

# OSONS NOUS RÉVÉLER!

POURQUOI & COMMENT?  
EN 10 POINTS DE RÉFLEXION



**CHARLOTTE**  
GUIGNARD

Ce livre est une graine qui, pour  
germer, doit d'abord être semée.

Alors diffuse-le sur ton blog, par  
mail, sur internet ou tout autre  
moyen qui te plaira.

**Offre-le en cadeau,  
il est libre de droits !**

(Licence CC BY)

Pour contacter l'auteure :

[osonsnousreveler.com](https://osonsnousreveler.com)

Textes et illustrations

2016 Charlotte Guignard

[Licence CC BY](#)

Mise en page par Nicolas Jeanmonod

# TABLE DES MATIÈRES

UNE INVITATION À SE METTRE EN CHEMIN...	4
CHARLOTTE GUIGNARD .....	5
CE QUE JE DÉSIRE TRANSMETTRE ET POURQUOI .....	8
ALORS « OSONS NOUS RÉVÉLER! », POURQUOI? .....	10
PARCE QUE JE CROIS QUE C'EST L'UNIQUE SENS DE LA VIE... ..	10
PARCE QUE NOUS AVONS LE CHOIX .....	12
PARCE QUE C'EST UN CHEMIN VERS LA LIBERTÉ .....	14
PARCE QUE NOUS RÉVÉLER RÉVÈLE LES AUTRES .....	16
PARCE QUE NOUS MÉRITONS DE RÉVÉLER NOTRE UNICITÉ! .....	19
« OSONS NOUS RÉVÉLER! », COMMENT? .....	23
PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE HUMILITÉ .....	23
PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE INTUITION .....	24
PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE ENGAGEMENT .....	25
PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE COURAGE .....	26
PEUT-ÊTRE GRÂCE AU TEMPS .....	27
MA DÉMARCHE D'ACCOMPAGNEMENT .....	29
QUESTIONNAIRE .....	31

# UNE INVITATION À SE METTRE EN CHEMIN...

Dans cet e-book, je te partage 10 points de réflexion sur Pourquoi & Comment nous pouvons oser nous révéler.

Par ailleurs je t'invite à enregistrer ce document dans un petit coin de ton ordinateur pour y revenir de temps en temps lorsque tu en ressentiras le besoin sur ton chemin. Bien sûr tu peux aussi l'imprimer (mais c'est moins écologique...)!

Bon, avant d'aller plus loin, je tiens d'abord à me présenter à toi cher lecteur.

## CHARLOTTE GUIGNARD

Vendéenne d'origine, âgée de 29 ans, je suis d'abord quêtuse de « connais-sens », de sagesse et de liberté et ensuite spécialiste de la relation d'aide, astrologue humaniste, praticienne en dessin centré, auteure et créatrice. Mon désir est de partager ma quête avec toi pour qu'ensemble nous éveillions nos consciences et nous révélions !

Dès l'enfance, j'ai été en proie à de profonds questionnements existentiels qui ont fait de ma vie un enfer. J'ai lutté longtemps contre ces démons qui m'habitaient en expérimentant différentes approches et outils, mais rien ne se transformait en profondeur.

En parallèle j'exerçais mon métier d'éducatrice spécialisée auprès d'enfants et d'adolescents confiés au titre de la protection de l'enfance et de la protection

judiciaire de la jeunesse, mais aussi auprès d'enfants et d'adultes en situation de handicap mental et psychique. Ponctuellement j'intervenais aussi en centre de détention. Je m'interrogeais souvent et me demandais si un jour ces personnes et moi-même pourrions nous métamorphoser et désinscrire ce qui s'était imprimé au plus profond de nos cellules.

**C'**est à l'âge de 25 ans, alors que je commençais à intégrer l'idée que cette déprogrammation était impossible, que j'ai vécu une expérience alchimique appliquée au corps qui m'a révélée, qui a bouleversé mon existence et qui m'a prouvé le contraire. Après quatre années d'expérimentation, et observant ma transformation, il est devenu évident pour moi que je souhaitais transmettre cette connaissance et cette expérience.

**J'**accompagne désormais, lors de consultations, toutes personnes en quête de révélation.

Si tu souhaites en savoir davantage sur mon parcours je t'invite à commander le livre **OSONS NOUS RÉVÉLER! — Voyage en Terre Intérieure** dans lequel je partage mon histoire, mon parcours, cette expérience ini-

tiation ainsi que toutes les réflexions auxquelles elle me conduit.

