

« Ce que ça m'a fait ».

(écrit après les stages CNV animés par Marc Thomas)

Tu es là devant moi avec ta tristesse et ta fureur.

Tu es là devant moi avec ta fatigue et ta terreur.

Je ressens ma surprise et je me sens effrayée

Je t'accueille et je t'écoute sans te juger

Tout est confusion alors je parle à ton cœur

Je viens te chercher du fond de ma peur.

Ca te fait quoi ta Colère? Explique moi.

Au plus profond de toi je t'emmène par ce chemin

chercher et comprendre ce dont tu as besoin

Et je t'invite derrière tes mots

A aller encore plus loin sur ce flot

Reconnaître ce qui est insatisfait au fond de toi.

Et maintenant parle-moi de ta demande

Non! Ce manque n'est pas une exigence.

Dis-moi ce que je peux faire pour t'aider

Ainsi de nouveau à la Vie nous serons reliés.

En te cherchant je me suis trouvée.

Chantal Maugueret

mai 2015

