

***Nancy Sophie Lavoie***

***Vous, Hercule et Votre Véritable Histoire de Vie 2015***

**Éditeur : Nancy Sophie Lavoie**

260, boul Larochelle #1

Sainte-Marie (Québec) Canada G6E 2G5

**Téléphone** : 581-224-6487

**Courriel** : nancysophielavoie@gmail.com

**Tous droits réservés –©Nancy Sophie Lavoie, 2015.**

On ne peut reproduire, enregistrer, diffuser ou adapter le présent ouvrage, en partie ou en totalité, sous quelque forme que ce soit – graphique, électronique, mécanique, photographique, sonore, magnétique, ou système de mise en mémoire et de récupération de l'information – sans avoir au préalable, obtenu la permission écrite de Nancy Sophie Lavoie.

**Dépôt légal**

2<sup>e</sup> trimestre 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2012

Bibliothèque et Archives Canada, 2015

# Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

Avant tout,

Il y a eu,

L'immense patience de mes proches...

Leur croyance qui est venue enrichir la  
mienne...

Et le temps qui a été déposé sur ma route...

# Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

# Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

## Prologue

Que ce soit, par le biais du cinéma, des jeux vidéo ou de la simple rêverie, chacun de nous s'est un jour imaginé une vie dans laquelle il apparaissait courageux et remarquable, dans laquelle il était reconnu et acclamé. À nos heures, nous désirons tous être des héros !

C'est en m'inspirant des Douze travaux d'Hercule que je vous propose d'observer votre propre existence, à la lumière de ce personnage issue de la mythologie de la Grèce Antique.

Car si nous faisons un parallèle entre certains événements vécus et ces travaux, nous constaterons que nous sommes bel et bien nous aussi des êtres exceptionnels.

Pourquoi Hercule ? Pour ses Douze travaux et les enseignements extraordinaires que nous sommes à même de s'approprier.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Ayant moi-même passé une trop longue partie de ma vie à emprunter une couleur et un saveur qui ne me plaisaient pas, je sais trop bien ce qu'est le sentiment de « ne pas être »...

Ayant mis mes rêves et mes passions de côtés, ils ne se sont pourtant jamais réellement endormis.

Ainsi, j'ai combattu ma vie pendant des années. Croyant fermement que c'était là mon destin. Avec le temps, je suis devenue amère, sans m'en rendre compte. Et j'ai amorcé la pire entreprise qui soit : j'ai saboté ma propre existence en la détruisant avec toutes les forces qui m'habitaient.

Aujourd'hui, mes douze travaux m'ont transporté vers la progression et la réalisation de mes ultimes passions.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

Et l'une d'elle, découverte au long de mon parcours, était de vous accompagner dans votre cheminement personnel de votre réel scénario de vie.

Le but de cet ouvrage vise à découvrir et à mettre à jour le héros, le personnage extraordinaire que vous êtes, à votre tour de rendre visite, à votre propre histoire de vie.

# Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

## **La vie d'Hercule en bref**

Tout commence il y a bien longtemps, en Grèce, à une époque où les dieux et les hommes interféraient fréquemment dans la vie des uns et des autres. Par définition, les héros mythologiques ne sont pas véritablement situés dans le temps, car ils échappent souvent aux contingences humaines. Tous issus d'une union entre mortel et divinité, ils étaient malgré tout soumis au joug du temps et de la mort. Pourtant même si le mythe se prolonge sur plusieurs siècles, il reste possible de situer l'époque du héros Hercule aux alentours de 496 av. J.-C. Toutes ressemblances avec des faits contemporains est tout à fait... probable !

En ce temps-là, Alcèmène, descendante de Percée, était reine de Thèbes.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Cette mortelle, épouse d'Amphitryon, avait la réputation d'être d'une fidélité irréprochable. Ce trait de caractère attira sur Alcmène la concupiscence de Zeus (ou Jupiter).

Quelques 2500 ans plus tard, cela se nomme entre autre : le démon du midi! Donc notre ami Alcmène ne recula devant rien pour arriver à ses fins.

Utilisant la ruse, Zeus prit donc un soir, l'apparence d'Amphitryon et abusa de la belle qui se croyait en présence de son époux. Rien n'indique qu'il y ait eu consommation de « remède » ou encore d'un nectar particulier. Cette union étrange donna le jour à des jumeaux. Le premier se nommait Iphiclès et était le véritable fils d'Amphitryon (...) et le second avait pour nom Alcide ce qui signifie le « vigoureux ». Ce ne sera qu'après sa mort qu'on lui donnera le nom sous lequel il est encore connu aujourd'hui :



## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

Hercule (d'Héraclès en grec et transformé par la suite par les romains en Hercule). Il obtenu donc son nom de scène seulement de façon posthume.

Les Douze travaux d'Hercule ne constituent en fait qu'une toute petite partie de son existence, mais ils ont une valeur extrêmement symbolique et surtout, ils nous permettront de dresser un canevas pour la suite de notre aventure.

Toutefois, avant d'y revenir, voici quelques étapes de la vie de notre héros.

