

## Femme Soumise

Quelle Femme soumise es-tu ? Quelles Femmes soumises sommes-nous, nous les Femmes ?

Femme soumise au travail - Femme soumise en couple – Vie de Femme soumise...

A quelle Femme soumise te reconnais-tu ? oses-tu te reconnaître au travers de cette Femme-là ? est ce une obligation d'associer ces deux mots : Femme et soumise ?

Et bien non, je peux être Femme dans sa Liberté, sa Liberté de Vie

A quel moment de ma vie je suis cette Femme soumise, celle qui n'ose pas, qui ne sait pas qu'elle peut être autrement. Celle qui peut, à tout moment dire NON, en conscience de ce qui se vit là, pour elle, dans l'instant du moment présent. Celle qui peut se respecter dans tous les coins et recoins de son corps. Celle qui doit se faire respecter, pour elle, pour l'autre, pour les autres.

Dans ce corps sans repère, elle avance et vit sans se rendre compte jusqu'à quel point elle est soumise. Puis, à l'orée de sa prise de conscience, cette Femme entre en elle pour sentir, ressentir ce qui est juste et bon pour elle. Savoir à quel endroit, à quel instant, elle entre dans ce jeu de soumission. Que ce soit dans sa vie professionnelle, dans sa vie familiale ou dans l'intime, cette prise de conscience l'aide à repérer à quel moment la bascule s'opère.

Faire la différence, au creux de sa vie professionnelle ou familiale, de la Femme soumise à la Femme entourée d'obligations. Jusqu'où je suis obligée d'acter telle ou telle situation. Est-ce que je me respecte à tout moment dans cet acte ? suis-je à ma juste place dans cette scène, ou bien est ce que je suis en mode « soumission ». Je fais ce que tu me demandes sans me rendre compte que cette décision ne m'appartient pas. Je n'ai pas fait ce choix, c'est toi qui m'y obliges. Je bascule alors hors de ma Liberté, dans un espace qui ne m'appartient pas. Pourquoi je franchis cette zone, au-delà de la limite de ce qui est bon et juste pour moi. Pourquoi à ce moment-là précis, de ma bouche la négation est absente. Pourquoi j'ai besoin d'un délai pour m'affirmer. Quel est ce délai. Il peut être de quelques secondes, minutes, heures, jours, mois, années... Oui, parfois, dans certaines vies de Femmes, le temps s'écoule en années avant de pouvoir entre-apercevoir la lueur de cette soumission. Le délai entre la prise de conscience et la mise en action peut avoir une certaine longueur, un espace temps plus étiré. D'ailleurs, peu importe la durée, ce qui est important c'est la prise de conscience elle-même, ce moment où mon corps se questionne, se met en réaction, s'interroge sur ce qu'il vit et ce qui pourrait peut-être se vivre différemment. Mon corps est-il en phase avec mon âme. A quel endroit, à quel millimètre je bascule côté soumission. Je laisse s'installer dans mon corps une douleur, un mal être, quelque chose qui me dérange. Je traverse une phase de ma vie où je ne sais pas que je peux vivre autrement. La douleur n'est pas obligatoire. Je peux regarder si cette douleur a un lien avec ce jeu de soumission auquel je me livre. Si je décide de vivre une vie plus fluide, de prendre ma vie en main, pour la traverser dans un esprit de liberté, plutôt qu'une sensation de soumission, que se passe-t-il alors ? Comment mon corps réagit à cette différence. Au début il peut être surpris, étonné qu'une autre vie soit possible. C'est normal, il a été formaté dans autre chose. Dans un espace qui n'est pas tout à fait à la hauteur de ses envies ni des miennes. Au moment de cette prise de conscience, je laisse se dépasser mes envies, je laisse se vivre une autre façon de faire, d'agir, de réagir... et là je prends le temps de regarder, de sentir, de

ressentir ce qui se vit, cette différence avec laquelle j'avance pas à pas. Je ne connais pas ce nouveau chemin qui s'ouvre à moi. Je décide d'y aller voir. Je viens d'entendre qu'un « autrement » est possible. Un espace jusque là inimaginable, se déploie. Je décide d'avancer vers cet inconnu, de lâcher les brides et m'autoriser à entendre un autre son du possible.

Peu importe mon âge, ma religion, mon éducation, en tant que Femme, je porte en moi, dans mon inconscient, le poids de ma lignée Féminine, de toutes ces Femmes à qui je dois la reconnaissance d'être là, d'être qui je suis, d'être.

C'est là le moment, le bon moment pour aller visiter cette partie en moi de Femme soumise. La regarder, la dompter pour ensuite la laisser s'échapper, reprendre sa liberté. Et là, s'écarquille ce nouvel être qui est moi, cette Nouvelle Femme qui se découvre maintenant différente. Celle qui sait qu'elle peut vivre autrement sans crainte et sans danger. Celle qui a effleuré un autre espace de son être et qui peut à tous moments y retourner pour se nourrir de cette vitalité.

Le 13 Février 2019 à Marrakech à 8h  
A l'inspiration d'un week-end de Femme Libre