

Un Bulletin Mensuel

Pour la FEMME en

quête de VÉRITÉ...



VOLUME 2 – NUMÉRO 9 – SEPTEMBRE 2007

"Si vous ne conquérez pas votre Moi, vous serez conquis par votre Moi."

Napoleon Hill

- Université Yale

Recherche sur le SPM

Voir le lien en bas de

page

Bonjour chère lectrice!

Ce mois de septembre que j'avais promis être une suite sur l'eau et ses pouvoirs curatifs avec mon invitée Anne Drolet doit se voir reporté. Anne et moi vous reviendrons aussitôt que possible.

En attendant, j'ai eu l'inspiration de vous parler d'une réalité chez une quantité peu négligeable de femmes que je vois dans mon bureau et ailleurs, et qui font face à ce qu'elles croient être une perte de libido ou d'appétit sexuel dans leur couple. Elles en finissent par croire qu'elles n'ont aucun désir sexuel et qu'elles aimeraient mieux s'en passer complètement. !

Depuis nombreuses années que des femmes m'apportent cette problématique et je continue d'année en année de réaliser que ma croyance de base à l'effet qu'elles ne sont pas nécessairement en perte d'appétit sexuel mais bien qu'elles vivent toutes le résultat d'une déception à quelque niveau que ce soit au sein de leur couple, et que cette blessure n'a jamais été guérie, ou si peu, qu'elle continue de faire ses effets néfastes dans le quotidien et dans la sexualité de leur couple.

Je suis aussi convaincue que différents aspects, soit la communication avec le conjoint, la confiance mutuelle, l'estime d'elles-mêmes s'en trouvent aussi touchés par le fait même.

Je suis encline à vous proposer que plus cette blessure ou déception ne se règle pas et s'enfouit, plus ces femmes perdent du terrain et ne savent pas comment la réparer car tant d'années se sont accumulées, qu'il semble plus facile de tenter de l'oublier que de la recontacter et d'en parler avec le conjoint, qui maintes fois, ne se souvient plus ou a tout simplement eu tendance à croire que 'ce n'était pas si grave'... et pourquoi y revenir?

Le tout contribue à refouler d'avantage et à créer le fossé entre les conjoints.

De plus, nous avons toutes la pensée magique qui peut nous laisser croire que si je ne m'en occupe pas, cela finira bien par passer ou guérir... ou encore être rangé aux oubliettes une fois pour toute et on continue sa vie du mieux que l'on peut.

Mais NON! Cela ne se passe pas comme cela.

Je vois aussi chez mes clientes combien il est pénible de revisiter cette déception passée car la plupart d'entre elles savent en quelque part que leur conjoint n'aura pas le désir d'en reparler, ou elles ont peur qu'il refusera de s'y pencher avec elle et ainsi regarder la blessure ou déception qui fut créée. Elles ont aussi peur de réaliser qu'elles avaient raison et qu'une compréhension, ou guérison ou amende honorable qu'il a pu avoir mal aqi ne s'effectuera jamais. On a peur qu'il ne voudra jamais comprendre ce

- Remplissez un

Sondage sur le

SPM

Femme ou Homme

www.paulinehoule.com

[Vous pouvez écouter](#)

[une entrevue de](#)

[Pauline avec Diane](#)

[Bouffard au 93.3](#)

qu'il a déclenché chez nous, dans notre intérieur invisible.

COMMENT FAIRE APRES TOUTE CETTE RÉALISATION?

Il m'est apparu évident que certains conjoints ne sauront jamais jusqu'à quel point ils ont pu déclencher une blessure chez l'autre. Quoi faire avec ce genre de personne? Car la réciproque existe aussi, les femmes déclenchent leur conjoint dans leurs propres blessures.

Mon mentor Dr. Harville Hendrix, de qui j'ai appris la majorité de mon approche pour les couples qui me consultent, disaient combien il était important que chaque conjoint apprenne à reconnaître son potentiel de 'déclencheur' et non pas de se voir comme un bourreau, mais bien quelqu'un qui n'a pas eu les mêmes blessures que l'autre (et ce, partout dans sa vie, pas seulement dans le couple) et que nous sommes tous capables de 'peser' sur les boutons sensibles de notre entourage. Le couple ne fait pas exception.

