

Sophie COLAS

Conteuse D'histoires



Du même auteur :

Miroirs
Roman, 2004
(réédition juillet 2018)

oOo

L'Ombre et la Paix - Univers du Chaman et de la Roue Médecine
Guide pratique, 2009

oOo

L'insolite défi d'amour
Roman, 2018

Illustrations de couverture et intérieures :

© Narupon

© Pixabay

Conception : Veronika

© **Sophie COLAS, 2019**
ISBN : 979-10-359-0989-5

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes des paragraphes 2 et 3 de l'article L. 122-5, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, sous réserve du nom de l'auteur et de la source, que les « analyses et les courtes citations justifiées par le caractère critique, polémique, pédagogique, scientifique ou d'information », toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

SOMMAIRE

LES PREMIERS PAS



| | |
|---|----|
| LA QUÊTE DU HÉROS..... | 18 |
| L'HISTOIRE..... | 19 |
| L'Appel à l'AVENTURE..... | 21 |
| LE HÉROS..... | 22 |
| LE DÉPASSEMENT DE SOI – LA « DESCENTE AUX ENFERS »..... | 22 |
| LES AIDES ET LES GARDIENS..... | 23 |
| LE RETOUR AU QUOTIDIEN – L'Élixir de vie..... | 24 |
| UN OUTIL POUR LA QUÊTE..... | 25 |
| <i>L'art du conteur d'histoires</i> | |
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « AU CŒUR DE LA FORÊT »..... | 27 |

L'APPEL À L'AVENTURE



| | |
|--|----|
| CHACUN EST LE HÉROS D'UNE QUÊTE..... | 33 |
| CHACQUE JOURNÉE EST UN APPEL À L'AVENTURE..... | 33 |
| LA ROSE DES VENTS ET LES QUATRE ÉLÉMENTS..... | 35 |
| ◇ AU SUD – LA TERRE : LE PHYSIQUE, LE MONDE MATÉRIEL..... | 37 |
| ◇ À L'OUEST – L'EAU : L'ÉMOTION..... | 38 |
| ◇ AU NORD – LE FEU : L'INSPIRATION, L'IMAGINAIRE..... | 38 |
| ◇ À L'EST – LE VENT : LA SAGESSE..... | 39 |
| <i>L'art du conteur d'histoires</i> | |
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « TU SERAS CONTEUR D'HISTOIRES »..... | 41 |

À LA RENCONTRE DU HÉROS



| | |
|--|----|
| LE HÉROS DANS SON ÉLÉMENT | |
| <i>Qu'est-ce qui l'anime ?</i> | 47 |
| ◇ LES DONS DES QUATRE DIRECTIONS | |
| ▪ LA TERRE – LE SUD : LE MAGICIEN ET LE CONTEUR..... | 49 |
| ▪ L'EAU – L'OUEST : LE RÊVEUR..... | 50 |

| | |
|---|----|
| ▪ LE FEU (LA LUMIÈRE) – LE NORD : LE VISIONNAIRE..... | 51 |
| ▪ LE VENT – L'EST : LE DANSEUR D'ÉNERGIE..... | 52 |
| LE HÉROS ET SES DOMAINES DE PRÉDILECTION | |
| <i>Activités et orientation professionnelle – 1^{re} partie.....</i> | 54 |
| ◇ L'INFLUENCE DES ÉLÉMENTS SUR LES COMPORTEMENTS ET L'ORIENTATION PROFESIONNELLE | |
| ▪ IL EST DU SUD ET DE LA TERRE..... | 54 |
| ▪ IL EST DE L'OUEST ET DE L'EAU..... | 56 |
| <i>L'art du conteur d'histoires</i> | |
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « LE SURVIVANT ET LE DOUX RÉVEUR »..... | 59 |
| LE HÉROS ET SES DOMAINES DE PRÉDILECTION | |
| <i>Activités et orientation professionnelle – 2^e partie.....</i> | 62 |
| ▪ IL EST DU NORD ET DE LA LUMIÈRE..... | 62 |
| ▪ IL EST DE L'EST ET DU VENT..... | 64 |

