

Au cœur du mouvement de la *Vie*

Lettre au changement

par Sandrine Toutard

Si l'on passe sa vie à se retourner sur chacun de ses pas, c'est qu'il nous a sans doute manqué quelque chose de fondamental, comme la conscience du passage et la célébration de moments qui posent l'instant présent. Alors, quels choix avons-nous? Mille et une merveilles...



Sandrine et Saskia photographées par Frédéric Vilbrandt, le compagnon de Sandrine et le papa de Saskia.



photo: François Lollidon

PORTRAIT

Archéologue de formation, Sandrine Toutard est professeure de Wutao® et accompagnatrice en Trans-analyse®, plus particulièrement spécialisée dans le Wutao assis et le Wutao de la femme, elle intervient également dans des maisons de retraite, qu'elles soient médicalisées ou non.
wutaoyin.fr / sandrine@generation-tao.com

*M*a très chère vie, je t'écris pour te remercier et pour te dire que oui, ça y est, je commence à comprendre ce que tu as voulu me dire pendant ces premières 40 années: le changement est le passage obligé de la vie. Au début, j'ai surtout reçu les indications orales de ce que j'étais en train de devenir: petite fille allant à l'école, jeune fille allant au collège, jeune femme allant au lycée. Et puis, plus rien. Ou alors: jeune femme à la fac, au travail, à la maison, etc. Et plongée dans ce vide où je ne trouvais pas ma place, ni ma tribu, j'ai commencé à me demander qui j'étais avant de savoir qui je voulais devenir, et comment y arriver, mue par l'impression que jusqu'alors, j'avais plutôt expérimenté l'inverse: devenir avant d'être. J'ai acquis l'assurance que tu marchais avec moi et que tu suivais mes pas, ou plutôt que tu étais mes

chaussures, mais que me revenait la responsabilité de te souffler là où j'allais. J'ai compris aussi que je ne savais pas tout faire et que la guidance d'aînés pourrait m'éviter l'écueil de croyances. Ils avaient déjà franchi toutes ces étapes et ils en avaient ramené des outils, n'attendant qu'une chose: que l'on s'en serve. Dès lors, j'ai remis le sacré que je t'avais retiré par négligence, et tu as été patiente avec moi. Et j'ai réinstauré du « rituel » dans ma vie pour que l'ensemble de mon être entende et acte les changements que je souhaitais conscients. Pour que l'ensemble de mon être vive pleinement et accepte les changements que je n'avais pas souhaités. Tu m'as parlé de sagesse et j'ai entendu que j'avais le choix. Tu as mis sur ma route les personnes et les outils de la connaissance de soi: ils sont venus avec amour et bienveillance, c'est à cela que je les ai reconnus. Ils sont venus, mais ils n'étaient pas confortables (ils ne le sont toujours pas!) et m'aident chaque jour à réaffirmer ce choix: je suis consciente de ce que je vis au moment où je le vis et je l'offre à la vue de tous pour que tous s'y reconnaissent, et par cet acte, j'espère permettre à d'autres d'avoir des repères et de les reconnaître de façon plus large encore: dans le monde en changement.

Je sais que je n'invente rien, même si je redécouvre, et j'ai eu envie de savoir quel écho ce sens du rituel et cette sensation de passage avaient autour de moi. J'ai eu envie dans ce dossier de réunir différentes voix, différents outils et différents regards: de l'adolescence jusqu'à la fin de la vie... Mais où siège donc l'enfance? Et bien, juste là, dans mes bras! En devenant mère, c'est aussi et surtout pour mon enfant que je marque les étapes. Non seulement pour l'aider à grandir, mais aussi pour m'aider à la rendre autonome, auteure d'elle-même, et un jour la laisser partir. Comme l'écrit Didier Dumas, nous ne « faisons » pas seulement des enfants, mais nous mettons au monde des adultes en devenir. ■

Vivre pleinement les changements.