[Clique ici pour le commander.](#)



# CE QUE JE DÉSIRE TRANSMETTRE ET POURQUOI

**J**e désire partager et transmettre cette expérience initiatique que je vis depuis maintenant quelques années et qui me transforme en profondeur, change ma vie, transforme mon regard sur moi ainsi que sur le monde et modifie le cours de ma trajectoire. Ce processus de transformation fait désormais partie intégrante de ma vie.

**P**ar ailleurs, je suis une grande idéaliste qui porte le rêve de voir l'Humanité s'éveiller... Je rêve effectivement que nous nous révélions et goûtions la Connaissance et la Sagesse nécessaires à la création d'un monde juste et équilibré dans lequel nous pourrions tous cohabiter dans notre diversité.



La transmission de cette expérience initiatique me laisse penser qu'elle est une des clefs pour que ce rêve puisse un jour se réaliser alors je choisis de te la partager!

# ALORS « OSONS NOUS RÉVÉLER! » POURQUOI ?

**PARCE QUE JE CROIS  
QUE C'EST L'UNIQUE SENS DE LA VIE...**

J'ai toujours cru que travailler chaque jour pour nous offrir une sécurité illusoire, offerte par l'argent, était dénué de sens et d'autant plus que cette quête d'avoir, de sécurité et d'accomplissement extérieur a des conséquences dramatiques. Nous voulons tous être plus accomplis que notre voisin. Nous voulons donc posséder toujours plus d'argent, de pouvoir, de biens, mais choisir cette quête revient nécessaire-

ment à choisir de contribuer au maintien d'une société inégalitaire.

*« La morale collective actuelle nous fait croire que l'important c'est de l'emporter sur les autres, de lutter, de gagner. Nous sommes dans une société de compétition, mais un gagnant est un fabricant de perdants. Il faut rétablir une société humaine où la compétition sera éliminée. Je n'ai pas à être plus fort que l'autre, j'ai à être plus fort que moi... grâce à l'autre. »*

*[ Albert Jacquart ]*

Face à ce constat ne pouvons-nous pas envisager que le sens de nos vies soit ailleurs ?

J'aime à croire que la seule quête qui vaille soit celle de notre être : la quête intérieure. J'aime à croire effectivement que le sens de nos vies consiste à

passer de l'état d'inachèvement dans lequel nous arrivons à celui d'accomplissement.

*« Tout le chemin de la vie c'est de passer de l'ignorance à la connaissance, de l'obscurité à la lumière, de l'inaccompli à l'accompli, de l'inconscience à la conscience, de la peur à l'amour. »*

*[Frédéric Lenoir]*

J'aime à croire également que c'est ainsi que l'Humanité pourra prendre un nouveau visage, plus harmonieux, plus équilibré et plus juste.

## PARCE QUE NOUS AVONS LE CHOIX

J'emploie le mot «OSONS» car cela implique de choisir de se lancer, cela implique un choix. Alors quel est ce choix devant lequel nous nous trouvons ?

À notre naissance, je crois que nous arrivons déjà avec une nature et un bagage psychique qui sont le résultat de toutes les influences antérieures à cette vie-ci. Heureusement face à cela, nous pouvons exercer notre libre arbitre. Nous pouvons effectivement choisir de rester sous l'emprise de ces influences, nous laisser conditionner par elles, et ainsi nous soumettre à notre destinée OU BIEN nous pouvons prendre l'initiative de coopérer à notre destinée et d'échapper à toute forme de fatalité par notre force et notre volonté.

Autrement dit nous pouvons choisir de rester inachevé ou choisir de nous accomplir.

## PARCE QUE C'EST UN CHEMIN VERS LA LIBERTÉ

Tant que nous ne prenons pas l'initiative de nous accomplir intérieurement, nous restons dominés par tout ce qui nous habite. Nous restons dominés par nos croyances, par nos peurs, par nos certitudes, par TOUT ce dont nous avons hérité, par tout ce qui est engrammé dans nos cellules sans même que nous le sachions et le percevions.



