucieuse de favoriser la communication au sein des familles elle s'est aussi formée à la pratique des constellations systémiques. Depuis 1998 elle se consacre à l'accompagnement en tant que psycho-praticienne (certifiée par la *Fédération Psy en Mouvement*). Depuis 2004, elle forme à la *Communication Profonde Accompagnée* des professionnels de la relation d'aide et des parents de personnes privées de l'usage de la parole. Un séjour de dix ans au Japon l'a incitée à revisiter intégralement son système de croyance. Auteure de : *Et si nos ancêtres parlaient à travers nous*, et de *Quand la main devient messagère du cœur*, éd. Quintessence. *Les voix de la main, une communication profonde pour accompagner la personne et faire de ses blessures le levier de sa réalisation*, éd. Dervy.

communication-profonde.com
mmgarcin@aol.com

LA VIE ME MONTRE COMBIEN LES DIFFICULTÉS ET LES ÉPREUVES
SONT UN TREMPLIN FAVORABLE À L'EXPRESSION
DES POTENTIELS DONT CHACUN EST PORTEUR.
LES BLESSURES LORSQU'ELLES SONT ENFIN ENTOURÉES
ET PANSÉES PEUVENT SE TRANSMUTER EN UN TRÉSOR.



sont un tremplin favorable à l'expression des potentiels dont chacun est porteur. Notre propre histoire, revisitée en conscience, est porteuse de ressources insoupçonnées. Les blessures lorsqu'elles sont enfin entourées et pansées peuvent se transmuter en un trésor. Surmontée et transcendée, notre plus grande difficulté est le tremplin de notre excellence. Le chemin de la blessure devient alors chemin de conscience. Parce que nous avons balisé le sentier qui conduit hors de la douleur, nous devenons experts dans l'art de manifester le potentiel symétrique de la blessure initiale. L'abandon par exemple deviendra aptitude à s'abandonner, à s'adapter avec souplesse aux imprévus de la vie. Notre trésor intérieur se cache ainsi sous le masque de l'épreuve. En labourant nos terres intérieures nous ouvrons l'accès aux perles enfouies en nos profondeurs.

RÉVÉLER LES RICHESSES CACHÉES

Le trésor se cache aussi sous le masque du handicap, et la Communication Profonde Accompagnée devient le révélateur des richesses cachées sous le masque de la souffrance de l'invalidité. Les textes que nous offrent les personnes privées de l'usage de la parole ouvrent des espaces de sagesse insoupçonnés. Par le soutien de la main nous leur permettons de trouver leur place dans ce monde et de nous délivrer des messages destinés à nous faire grandir. Ainsi les rôles se renversent, l'échange entre donner et recevoir est respecté et la dignité de chacun est honorée. Ce sont ces mêmes personnes qui nous ont fait cadeau de la Communication Accompagnée du cœur, comme je me plais à appeler aujourd'hui cette approche et pour honorer ce cadeau fait à notre humanité je termine cet article par ces mots que nous offre Muriel, une adulte souffrant de troubles autistiques : « *Au fond je jubile d'être celle qui sait ce qui se trame derrière les fils du destin. Juxtapose les mots pour dire ma différence. Je sais les choses au-delà du temps et je trace un chemin pour délimiter hier et aujourd'hui. Sais tu que je vis hors du temps ? Je suis une éponge qui adopte en ses creux et bosses tous les détours liés entre eux par le fil du destin. Filer entre les lignes et voir dans la neige se dessiner les traits des skieurs de fond... Ne cherche pas à comprendre, je te parle du monde du dedans, ce monde qu'on ne peut voir avec les yeux et que connaît le fond de l'œil en transparence. Le négatif de la photo de vie.* »⁽¹⁾ ●

la qualité, à la fréquence vibratoire du texte qui émerge grâce à la CPA. Le risque de projection en serait également accru. En ce sens, il s'agit d'une posture d'équilibriste. Lorsque je travaille, reliée à mon cœur dans sa dimension sacrée, ainsi qu'à celui de la personne que j'accompagne, je suis pleinement présente à l'instant, libre de toute anticipation. Professionnellement, je suis à l'aise dans cette pratique que j'ai en partie développée en approfondissant le travail d'ANNE-MARGUERITE VEXIAU, pour la faire entrer dans le champ des thérapies transpersonnelles.

Ainsi, alors que la vie de ma mère tenait à un fil, ce qui, dans mon enfance, mettait en péril toute tentative d'anticipation, j'utilise une approche qui justement fait appel à une présence libre de toute anticipation...

Lorsque j'anime des formations de Communication Profonde Accompagnée, j'ai coutume d'écrire, dès le début de la formation, cette phrase au tableau blanc : « *Votre plus grande difficulté est le ferment de votre possible excellence* ». Et en effet la vie me montre combien les difficultés et les épreuves

1. Cité dans *Quand la main devient messagère du cœur*, MARTINE GARCIN-FRADET, éditions Quintessence 2009.