◇ À peine venu au monde, Hercule se présenta comme un être exceptionnel, mais dès cet instant aussi, il fut en buttes aux humeurs divines. Héra, l'épouse jalouse (et trompée) de Zeus, impuissante devant son époux, voua une haine féroce à l'enfant. Elle glissa deux serpents dans le berceau des

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

jumeaux, mais Hercule les prit dans ses mains et les étouffa tous les deux.

◇ Apprenant la fourberie de son épouse, Zeus décida de se faire le protecteur d'Hercule. Il demanda un jour à Hermès, le messager des dieux, d'emporter Hercule auprès d'Héra et de lui faire boire le lait de son sein. C'est par ce subterfuge qu'Hercule put accéder à l'immortalité. On raconte que ce sont des gouttes de lait perdues qui donnèrent naissance à la voie lactée.

◇ À l'instar de certains de nos jeunes contemporains, qui sont recrutés par des équipes universitaires de hockey, de football ou de basket pour leur seul talent sportif, Hercule manifesta très tôt des aptitudes physiques exceptionnelles.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Mais pour le reste, avouons qu'il était plus que moyen. Zeus avait pourtant bien fait les choses : Rhadamanthe enseigna à Hercule le tir à l'arc ; Castor, la lutte armée; Linos le fils d'Apollon lui-même, la musique (Hercule le tua un jour, par un simple geste d'impatience). De plus, il avait un précepteur d'exception en la personne du centaure Chiron. Côté compagnon de classe, Hercule fréquentait Thésée, autre personnage particulier avec lequel il partit plusieurs fois à l'aventure (des virées d'étudiants en somme).

◇ À l'âge de 18 ans, Hercule étonnait tout le monde par sa très grande taille, sa vigueur et sa force « herculéenne ». Ce sont elles qui lui permirent de tuer le lion de Cithéron qui terrorisait la région et ravageait les troupeaux d'Amphitryon et de son voisin, le roi Thespios. Pour le remercier, ce dernier lui donna sa fille en présent.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

En fait, une légende veut que Thespios, qui, désirant avoir pour descendant un fils de héros, mette successivement dans le lit d'Hercule chacune de ses cinquante filles, et comble de tout, toutes eurent un fils.

◇ Hercule était donc le héros de la région. On l'admirait et on lui demandait aide et protection lorsque les choses n'allaient pas. C'est sans doute dans de telles circonstances qu'il intervint à Thèbes, sa ville natale. Chaque année, la cité était contrainte de payer un tribut de cent bœufs à la ville d'Orchomène. Hercule intercepta les deux messagers qui venaient réclamer la redevance abusive. Il leur coupa le nez et les oreilles et les renvoya chez eux. Furieux, Erginos, roi d'Orchomène leva une armée et lança une attaque contre Thèbes. Hercule pris les grands moyens et détourna un fleuve, noyant ainsi les cavaliers d'Erginos, avant de

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

décocher une flèche mortelle à ce dernier. Malheureusement, Amphitryon perdit également la vie lors de cette attaque.

◇ En signe de reconnaissance, le roi de Thèbes offrit sa fille Mégare au héros. Elle lui donnera trois enfants. Malheureusement, l'impitoyable Héra refit surface.

Voyant son bonheur et ne pouvant le supporter, elle provoqua chez lui une crise de folie meurtrière d'une telle puissance, que sans même s'en rendre compte, Hercule tua sa propre épouse et ses enfants.

Lorsque sa démence se dissipa, Hercule s'effondra. N'ayant aucune conscience de ce qui s'était vraiment passé, il était persuadé que le drame était de sa faute et que la responsabilité lui incombait. Ce qui, 2500 ans plus tard serait une évidence, à moins d'avoir un avocat de taille.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

◇ Désespéré, ne sachant que faire ou comment expier cette horreur, il consulta l'oracle de Delphes qui lui ordonna, en guise de punition, de se mettre durant douze ans au service d'Eurysthée, son cousin et rival. Celui-ci, croyant se débarrasser d'Hercule, lui imposa douze épreuves dont, selon lui, il ne pourrait sortir vivant. Ce sont là les fameux Douze travaux d'Hercule, qu'il aura à accomplir et dont le monde entier a entendu parler.

◇ Évidemment, la vie d'Hercule ne se borne pas à ces douze travaux, il réalisa de nombreux autres exploits confirmant maintes fois son statut de héros.

## **Hercule et vous**

Voilà donc, dans ses très grandes lignes, la vie de cet homme à la fois privilégié et adulé mais aussi, a priori, violent, caractériel et influençable. Ajoutons à ce résumé qu'Hercule est un personnage qui ne cesse de partir à l'aventure, tout autant que d'expérimenter. Sur le plan humain, il connaît de grands bonheurs, mais subit également des épreuves terribles.

Comme cet ouvrage vise à découvrir et à mettre à jour le héros, le personnage extraordinaire que vous êtes, à votre tour de rendre visite à votre propre histoire de vie.

