

# Un Bulletin Mensuel

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



VOLUME 1 – NUMÉRO 11 – NOVEMBRE 2006

«L a femme moyenne  
préfèrera avoir plus de  
beauté  
que d'intelligence,  
parce  
que l'homme moyen  
peut  
voir plus qu'il ne peut  
penser! »

Auteur Inconnu

### Bonjour chère lectrice!

Ce mois-ci, j'ai décidé de vous parler de la beauté. J'en conviens, une lecture un peu plus longue, mais soyez patiente, je suis toute avec vous chères femmes... ainsi qu'avec les hommes qui vous aiment.

Certaines études ont cherché à évaluer les sentiments et émotions, que ressentent les femmes, après qu'elles aient feuilleté un magazine qui regorge d'affiches brandissant ce que devrait être la beauté, surtout chez la femme.

Combien de femmes regardent ces photos d'actrices, de modèles dits féminins, et combien de milliards se dépensent chaque année, afin que les femmes puissent penser appliquer tant de produits de beauté, les aidant à ressembler à une telle ou l'autre, ne serait-ce que l'espace d'un mirage passager?

Ces études qui se sont répétées, ont démontré que la forte majorité des femmes se sentent déprimées, confuses, se critiquent et se comparent négativement après avoir consulté de tels magazines. Tout leur environnement s'en ressent, même si elles n'en sont pas conscientes.

J'espère que le message de ce bulletin criera A MORT! sur les toits pour CES FAUX MESSAGES, et que cela résonnera dans tous les cœurs des femmes de la planète. Je rencontre tellement de belles femmes, naturelles, avec tout un pouvoir de séduction féminin, qui continuent de se taper sur la tête de ne pas ressembler à ces modèles.

J'approuve totalement l'Espagne de s'être levée, et d'avoir aboli qu'on exige aux modèles de peser tant de kilos afin qu'elles soient reconnues présentables. Quelle horreur! Imaginez-vous une femme de 5'9'' peser 110 livres? Elle ressemble à un squelette ambulante.

Oprah s'est heureusement mêlée d'investiguer de toutes petites fillettes qui cessent de manger parce qu'elles se trouvent grosses et pas belles. Dieu! Tonnerre de Brest, réveillez-vous les femmes, et cessez d'acheter toutes ces idioties. Mon message aux jeunes filles et aux femmes de tout âge, vous invite à cesser de vous torturer et de vous « anorexier », ou je ne sais quoi d'autre, afin de chercher à ce qu'on vous trouve belles! Bon, assez de colère de ma part. Je reviens à la belle femme dont je veux vous parler ce mois-ci.

J'ai été interpellée dernièrement à investiguer le cas d'une jeune femme qui me disait être la proie de poussée d'acné au visage, et elle voulait mon opinion car toute son investigation des produits que les dermatologues offraient la laissaient très insatisfaite, et je suis très d'accord avec elle. Nous sommes toutes deux d'avis qu'un produit assez dangereux pour menacer la santé de votre foie, mais qui va enrayer vos boutons, ne devrait même pas être inventé!

« La beauté est une source inépuisable de joie pour celui qui sait la découvrir. »

Alexis Carrel

[Recherche sur le SPM -](#)

[Université de Yale, Dr.](#)

[Yonker.](#)

De plus, elle me partageait que plusieurs de ses amies se réveillaient à vivre la même situation, sans parler des aveux de certaines actrices qui se dévoilent avoir les mêmes problèmes. Étrange me disais-je, car je n'ai jamais eu à faire face à ce genre de poussée de boutons. Bien sûr que mon adolescence a vu ses effluves se pointer à maintes occasions, et je me souviens combien ma mère avait sa raison de m'imposer de ne pas 'leur' toucher afin de ne pas créer de cicatrices ou de marques sur la peau. Chère Maman, elle avait sa façon bien à elle. « *Lave-toi fréquemment, et fais attention à ce que tu manges!* » Je me rends compte maintenant combien son approche était saine et simple. « *Ne mets pas tes mains sales dans ton visage!* » me sermonnait-elle.