LA QUÊTE : LES GUIDES ET GARDIENS



| | |
|--|----|
| LE HÉROS, LA MUSE ET LA DÉESSE..... | 69 |
| ◇ ENFANTÉ DE LA MUSE OU DE LA DÉESSE..... | 70 |
| ◇ LORSQUE L'ÉNERGIE DES GRANDES MÈRES EST MAL VÉCUE..... | 76 |
| ◇ LES ÉNERGIES MÈRES, LA FAMILLE ET LE DOMAINE PROFESSIONNEL.. | 78 |
| <i>L'art du conteur d'histoires</i> | |
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « LE CONTE DES GUÏMAUVES »..... | 79 |

| | |
|---|----|
| LES AUTRES ROYAUMES | 86 |
| ◦ <i>Un guide du royaume animal</i> | 89 |

LA QUÊTE : LES RITES DE PASSAGE



| | |
|--|-----|
| CÉLÉBRER LES CHANGEMENTS | |
| <i>... et s'y préparer</i> | 95 |
| ◊ Une quête de vision | 98 |
| ◦ <i>Une roue de l'enfance</i> | 101 |
| MIEUX COMPRENDRE LES QUATRE DIRECTIONS | 103 |
| ◊ Le Sud : l'enfance et l'innocence – le quotidien, le monde physique et matériel | 104 |
| ▪ Une quête au Sud..... | 105 |
| ▪ Une quête à écrire et à conter à ceux que vous aimez..... | 108 |
| ◦ <i>Le Sud : Pluie d'étoiles</i> | 109 |
| ◊ L'Ouest : l'intériorité, l'émotion, le rêve, l'émancipation | 110 |
| ◦ <i>L'Ouest : Attention douceur !</i> | 114 |
| ◊ Le Nord : se positionner et prendre sa place, l'esprit, l'imaginaire | 116 |
| ▪ Une quête au Nord..... | 120 |
| ◊ L'Est : la pensée, la compréhension, la communication, la liberté | 120 |
| ▪ Une quête à l'Est..... | 124 |
| ◊ Les directions se complètent | 125 |

L'art du conteur d'histoires

| | |
|---|-----|
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « RENCONTRE DE GRENAT ET DE L'ASPECT DORÉ »..... | 129 |
|---|-----|

| | |
|--|-----|
| ♦ L'enfance – Le baptême..... | 137 |
| ♦ L'adolescence – L'émancipation, le rêve..... | 140 |
| ♦ L'adulte – Le Mariage..... | 143 |
| ♦ La sagesse – Le pardon et l'absolution..... | 146 |
| ♦ Un cycle complet se termine..... | 150 |

L'art du conteur d'histoires

| | |
|--|-----|
| UNE QUÊTE DU HÉROS – « PETIT CONTE POUR NOËL ET LA NOUVELLE ANNÉE »..... | 153 |
| Une lettre – « UNE QUÊTE POUR GRANDIR »..... | 157 |
| Une lettre – « UNE QUÊTE DU BONHEUR »..... | 161 |

LE CENTRE



| | |
|---|-----|
| UN LIEU OÙ SE Rassembler, tout déposer et repartir de Neuf..... | 165 |
|---|-----|

CONCLUSION



| | |
|-------------------------|-----|
| <i>Conclusion</i> | 171 |
|-------------------------|-----|

Dans les temps anciens, nous nous réunissions pour écouter les histoires des Conteuses. Elles étaient des personnages importants et respectés et chacun dans le village participait aux joyeux préparatifs pour accueillir celle qui s'était mise en route.

Enfin, le jour venu, pétris d'attente, nous formions le cercle et allumions les chandelles. Puis le silence se faisait, palpable et dense comme la nuit tombante. Et alors que les ombres dessinaient d'étranges figures en se projetant sur le sol, et tout autour aussi, la conteuse entraînait dans son art et chorégraphiait pour nous des mondes magiques. Par elle, nous avions accès à d'autres univers de possibilités.

On les appelait les nattes torsadées, car c'est ainsi qu'elles coiffaient leurs cheveux.

Comme ils étaient bons et riches, ces moments de rassemblement. On se sentait reliés les uns aux autres et tellement plus vivants. La présence des conteuses unissait, apportait la joie et restaurait l'amour.

À tous ceux qui aiment les histoires, les entendre, les conter et les écrire, et à ceux qui souhaitent intervenir sur le cours de leur propre histoire, je dédie ce livre.

