LISE BARTOLI

Les contes du désert



8 histoires pour réveiller les enfants

PAYOTPSY

Après le succès des *Contes de l'arc-en-ciel*, voici huit nouvelles histoires écrites par Lise Bartoli pour éveiller la conscience des enfants de 4 à 12 ans. À leur lecture, ils découvriront qu'ils possèdent de puissantes ressources intérieures qui les aideront à :

- croire en eux,
- renforcer leur intuition,
- se sentir libres,
- alléger ce qu'ils trouvent pesant,
- accepter la différence,
- savoir écouter la nature,
- savourer ce qu'ils ont la chance de vivre.

Résultat : des enfants guidés dans leur existence vers un mieux-être et un mieux-vivre avec les autres.

Lise Bartoli, psychologue clinicienne et hypnothérapeute, spécialiste en périnatalité, est l'autrice de plusieurs ouvrages, dont *L'Art d'apaiser son enfant* et *Dis-moi comment tu es né, je te dirai qui tu es*.

LISE BARTOLI

Les contes du désert

8 histoires pour réveiller les enfants

ILLUSTRATIONS DE LUCIE YONNET

PAYOTPSY

Retrouvez l'ensemble des parutions
des Éditions Payot & Rivages sur
payot-rivages.fr

Illustration de couverture : © Lucie Yonnet

© Éditions Payot & Rivages, Paris, 2022
Maquette : Marie Gastaut

ISBN : 978-2-228-93207-3

Sommaire

Avant de commencer... 9
Une aide à la transformation 12

Le vent messager
Être à l'écoute de son intuition 19

Des chaussures bien trop lourdes
Alléger ce qui pèse au fond de soi 29

Le chameau qui ne voulait pas avancer
Agir avec le cœur de façon juste 41

Les sandales de Widad
Réduire les peurs obsédantes 53

Moutons en perdition
Mieux accepter la différence et rassembler 63

Sidi, prince du désert
Savourer ce qu'on a la chance de vivre 73

L'oiseau du bonheur
S'appuyer sur ses forces pour regonfler son estime de soi 83

L'aide puissante de l'harmattan
Se laisser guider vers le plaisir 95

Avant de commencer…

Depuis toute petite, je suis connectée à l'Invisible. Enfant, je percevais toutes les nuits des personnages que j'appelais « fantômes », ce qui m'effrayait énormément. Ma grand-mère est morte lorsque j'avais l'âge de six ans et je la voyais régulièrement assise au bout de mon lit, souriante. Mais son sourire ne m'apaisait pas. Mes parents insistaient : « Ce sont des cauchemars. » Mais je faisais très bien la différence entre ces visions et les mauvais rêves.

Cette période difficile dura plusieurs années. Il fallut attendre bien plus tard, à l'âge adulte, pour que j'accepte de rouvrir cette capacité à me relier à l'Invisible et ne plus en avoir peur. C'est même devenu, pour mon métier de psychologue, une opportunité formidable de me relier à l'inconscient de mes patients.

J'appelle cette pratique la « résonance ». Habituellement, ces connexions se produisent lorsque je suis en état méditatif en présence d'un·e patient·e dans mon cabinet. Mais elles

se manifestent également à d'autres moments, comme lors de ce séjour que je fis en Mauritanie.

Ce matin-là, j'avais pris la décision de méditer en profitant du lever du soleil dans l'Amatlich, le désert mauritanien. Soudain, alors que j'avais les yeux fermés, un homme bleu du désert m'est apparu en visualisation. Il m'a confié : « Je vais te raconter des histoires que tu écriras pour les enfants. » J'ai accepté et tout écouté. À la fin, je lui ai demandé son nom. Il a répondu : « Wallyoun. » Je l'ai remercié et il a disparu.

Je suis descendue en bas de la dune pour écrire ce qui m'avait été conté. En notant les grandes lignes des contes, j'ai demandé à un ami mauritanien ce que voulait dire « Wallyoun ». Il m'a répondu : « Celui qui voit le futur. » J'ai aimé ce clin d'œil.

Je remercie le sage du désert de m'avoir transmis ces histoires dont la portée est universelle, car elles contiennent toute la sagesse de l'inconscient collectif.

On dit souvent que les contes sont créés pour endormir les petits. Mais ceux de cet ouvrage

sont destinés à éveiller la conscience des enfants de quatre à douze ans. En les lisant, ils découvriront qu'ils possèdent de formidables ressources intérieures. Celles-ci les aideront à gérer leurs émotions, dépasser les difficultés, développer leur esprit créatif et leur intuition pour être puissamment guidés dans leur existence vers un mieux-être et un mieux-vivre avec les autres.