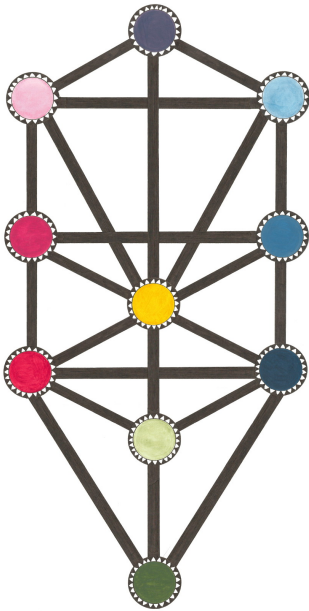
C'est pour cette raison que nous nous entendons souvent dire :

*« Je ne comprends pas la dernière fois ça s'est déjà passé de la même façon ! »*

*« J'ai l'impression d'être condamné à revivre toujours les mêmes histoires. »*

« Je croyais être guéri... »

***Nous sommes comme en état d'esclavage, nous sommes dominés par ce qui nous habite.***



E ffectivement, plus nous nous laissons dominer par ce qui nous habite, plus notre réalité visible tend à se dégrader (maladies, souffrances, accidents, etc.)

J usqu'à présent, face à cette réalité qui se dégrade, nous avons eu recours aux médecines classiques et/ou alternatives qui ont elles-mêmes

recours à des procédés qui sont extérieurs à nous-mêmes. Ces procédés vont soit atténuer notre symptôme, soit nous donner l'illusion de sa disparition, soit encore nous servir de béquilles. Ces disciplines parviennent à tromper nos sens, à créer l'illusion de notre guérison, alors qu'elles ont en réalité refoulé et

endormi ce qui était à l'origine de la dégradation de notre réalité physique, psychique et mentale.

**B**ien que ces disciplines soient de réels soutiens, nécessaires parfois, je crois qu'elles ne peuvent pas promettre la guérison, et encore moins la révélation de l'être, car elles ne sont que des techniques extérieures à nous-mêmes.

**J**e crois désormais que seules notre prise d'initiative, notre volonté de muter et de s'y engager peuvent nous Sauver et nous Révéler. Nous sommes nos propres thérapeutes !

## PARCE QUE NOUS RÉVÉLER RÉVÈLE LES AUTRES

**J'**observe, par cette expérience, que ma libération et ma révélation progressive sont en train de libérer les personnes qui m'entourent. Je ne rentrerai pas dans le détail parce que cela m'obligerait à exposer des



éléments trop personnels, mais en tout cas c'est vraiment beau, intense et puissant !

Grâce à cette expérience, je mesure vraiment (sans pouvoir le prouver) que notre conscience n'est pas limitée à notre corps, qu'elle s'étend dans un espace beaucoup plus vaste et que nous sommes tous reliés les uns aux autres.



*« L'être humain est une partie de l'ensemble que nous appelons l'Univers, une partie limitée dans le temps et dans l'espace. Il fait l'expérience de lui-même, de ses pensées, de ses sentiments comme quelque chose de séparé du reste, une sorte d'illusion d'optique de sa conscience. Cette illusion est une sorte de prison car elle nous restreint à nos désirs personnels et nous contraint à réserver notre affection aux quelques personnes qui sont les plus proches de*

*nous. Notre tâche devrait consister à nous libérer de cette prison en élargissant notre cercle de compassion de manière à y inclure toutes les créatures vivantes et toute la nature dans sa beauté. »*

*[ Albert Einstein ]*



J'aime à croire que le monde a besoin de lumière et de révélation pour grandir et évoluer dans l'équilibre et la justice. Alors si effectivement nous sommes chacun une petite cellule du Grand Tout nécessaire à son bon fonctionnement et que notre illumination et notre révélation peuvent contaminer les autres, alors osons nous révéler!

## PARCE QUE NOUS MÉRITONS DE RÉVÉLER NOTRE UNICITÉ!

Ce chemin va nous permettre de modifier notre trajectoire, de transmuter ce qui était lourd, malade ou encore douloureux, nous remettre dans notre axe, dans notre verticalité, dans une posture juste pour nous. Nous allons également accéder à davantage d'Équilibre, de Liberté, de Connaissances. Notre regard sur nous et sur le monde va se transformer, notre conscience sera comme élargie et nous allons piler nos croyances ainsi que nos certitudes. Nous allons penser et voir autrement... avec beaucoup plus de nuances, de Respect et de Sagesse.

Nous allons prendre conscience que oui nous sommes une petite cellule, mais aussi que nous sommes UNIQUES et que nous n'avons pas le même rôle à jouer que notre voisin. Nous allons réaliser que le monde n'est qu'abondance et qu'il y a de la place pour chacun de nous. La place de l'autre est prise de toute façon, alors soyons-nous ! Révétons-nous, révétons nos dons, nos talents, prenons notre juste place et

accueillons la lumière que nous méritons d'être et d'incarner!