Mais revenons à cette belle femme que je nommerai **Athéna**, un peu en guise de la déesse grecque, à qui elle me fait songer par sa beauté et son intelligence, qu'elle ne semble pas encore reconnaître entièrement. J'ai tout espoir qu'après notre rencontre, Athéna n'aura de choix que d'accueillir sa vraie beauté. Je sais qu'elle cessera de donner du pouvoir à toute la symbolique qu'elle a découverte, et qu'elle continuera d'introspecter et de faire des connexions intéressantes. Je la connais, elle est quête de vérité et brillamment intelligente pour trouver sa voie, donc une guérison plus profonde que l'épaisseur des symptômes de sa peau. Mais avant d'aller plus d'avant, voici un peu d'histoire.

#### **Un tantinet de mythologie.**

Le père d'Athéna, Zeus, avait peur du pouvoir de son épouse Métis, et l'avalait afin de se protéger. Zeus ne savait pas que son épouse était enceinte d'Athéna, ce qui lui donna un mal de tête digne à désirer une lobotomie.

D'avaloir Métis ne tua pas Athéna qui finit par sortir de la tête de Zeus parce que celui-ci demanda à ce qu'on lui ouvre le crâne afin de remédier à son mal insupportable. Athéna en sortit et triompha. Quelle histoire! Je suis heureuse que nous ne vivions plus à cette époque. Bref...

La symbolique à y comprendre réside dans le fait que tant d'hommes, surtout de la génération de nos pères, avaient possiblement peur du pouvoir de la femme, dans son potentiel de beauté, de créativité, d'enfanter, et de tout le mystérieux qui fait que la femme est ce qu'elle est. Toute cette peur du père finit par transmettre, à son épouse, et à ses filles aussi par ricochet, de bien faire attention de ne pas trop s'aimer, ne pas se trouver belles, intelligentes, autonomes, et surtout ne pas dépasser le pouvoir du patriarcat de la maison.

Certaines cultures vont d'emblée accepter et honorer le pouvoir masculin, et parfois, vont dénigrer tout le potentiel féminin. C'est un peu ce que j'ai retrouvé dans l'histoire de notre Athéna.

#### **Voici son histoire intime**

Athéna est issue d'une famille où la culture et les croyances inhérentes à sa famille, ont laissé leurs traces de par l'éducation qu'elle a reçue. Depuis son enfance, son père ne lui reconnaît pas toute l'intelligence et toute la beauté qui se déroule d'année en année; il est bien entendu qu'à l'âge de son adolescence, son désir de se mêler à son époque la guide à penser au maquillage.

Le maquillage est un couteau à deux tranchants : Il rehausse la beauté ou il la cache! Je repense à quelques femmes que j'ai croisées, qui avaient tellement de maquillage sur la peau, qu'elles en étaient laides!

**Rehausser quoi?** Tout le potentiel qu'un peu de créativité peut embellir, améliorer, accentuer, é mousser....

**Cacher quoi?** Cela dépend de la croyance intérieure de la femme à propos d'elle-même. Peur d'attirer l'attention des hommes, des autres femmes, peur de s'attirer de l'envie, de la jalousie et encore...

Peu de temps après ses achats de maquillage de jeune fille, son père lui dérobe le

tout et cache ses cosmétiques jusqu'à temps qu'Athéna et sa sœur dénichent leurs effets.

**Possible message reçu :** « Tu n'as pas droit de t'embellir... ou d'être belle! »

Tout le passé d'Athéna me révèle que son père, premier reflet masculin envers la femme qui grandit en Athéna, n'accueille pas, ne reconnaît pas, ne reflète pas sa beauté naturelle, son intelligence, son pouvoir de femme. L'effet que tout cet apprentissage a maintenant sur elle, est qu'elle ne croit pas son conjoint qui lui dit combien elle est belle.

D'emblée, son réflexe est de croire qu'il lui dit cela pour qu'elle se sente mieux, ou parce qu'il est gentil.

