

# Un Bulletin Mensuel

## Pour la FEMME en quête de VÉRITÉ...



VOLUME 1 – NUMÉRO 10 – OCTOBRE 2006

**“La liberté,  
concrètement,  
signifit d’avoir  
l’habileté de choisir.”**

**Simone Weil**

- **Université Yale**

**Recherche sur le SPM**

**Voir le lien en bas de  
page**

**Bonjour chère lectrice et cher lecteur!**

Ce mois-ci, je m’adresse aux mères qui ont des filles d’âge d’être menstruées ou qui vont bientôt l’être... et aux pères de ces filles.

Ce bulletin sera court mais il vous fera travailler intimement si vous désirez bien le faire et voir les réponses que vous trouverez afin de constater combien votre inconscient continue son chemin à travers votre quotidien de mère (père)... et de fille (fils) à votre mère que vous êtes encore jusqu’à son départ.

Lorsque j’étais jeune, ma mère me racontait, à l’occasion, combien elle était malade, alitée pour au moins une journée, durant ses menstruations.

Bien sûr son époque des années ’20 et ’30... avait sa réalité médicale. Le judéochristianisme voulait bien que l’on se plaigne le moins possible; alors j’en conclus que ma mère devait bien se sentir atrocement malade afin que le médecin lui rende visite dans ses premières années de menstruations, surtout lorsque la famille était bien peu fortunée financièrement.

Elle nous racontait que le médecin lui disait que « probablement elle réglerait ses douleurs une fois qu’elle aurait enfanté ». Plausible comme réponse, qu’elle dut attendre patiemment, et continua de souffrir jusqu’à son premier enfant. Elle nous confia qu’une fois son premier accouchement fait, elle n’eut plus de douleurs. Alors bravo pour elle!

Par contre, de mon côté, je me souviens très clairement que je me disais intérieurement que je n’avais pas à subir le même sort. Comment se fait-il que je pensais ainsi? Ma personnalité? Une rébellion inconsciente de ne pas être comme ma mère? Je ne le saurai possiblement jamais.

Ceci étant dit, je vous raconte cette petite anecdote parce que j’ai

[Visitez un sondage à remplir pour les femmes](#)  
*Et*  
[les hommes](#)

[Envoyez ce lien à une amie afin qu'elle reçoive ce Bulletin mensuel.](#)

[Vous pouvez écouter une entrevue de Pauline avec Diane Bouffard au 93.3](#)

aussi constaté à de nombreuses occasions dans mon bureau, combien une bonne quantité de femmes croient que leurs symptômes menstruels sont héréditaires. « Ma mère avait telle migraine, moi aussi! » « Ma mère avait des crampes, moi aussi! » « Ma mère saignait abondamment, moi aussi! » Et ainsi de suite...

Je vous propose ce mois-ci de bien investiguer votre histoire maternelle. Je vous invite à faire un voyage dans votre passé et de questionner votre mère, si cela vous est possible, et d'écrire tous les symptômes qu'elle a eus pendant son cycle menstruel.

En second lieu, je vous invite à comparer avec votre cycle et les jours qui l'entourent, afin de comparer s'il y a similitude. S'il y a similitude, posez-vous la question s'il se peut que ces symptômes fassent partie des comportements appris ou des attitudes copiées que vous continuez de reproduire sans jamais vous y être arrêtée. Parce qu'après tout, lorsque nous sommes jeunes, nous savons d'instinct que nous nous attirons plus d'amour de notre mère (et père) si nous copions certains de leurs comportements et leçons.

[Et du côté des hommes](#), car j'ai quelques hommes inscrits à ce bulletin, si vous le désirez, voyez donc si vous vous souvenez ce que votre mère vivait pendant ses cycles menstruels.

D'abord, saviez-vous lorsqu'elle était menstruée? Saviez-vous ce que ce phénomène signifiait pour elle? Est-ce que votre père vous a fait des commentaires à cet égard? Avez-vous appris des comportements, réflexes quelconque durant ce temps du mois? Et maintenant que vous êtes adultes, voyez-vous certaines ressemblances entre votre conjointe et votre mère quant à leurs cycles menstruels?

Tant de questions mais aussi tant de découvertes possibles afin de vous aider à voir la réalité.

Je vous invite à me partager vos réponses et vous souhaite une aventure qui vous aura été profitable à tous égards.

À la prochaine et bon automne.

**LE MOIS PROCHAIN** : J'aurai une entrevue (en anglais) qui aura été faite à New York.

Chaleureusement:

**Pauline Houle** -  
Thérapeute - Auteure

pms@paulinehoule.com