*« Ce qui est demandé au chemin, c'est de nous conduire au bout de lui-même... Chacun de nous est un chemin, ce qui est demandé à l'un n'est pas demandé à l'autre. On ne demande pas à un pommier de faire des figues, on demande à un pommier de donner des pommes, au figuier de donner des figues. La seule chose qui nous est demandée et que demande la Vie en nous, c'est de produire nos propres fruits, les fruits de notre propre sève, le chant de notre propre cœur, la marche de notre propre vie. On fait souvent de nous des arbres artificiels, un peu comme les sapins de Noël. Nous ne donnons alors pas les fruits de notre arbre mais d'autres fruits, qui viennent d'ailleurs. Ils sont*

*certes brillants, appétissants et beaux à voir, mais ils manquent de sève et de saveur. Il nous arrive ainsi d'en avoir assez d'être un sapin de Noël et de vouloir être enfin un arbre bien planté en terre, pour porter enfin nos fleurs et donner nos propres fruits, tournés vers la lumière. Pour cela il nous suffit de savoir quelle est notre manière propre d'incarner la vie, l'amour, d'être au Logos (...) À chacun de devenir le nom, le secret qu'il est, de révéler cette forme particulière que prend l'Être, la Vie en lui. Chacun de nous est un chemin unique, celui que prend l'Amour pour éclairer le monde. Chacun de nous est une forme unique, particulière, que prend la Vie pour éclairer la terre. En marche! »*

*[Jean-Yves Leloup]*

E ffectivement en chacun de nous, un potentiel, un trésor, un germe se cache et ne demande qu'à prendre racine et à se déployer vers la lumière. Accompagnons cette graine vers son élévation et son expansion!



# « OSONS NOUS RÉVÉLER! », COMMENT ?

## PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE HUMILITÉ

**J**e crois qu'avant de se mettre en chemin, il faut déjà avoir osé regarder ce qui nous dérange, osé avoir accueilli ce que nous sommes, osé l'avoir reconnu. Se mettre en chemin c'est véritablement faire preuve d'humilité: c'est reconnaître que oui nous portons des génies, des accomplis, du qui va bien mais c'est aussi reconnaître que nous portons des plaies, des inaccomplis et des choses qui dérangent... Et ce n'est pas une honte! Bien au contraire, c'est tellement beau et honorable cette lucidité sur soi. Se montrer authentique, accepter de faire tomber les masques et se présenter

dans le bon comme le moins bon est admirable et respectable, vraiment...

## PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE INTUITION

Une fois que nous avons vu nos génies mais aussi nos plaies, nous avons plusieurs possibilités :

- soit ne rien vouloir changer et dire comme je l'entends parfois « *on ne se refait pas !* »,
- soit au contraire désirer vouloir se transformer.

Pour savoir quel choix faire, je nous invite vraiment à écouter notre intuition. Il y a une petite voix précieuse à l'intérieur de nous qui sait ce qui est bon pour nous, nous pouvons l'écouter et lui faire confiance.

L'entendons-nous et que nous dit-elle ?





Elle nous dit qu'emprunter ce chemin n'est pas le moment pour nous? Alors très bien, respectons cela sans nous condamner, soyons bienveillants avec nous.

Elle nous dit, au contraire, de tenter l'expérience? Alors dans ce cas poursuivons!

## PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE ENGAGEMENT

**A**vant de prendre la route je crois qu'il peut-être important de glisser dans notre sac à dos un petit cahier, ou une petite feuille sur laquelle sera inscrit ce pourquoi nous désirons nous mettre en chemin. Nous pouvons, par exemple, répondre à ces questions:

*«Qu'est-ce qui fait que je m'engage sur ce chemin? Qu'est-ce qui me motive? Quelles sont mes intentions?...»*

Cet engagement pourra être un véritable soutien dans les moments de doutes, dans les moments où nous aurons envie de faire demi-tour, dans les moments où la pente sera trop abrupte, dans les moments où il y aura du brouillard.

## PEUT-ÊTRE GRÂCE À NOTRE COURAGE

**J**e crois que le plus difficile finalement n'est pas de faire le premier pas sur le chemin, ni le deuxième, ni le troisième, mais d'avoir le courage de poursuivre en gardant en mémoire les raisons pour lesquelles nous avons choisi de l'emprunter. Ce chemin d'accomplissement n'est pas valorisé, parfois même déconseillé et souvent fort critiqué. Il est bien délicat de le poursuivre en sachant que nous ne sommes pas ou peu soutenus, voire même condamnés par notre entourage qui ne comprend ni ne respecte parfois notre démarche. Effectivement ce chemin est pourvu d'obstacles, et celui-ci en est un. Choisir de l'emprunter requiert du courage.

