

Entre nature instinctive et appel de l'âme

Rencontre avec Isabelle Gueudré, art thérapeute *par Catherine Maillard*

Engagée dans l'écoute du mystère de la vie, Isabelle Gueudré évoque l'importance d'être en prise directe avec sa nature instinctive, pour écouter l'appel de son âme. Un chemin qu'elle propose d'explorer dans ses ateliers autour des contes de la psychiatre Clarissa Pinkola Estés, auteur de « Femmes qui courent avec les loups ». Elle nous livre ses réflexions « sauvages ».

Ma rencontre avec le livre « Femmes qui courent avec les loups » de Clarissa Pinkola Estés m'a, comme beaucoup d'autres femmes, questionné véritablement sur ce qu'est le féminin qu'elle nomme « La femme sauvage ». Le mot sauvage est entendu ici dans son sens originel qui est « vivre une vie naturelle ». Qu'est-ce que vivre une vie naturelle? C'est être en prise directe avec la réalité du moment, dans la conscience de ce qui est et non se maintenir dans un état de rêverie stérile ou d'illusion au détriment de sa propre créativité. Etre créative, c'est goûter à cette énergie de vie qui nous traverse. La nature instinctive demande d'être dans ses tripes et non dans sa tête. Ce n'est ni un fantasme, ni un concept. Les femmes ont particulièrement besoin d'entrer en contact avec leur nature sauvage pour « résoudre » des problèmes très concrets. J'ai pu en avoir la preuve, récemment, lors d'un voyage en Amérique centrale, au Costa-Rica, où j'ai rencontré des femmes de la tribu des Bri-bri, qui m'ont confié leur histoire.

Au sein de la tribu, le travail venant à manquer, les hommes sont partis en ville et ils ont commencé à entrer dans l'enfer de la dépendance à l'alcool. Devant ce constat, les femmes du village, qui n'osaient jamais prendre la parole auparavant, se sont rassemblées et ont commencé à prendre position. Elles ont créé une coopérative et ont réfléchi aux potentiels de leur communauté et de la terre où elles vivaient. Après concertation, est né le projet de promouvoir la culture du cacao et de mettre en place un projet d'éco-tourisme afin que chacun puisse travailler et faire fructifier ces deux idées. Les deux projets se sont pleinement réalisés et depuis, les hommes sont revenus dans le village, il y a maintenant des écoles pour tous les âges de la vie et chaque génération peut vivre harmonieusement dans sa tribu en ayant sa place. C'est, pour moi, une belle illustration de la possibilité de renouer avec le sauvage, ici porteur d'une véritable puissance créative.

Sauvage s'entend dans le sens d'être un humain libre de ses conditionnements parentaux, de ses croyances, de ses limitations, des schémas qui

Etre dans ses tripes et non dans sa tête.

empêchent d'être véritablement soi-même. C'est également abandonner son état de victime et c'est bâillonner son juge intérieur. Ce n'est pas une question d'être rebelle, c'est s'affirmer dans sa singularité, s'inventer soi-même, suivre son intuition, écouter l'appel de son âme et accueillir le mystère de la vie. La femme sauvage part explorer le monde sans peur, libre du passé et de l'avenir, en lien authentique avec les autres; juste présente dans la joie d'Etre et dans l'Amour. La femme sauvage met l'intention dans sa vie à voir, regarder son ombre pour y inscrire de plus en plus de lumière. S'inventer soi-même, ne pas rentrer dans un formatage, c'est grisant et c'est être vivante. On pourrait conclure en disant qu'elle se sent libre, libre, tellement libre, « qu'elle marche pieds nus dans sa tête ». ■

Retrouvez la vidéo d'Isabelle Gueudré lors du 1er Festival du Féminin : www.centre-tao-paris.com



crédit photo: D.R.



PORTRAIT

Certifiée en art-thérapie et en psychosynthèse, Isabelle GUEUDRÉ anime depuis de nombreuses années des ateliers basés sur la danse et le conte, notamment ceux de C.P. Estés, « Femmes qui courent avec les loups ». Elle travaille pour l'association « Médecins de l'Imaginaire » où elle propose des séances d'art-thérapie en services hospitaliers à des patients soignés pour un cancer. <http://contes-en-corps.com>