APPROCHE A CONTEMPLER:

'Le Défi du Couple' ¹ par le Dr. Hendrix n'existe plus malheureusement en français (mais sera ré-édité d'ici un an possiblement) mais si vous pouvez lire en anglais, bravo! Ce livre met merveilleusement en lumière comment nous nous accouplons, non pas par l'effet du hasard, mais bien parce que nous dépistons très subtilement et inconsciemment chez l'autre, des comportements semblables à nos parents, qui nous ont aussi blessés de maintes façons, et pour lesquels nous n'avons pas terminé notre guérison. Nous devenons alors attiré(e) par quelqu'un qui nous aidera à continuer cette guérison afin d'en finir une fois pour toute.

Je vous rappelle cette réalité qui semble incontestable: NOUS REPRODUISONS CE QUE NOUS CONNAISSONS LE MIEUX... MEME SI CELA NOUS A FAIT MAL jusqu'à temps que nous ayons suffisamment conscience de nos faits et gestes, et que nous en guérissions année après année, nous continuons d'attirer cette même énergie afin de nous permettre de la reconnecter. Car ce que nous ressentons, nous pouvons nous en occuper et le guérir.

Mais alors que chaque personne devrait reconnaître son potentiel de déclencheur, je vous invite aussi à contempler que nous sommes toutes et tous responsables de ce que nous avons choisi, dans ses moindres recoins. Mon thérapeute m'a demandé, il y a plusieurs années, après que j'ai eu une session assez éclairante, merci, en rapport avec couple, si j'étais prête à me pardonner du choix de mon conjoint qui semblait vérifier ma blessure profonde quant à une croyance enfouie que j'avais oubliée bien sûr.

J'ai alors vécu un Euréka! Car je venais de comprendre qu'il y a des fois que notre choix du conjoint va nous confirmer dans notre décision fondamentale de vie, vg : je ne mérite pas d'être aimée... et tantôt, nous choisissons quelqu'un pour nous déclencher à enfin nous occuper de cette blessure bien enfouie et trop souvent oubliée : vg : mon père ou ma mère m'ont donné le message de ne pas être sexuelle, sensuelle, etc., et je me choisis un conjoint qui va me demander d'être sexuelle... Et de là bien entendu, toutes les recettes inimaginables possibles.

J'espère ne pas être trop courte dans mes explications, car des livres peuvent s'écrire juste sur ces pages que je vous dépose.

Mais si je réussis à vous faire cogiter, réfléchir et réorienter votre approche quant à votre propre manque d'appétit sexuel, il en sera ça de pris ou gagné.

Enfin, je vous propose la réflexion suivante:

Lorsqu'un couple se trouve ensemble depuis de nombreuses années, il est très possible que vous rencontriez ce que Caroline Myss nomme l'archétype du Compagnon. Cela signifie que nous avons grandi, évolué dans cette voie qu'il nous apparaît plus naturelle de se voir devenir un 'Compagnon ou Compagne' pour l'autre

¹ Hendrix, Dr. Harville. *Getting the love you want.*

que de continuer une sexualité qui a eu sa place pendant de nombreuses années mais l'attrait s'en est transformé petit à petit et le besoin ou l'attrait de la sexualité a changé de couleur. Je serais d'avis que nous ne parlons plus de manque d'appétit sexuel mais bien d'une re-connexion avec une intimité qui s'est alignée différemment avec notre conjoint.

Si cette démarche s'effectue chez les deux relativement en même temps, bravo, sinon, le conjoint qui semble moins intéressé à la relation sexuelle risquera de se voir affublé de tous les maux parce que le désir n'y est plus. Et s'il n'est pas ainsi par l'autre conjoint, on trouvera soi-même le tour de se dénigrer car toute notre société regorge d'annonces et de sous-entendus et de publicité à ce que les humains 'normaux' doivent se prévaloir de relations sexuelles le plus souvent possible.

Quant à moi, je crois que le rythme de la sexualité change avec l'âge mais que nous devons aussi la voir comme une progression, une évolution qui s'installe... et si on ne peut trouver de déceptions passées non réglées, alors, mettons-nous à y voir un changement en soi-même et cessons de nous affubler de l'étiquette d'être anormale.

Je vous souhaite une bonne cogitation et comme toujours, vous remercie de vos commentaires et suggestions.
Passez un merveilleux mois de septembre et début d'octobre.

LE MOIS SUIVANT: De retour avec les pouvoirs curatifs de l'eau.

P.S. Invitez vos amies (femmes et hommes) à remplir les sondages qui se trouvent sur mon site www.paulinehoule.com afin que je continue ma recherche.

Chaleureusement vôtre :

Pauline Houle - Thérapeute - Auteure

pms@paulinehoule.com