Autre fait important, la mère d'Athéna est aussi prise dans un carcan de n'être qu'une bonne mère. Toute sa 'femme' est mise de côté; aucun artifice, aucune reconnaissance de sa féminité et de tout son potentiel.

Pas surprenant qu'Athéna ne veuille en aucun cas ressembler à sa mère, car le message d'une mère est qu'elle doit s'oublier en tant que femme. Tout un contrat! Une mère ne peut être sexuée, sensuelle, féminine, coquette, joyeuse, etc. Dieu garde cette mère de se prononcer sur son droit de se sentir belle et de relever ses attraits!

De plus, lorsque je questionne s'il y a des cycles, ou phases où elle se voit affublée d'acné, comparativement à d'autres moments dans sa vie, il est très clair pour elle que ces accès de boutons, qui sont douloureux en passant, se pointent lorsqu'elle est stressée, lorsque son père devint gravement malade, lorsqu'elle s'est divorcée de son premier conjoint, (qui ne l'aimait certainement pas pour la traiter comme il le faisait) bref, lorsque les émotions s'activent. Elle en est bien consciente, et voit combien il y a un lien entre ses éruptions cutanées et ses situations problématiques. Donc, elle reconnaît qu'il y a un possible pouvoir bien intime qu'elle peut explorer à cet effet et regagner du terrain sur sa vie.

De plus, je lui aide à réviser comment elle se sent au quotidien, si un bouton lui rend visite. Il va sans dire que ce bouton risque de contrôler ses sorties, son humeur, et il est possible qu'il gagne sur son désir de mettre le nez au dehors.

*« Ma belle Athéna, que d'énergie gaspillée à donner du pouvoir aux croyances de ton père qui avait possiblement peur de ta beauté. De ta mère, qui elle aussi, ne savait comment même honorer la sienne. »*

Nous avons terminé notre séance avec un bel humour et Athéna m'a accordé qu'elle pratiquerait à croire son conjoint, et lui accorder qu'elle a à changer, à s'adapter à sa vraie beauté et surtout, de cesser de donner tant de pouvoir à ces boutons qui ne sont qu'une tentative de l'intérieur, à la bousculer, à secouer ses anciennes croyances limitatives qui continuent de la saboter.

*Oh! Belles Femmes, que de tortures vos anciennes croyances vous font subir, et combien de tortures vous endurez afin de croire être belles pour des dieux qui n'en ont rien à cirer!*

Souvenez-vous qu'une souffrance est seulement bonne si elle vous aide à vous en sortir et à guérir.

Comme mot de la fin, voici une très courte vidéo que ma douce et belle nièce Roxanne m'a envoyée, ...et je t'en remercie car sa pertinence ne fait que crier plus fort, tout le message que je viens d'écrire.

J'espère que votre ordinateur sera en mesure de visionner cette vidéo car une image vaut mille mots. La mention en anglais à la fin de la vidéo se traduit :

*« Pas étonnant que notre perception de la beauté soit tellement tordue... »*

[Vous pouvez écouter](#)

[une entrevue de](#)

[Pauline avec Diane](#)

[Bouffard au 93.3](#)

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

Voici le lien : [La bête chez la Belle!](#)

D'ici le mois prochain, je vous souhaite toute la beauté extérieure, intérieure, de la tête aux pieds, du cœur à l'âme, de vous-même à votre conjoint, et de retour à vous-même.

**Aimez-vous mur à mur!**  
Avec toute mon affection :

***Pauline Houle*** -

Thérapeute - Auteure

p.s. Merci Athéna, souviens-toi que tu es encore plus belle lorsque tu vis ton bonheur réel.

[pms@paulinehoule.com](mailto:pms@paulinehoule.com)

**LE MOIS PROCHAIN : je ne sais pas encore. Bye bye!**

**[Article sur le SPM - Femmes en Santé.com](#)**

P.P.S. Le mois dernier, je vous avais annoncé une entrevue à New York. J'ai été enchantée de cette rencontre à la radio et je n'ai pas encore l'accessibilité audio qui sera possible pour le prochain mois.

Merci de votre patience!