Ainsi donc, faites-vous-même, dès maintenant, un résumé de votre propre existence.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Certes, vous n'avez probablement pas (quoi que, c'est possible) combattu à l'étranger, vous n'avez sûrement pas (je ne vous le souhaite pas) supprimé vos enfants et votre épouse (ou votre mari), mais vous avez très certainement aimé, connu des difficultés avec vos parents, vos enfants, vos relations, vous êtes possiblement parti en voyage quelque part, même si ce n'est pas très loin, vous avez à coup sûr participé à des fêtes et à des événements marquants.

Allez dès maintenant chercher un cahier de votre choix, et quelques plumes de couleurs, pour vous accompagner. Vous pourrez ainsi participer à cette aventure magique, celle de votre vie. Vos propres travaux, et la vraie nature de ceux-ci à ce jour. Et j'ose dès maintenant vous affirmer, qu'à la fin de votre voyage, ils auront pris une valeur inestimable.



# Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Avant de plonger, je vous invite à lire les lignes qui suivent dans le but de vous orienter de la façon la plus optimale dans votre démarche.

◇ Essayez de faire une liste chronologique des tous ces moments de votre vie, un peu sur le même modèle que la vie d'Hercule.

◇ Portez une attention particulière aux transitions, c'est-à-dire : comment vous êtes passé de tel emploi à tel autre, de telle relation à la suivante, etc.

◇ Tâchez de vous souvenir des déclencheurs, des personnes croisées, des évènements, etc.

Peu à peu en rédigeant ce résumé de votre vie, vous allez voir se dégager des périodes très nettes, des moments charnières, des personnages clefs.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

Si possible (je le recommande fortement), fouillez dans vos photos, faites en des copies et collez les dans votre cahier aux endroits qui vous semblent les plus stratégiques. Essayez d'enrichir le tout d'anecdotes, qu'elles soient positives ou négatives. Ce cahier et ces mots vous appartiennent, il ne s'adresse qu'à vous, ne les partagez avec personne, ainsi vous aurez toute la liberté d'être totalement vrai.

Avez-vous triché à un examen, fumé un (des) joints, sauté nu dans une piscine, renversé la voiture dans un fossé, déchiré la robe de votre sœur, etc. ? Ce sont ici des exemples apparemment anodins, mais qui peuvent contenir une charge émotionnelle forte qui s'est installée dans le temps.

On peut aussi penser à un petit jouet offert par une personne chère que vous n'avez jamais revu par la suite.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Bien sûr, vos exemples peuvent être autrement plus graves et important, suivant la vie que vous avez vécue : vous pouvez être responsable d'un accident majeur, vous pouvez avoir salement tabassé un collègue, comme ça, pour rien, ou encore sauvé la vie d'une personne en train de se noyer. Tous ces évènements doivent faire partie de votre résumé, car ils ont leur importance.

Numérotez chaque petit bloc de quelques lignes, comme dans le résumé de vie d'Hercule cité auparavant. Ensuite, après avoir bien fait le tour de votre existence, passez au surligneur **Jaune** les moments charnières ou ceux que vous considérez comme tels, et au surligneur **Bleu** les évènements qui se répètent dans votre vie.

Ne vous limitez pas dans l'exercice, même des détails peuvent être révélateurs.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

---

Songez par analogie, à ces hommes qui sont toujours attirés par le même type de partenaires. Cela signifie, sans aucun doute, que quelque chose leur plaît chez ces personnes, mais aussi, il est possible qu'une part d'eux ou d'elles-mêmes s'identifie à elles.

Quelle est cette part ? Quelles sont les événements qui se produisent à répétition dans votre vie? Voilà des points qu'il s'agit de faire ressortir et des questions auxquelles il faudra répondre.

Les moments charnières, quant à eux, peuvent-être aussi « étranges » que la décision d'assumer son surplus de poids et d'en faire un atout. À compter de ce jour, toute votre attitude change, votre comportement se modifie et vous devenez une personne à laquelle d'autres types de gens vont s'intéresser.

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

Ces individus vous permettrons sans doute d'aborder des sujets, d'envisager la pratique d'activités ou de métiers tout à fait nouveaux et enrichissants, auxquels vous n'auriez probablement pas pensé.

Lorsque vous aurez achevé cet exercice, vous aurez sous les yeux, tout le parcours de votre vie en format « papier », en couleurs avec, mis en évidence les événements majeurs de celle-ci.

Voici une première « check list » qui pourra vous aider à démarrer. Ensuite essayez d'être de plus en plus précis.

- ◇ Contexte de naissance
  
- ◇ Évènements divers de l'adolescence (personnages marquants)
  
- ◇ Drame de l'enfance ou de l'adolescence

## Hercule, vous et votre véritable histoire de vie

- ◇ Qui a joué le rôle d'Eurysthée (ce frère qui a eu le pouvoir d'imposer les Douze travaux à Hercule) dans votre vie
  
- ◇ Transition à l'âge adulte : évènements particuliers
  
- ◇ Premier grand amour
  
- ◇ Les autres amours : hommes et/ou femmes ayant changé votre vie
  
- ◇ Premier véritable emploi
  
- ◇ Transition vers un second emploi (Qui vous aide? Quels sont les amis qui vous restent?)
  
- ◇ Vos objectifs personnels
  
- ◇ Quels sont les obstacles envisagés ou les connaissances et capacités à développer ?