## PEUT-ÊTRE GRÂCE AU TEMPS

**L**a dernière clef qui me semble essentielle est d'accepter le facteur TEMPS. L'ascension peut-être rapide, elle peut aussi être longue, mais dans tous les cas il n'est pas possible de passer de la vallée au sommet sans marcher. La rapidité de l'ascension sera propre à chacun. Certains ont de grandes foulées, certains ont des sacs à dos plus remplis, d'autres ont des chaussures moins adaptées... Chacun progresse à son rythme, mais personne ne peut prétendre être passé du point A au point B sans effort, sans difficulté, sans épreuve.



**L**e chemin prend de toute façon du temps. Il faut parfois se rassasier, parfois faire une pause, parfois contempler les premières fleurs ou les quelques rayons de soleil.

Bien que ce chemin soit divin, il n'est pas instantané, miraculeux, immédiat. Il prend du temps et ce facteur est à accepter. Nous aimerions souvent des résultats rapides, efficaces, magiques. Or l'évolution et l'accomplissement se font sur la durée. Les mutations sont belles et bien effectives, mais elles se font progressivement, pas à pas.

À l'intérieur de nous c'est une alchimie qui s'opère et elle prend du temps. Ça me fait un peu penser au bon plat que l'on fait mijoter sur le feu de nombreuses heures avant que nous puissions le goûter. Et bien sur ce chemin c'est pareil! Pour récolter les fruits il faut accepter le temps de germination, de levée et de croissance.



Si tu es en train de lire ces quelques lignes c'est que tu as eu le courage d'aller jusqu'au bout alors je t'en félicite! Désormais il ne me reste plus qu'à t'exposer ma démarche d'accompagnement.

## MA DÉMARCHE D'ACCOMPAGNEMENT

**S**i ce que tu viens de lire a provoqué une petite ou une grande étincelle en toi et que tu souhaites bénéficier d'un éclairage et d'un soutien, j'ai une solution pour toi.

**J**e te propose un accompagnement individuel et personnalisé ainsi que des ateliers privés collectifs pour recevoir les clefs de ce chemin de révélation que tu mérites de connaître.

**L'**objectif est que tu deviennes ton propre thérapeute. Je souhaite que tu puisses te passer de ma présence et de mes outils rapidement. Je te transmettrai donc les clefs de ce processus.

Les consultations individuelles sont un temps pour toi au sein duquel je t'offre une écoute bienveillante et empathique, sans jugement ni critique. Ensemble nous éclairerons tes interrogations, tes doutes, tes joies, tes peines et tes émotions et surtout nous les inscrirons dans le processus de mutation pour que ton être se libère et se révèle.

Les ateliers collectifs sont privés et donc accessibles uniquement à quelques personnes motivées prêtes à s'engager sur l'année et qui veulent travailler avec moi. C'est dans un partage mutuel avec les autres membres du groupe que je vous donne l'espace et les outils pour que vous puissiez plonger véritablement dans votre intériorité et vous révéler les uns les autres par principe de résonance.

[Clique ici pour les découvrir](#)

**Merci pour ton attention et à très bientôt  
pour te rencontrer,**

*Charlotte Guignard*

## QUESTIONNAIRE

Je te propose de t'offrir quelques instants pour réfléchir et/ou écrire tout ce qui pourrait t'encourager à te mettre en chemin en répondant par exemple à ces quelques questions :

*— Est-ce que je ressens un besoin de changer ou d'améliorer des aspects de ma vie (physique, psychique, mental, professionnel, familial, affectif?)*

— *Suis-je confronté à des problèmes récurrents ? Si oui, lesquels ?*

— *Quel sens je donne à la vie, à ma vie ?*



*— Comment ai-je pris ma place jusqu'à présent dans le Monde ?*

*— Ai-je envie de me mettre en chemin ? Si oui, qu'est-ce qui m'en donne l'envie ? Qu'est-ce qui motive ce choix ?*

*— Qu'est-ce que j'espère de ce chemin, qu'est-ce que j'imagine, qu'est-ce que j'aimerais voir changer?*

Édition du 22 septembre 2016  
Mise en page par Nicolas Jeanmonod  
[nicolas.jeanmonod@gmail.com](mailto:nicolas.jeanmonod@gmail.com)  
~oOo~