

"Notre voix", un article estampillé Horizons Self-help

Écrit par Horizons Self-help
Lundi, 22 Octobre 2012 09:27

Des participants de différents **Self-help de France** ont écrit ensemble un article intitulé **"Notre voix"**

c' est justement le thème de la Journée Mondiale du Bégaiement du 22 octobre 2012

"Notre voix"

par "HORIZONS SELF-HELP"

"Une voix et des choses à dire" est le thème de la 12^e Journée Mondiale du Bégaiement (JMB). La voix par elle-même porte beaucoup de significations, on parle de la couleur de la voix, de sa chaleur : la voix est chaleureuse, d'une voix réconfortante, d'une voix douce ou d'une voix acre. Elle permet de parler, de crier, de chanter, de déclamer, de hurler, de dire. *Mais lorsqu'elle est présente, sommes nous capable de la maîtriser, la rendre audible, la faire vivre au grès de notre désir ?*

Parfois le bégaiement est si fort qu'il nous est impossible sur le moment de faire quelque chose pour notre voix. Ne trouve-t-elle pas le temps bien long en attendant ce flot de paroles qui peut à la fois se perdre et arriver de nulle part sans crier gare.

La voix n'est pas seulement la voix orale mais aussi la voix que l'on exprime au moment du vote. Cette voix que l'on exprime s'impose dans une discussion ou dans des choix collectifs. *Le bégaiement nous fait taire des choses que l'on doit dire.*

Dans beaucoup de situations nous restons "Sans voix", sans voix orale, donc sans voix qui exprime notre opinion. Cependant nous pouvons toujours nous exprimer en retard pour rattraper les choses. Mais le mieux est de s'exprimer sur le moment, ce qui est difficile mais gratifiant.

En l'entretenant notre voix reste belle à condition de ne pas la brusquer dans les blocages et les à coups. Plus faire douceur que violence. A force de la cultiver on finit par la connaître et l'aimer.

Mais pourquoi y a-t-il des voix qui apaisent et d'autres qui tourmentent ? et pourquoi une même voix peut soit apaiser à certains moments et tourmenter à d'autres ? cela dépend de l'intention que la personne apporte à ce qu'elle veut dire. D'autres voix peuvent guérir.

"Notre voix", un article estampillé Horizons Self-help

Écrit par Horizons Self-help
Lundi, 22 Octobre 2012 09:27

Produite par notre appareil vocal notre voix porte notre parole et donc ce que nous avons à dire. Selon l'importance de ce que nous avons à transmettre à l'autre elle exprime au delà des mots ce que nous ressentons. *Nos mots sont porteurs de messages venus de notre intérieur, comme des symboles de notre difficulté à se montrer, à se dire, mais aussi de notre grande envie de le faire.*

Au fil du temps qui passe nous avons appris ce que parler veut dire, en termes de difficultés, de messages à faire passer, d'émotions à faire vivre : la joie, la tristesse, la colère, l'indifférence, l'hésitation, le calme, le trouble. Elle peut laisser entendre ce que nous ne voudrions pas, elle va au delà des mots.

Notre parole étant difficile nous ne parlons pas pour ne rien dire et connaissons la valeur des mots. Aucun de ceux que nous prononçons n'est complètement anodin.

Notre voix est unique, elle reflète ce que nous sommes, elle est le support de tout notre être dans la communication. La parole en est le prolongement. Elle lui donne un sens, une dimension. Elle se charge de nos émotions, nos idées, notre regard sur le monde. C'est elle qui est mise en difficulté lorsque nous bégayons. Elle est entravée par nos peurs et blocages, par nos réflexes conditionnés. Nous la voudrions fluide et belle. Elle ne l'est que par intermittence. Elle est le miroir de ce qui se passe au fond de nous. Nous ne parvenons pas à cacher nos émotions quand nous parlons, celles-ci s'expriment par ces blocages qui nous sont familiers et à travers lesquels nous nous sommes construits. Pourtant, notre parole, aussi hésitante soit-elle, nous représente, nous symbolise. Elle est là, audible, vaille que vaille. Elle est belle malgré tout, parce qu'elle témoigne de notre réalité. Elle est empreinte de nous-mêmes. Elle a droit à l'écoute, à l'attention et à la considération.

Alain Paute, Françoise Doceul, Thomas Alexis, Xavier Lefebvre et Thierry