Sophie Colas

LES PREMIERS PAS



~ *Les premiers pas* ~



La vie n'est jamais fixe, même si parfois nous avons le sentiment que les choses n'avancent pas, en réalité l'instant qui va suivre se construit dans le moment présent et ce qui se trame dans notre inconscient se révèle dans notre quotidien, c'est en cela que l'observation nous renseigne. Prendre le temps de se poser, de faire le point de ce que nous savons, de ce que nous abritons comme émotions et comme croyances, des pensées qui nous animent, de contempler notre semaine et ce qu'elle nous a montré de nous-mêmes et de l'univers dans lequel nous évoluons, nous aide à voir l'instant se construire.

Toute pensée pour se cristalliser a besoin du support de l'émotion. C'est pourquoi on lui voue un véritable culte dans cette société. Il est facile, en effet, d'influencer une personne, ou un peuple, en cultivant sa capacité à s'émouvoir ou à se sentir concerné. On peut soulever des armées, générer le chaos. D'ailleurs, elles nous malmènent bien souvent.

L'amour n'est pas une émotion. Les émotions sont comme les personnages qui peuplent les quêtes à la recherche de leur héros, elles s'en viennent rencontrer l'amour pour comprendre le sens de la vie et prendre refuge en lui. Familiarisez-vous avec vos personnages, regardez comment ils entrent en scène et les rôles qu'ils interprètent, apprenez-leur à communiquer, à chercher de l'aide et à trouver des

solutions à ce qui les préoccupe. Vous pouvez les aider à grandir de leurs expériences et dès à présent bâtir un monde meilleur pour vous et vos proches en apprenant à écrire, à vivre et à conter, des histoires qui guérissent.

LA QUÊTE DU HÉROS



Pour comprendre comment les histoires se tissent et se construisent, je vous invite à entrer dans l'univers fabuleux de celles que l'on nomme « Les Quêtes du Héros ». Vous allez pouvoir renouer avec votre propre talent, mieux décoder votre propre histoire, vous permettre des libertés et conseiller vos proches.

Quelques quêtes illustrent des chapitres de cet ouvrage. Elles apportent leurs lumières.

Nous racontons tous une histoire et parfois elle nous étonne : de bonnes surprises bien souvent, mais aussi des limitations qui nous font enrager, des erreurs d'aiguillage qui nous laissent médusés, et des schémas qui se répètent, comme si le récit quelque part nous avait échappé.

Afin d'intervenir positivement sur le cours d'une histoire, il est important de prendre du recul, d'observer ce qui se trame et de se familiariser avec les personnages : leur personnalité, leurs goûts, leurs atouts et leurs handicaps, comment ils entrent en scène et les influences qu'ils subissent. Leur trouver des professeurs aussi, ou les mettre face à des situations qui vont les aider à grandir et à élargir leurs connaissances et leur point de vue.

Les pires ennemis du Héros sont l'ennui et l'aveuglement. La routine a, hélas, des propriétés hautement soporifiques qui engourdissent le cœur et isolent de l'action. La quête fait naître une dynamique, ravive notre capacité à discerner le vrai du faux et, en anéantissant le sentiment que les journées se calquent les unes sur les autres, réactive notre goût inné pour l'aventure.

L'HISTOIRE



Une histoire a un début, un milieu et une fin. C'est un schéma narratif commun. Elle met en scène un personnage que l'on nomme le Héros. Pour activer la quête, il fait un choix, celui de relever un défi : l'Appel à l'aventure. Le parcours commence alors, il surmonte des écueils, se trouve confronté à des épreuves et tout ceci va le pousser à se remettre en question, à prendre conscience de ses limites, à dépasser ses peurs, à construire sa force et à faire preuve de discernement. À point nommé, il reçoit l'aide de ses guides et gardiens, même s'il est en proie au désespoir ou doute de leur présence, car c'est au moment où il abandonne toute résistance qu'il est le plus proche d'eux. Ceux-ci n'accompagnent d'ailleurs pas le Héros sur le parcours, mais attendent qu'il se présente à eux ou qu'il soit réceptif, car il serait grave de le priver d'un enseignement qu'il doit acquérir par lui-même. Ce point est très important puisqu'il construit en effet autant sa foi en lui-même, qu'en sa capacité à trouver des outils, des guidances, et à puiser dans sa force intérieure.