



# Anne-Estelle Dal Pont

Tu veux recevoir mes confidences directement dans ta boîte mail ?  
[Clique ici :-\)](#)

## Rafistoler les âmes

### **Il y a un an, j'ai publié un roman qui s'intitule "Le Père-Noël rafistoleur"**

Un "rafistoleur", ça n'existe pas.

Ou plutôt, le mot n'existe pas.

Mais comme aucun autre mot ne représentait ce que je voulais, j'en ai inventé un (le pouvoir de créer ^^).

### **C'est un roman qui parle d'êtres amochés qui se font rafistoler.**

Pas à coup de bistouri (quoi que... mon personnage principal, Yann, a eu un accident et se fait bel et bien opérer)

Mais à coup d'actes de gentillesse,

De rencontres et d'échanges,

D'histoires du bout du monde inspirantes,

D'un carnet de correspondance et de lettres anonymes,

D'idées lumineuses qui réchauffent l'hiver intérieur,

D'amour (évidemment)

Et de magie : parce que la magie, c'est l'âme qui agit ;-)

### **Je crois que les mots peuvent rafistoler**

Je le vois tous les jours dans les récits de vie et les récits thérapie que j'écris et qui apaisent celles et ceux qui les lisent,

Je le vois dans les retours de lectrices et de lecteurs de mes romans, que ce soit par mail, par message sur les réseaux sociaux, dans les avis que certain(e)s prennent le temps de laisser sur les plateformes,

Je le vois aussi quand moi j'écris dans mes carnets personnels, mais aussi dans les histoires que j'invente qui parlent toujours un peu de moi.

### **Les mots rafistolent parce qu'ils...**

... apportent de la clarté et dissipent le brouillard émotionnel intérieur,

... adoucissent l'âpreté de certains événements de la vie,

... encouragent, valorisent, motivent, redonnent de l'espoir,

... proposent des idées qui font du bien, une autre perspective d'une situation douloureuse,

... mettent à l'honneur, redonnent de la force, soufflent sur les braises de la confiance en soi,  
... reconnaissent un vécu, apaisent, soignent,  
... émerveillent, reconnecte à une forme de beauté et de bien-être  
Et bien sûr, cette liste est non exhaustive :-)

### **Dans chacun de mes romans, je rafistole mes personnages, et ils me rafistolent en même temps**

Plus je déroule leur histoire, plus je mets des mots sur la mienne, en filigrane.  
Plus je les guide sur le chemin de la douceur, plus je fais de la place à la douceur, dans ma propre vie.  
Plus j'écris la lumière (si tu me suis depuis un moment, tu sais que c'est la thématique de tous mes romans), plus je me laisse guider par elle.  
Et plus je me rafistole, plus j'ai la sensation de choisir les mots les plus justes pour qu'ils rafistolent celles et ceux qui les liront.

### **Alors, si tu as besoin d'être rafistolé.e,**

Choisis un livre qui t'attire,  
Et laisse les mots danser en toi,  
Créer des ponts ou des navires,  
Et te transporter.

### **Et si tu n'as pas d'idée de romans, choisis un des miens :-D**

Ils sont tous pleins de lumière, de douceur, et d'idées créatives.  
Ils racontent tous l'espoir, la résilience, l'amitié et l'amour.

Tu peux les retrouver en cliquant [ici](#) (tu auras leurs résumés, et les liens directs pour les commander en ligne, mais tu peux aussi les commander chez ton libraire préféré)

Mais comme c'est bientôt Noël, je te conseille [Le Père-Noël rafistoleur](#) qui est parfaitement de saison.

Et je te propose même de plonger dans l'histoire avec moi,

En écoutant un joli extrait en vidéo ([clique ici](#) ou sur l'image ci-dessous).



D'où l'absence de culpabilité dans le fait de s'en séparer (représenté par ce triple homicide dans mon rêve). Et l'angoisse de la prison, de ne pas pouvoir réaliser la suite, si cette étape n'est pas franchie.

La police (qui représente l'ordre, ce qui est censé être la justice), c'est cette part en moi qui juge cet "abandon de ma mue", qui voudrait que les choses restent comme elles sont parce qu'elles sont connues.

### **Raconter mon rêve était un acte de grandeur parce que sans jugement.**

Pourquoi avoir honte de ses rêves ?

Ce n'est que des histoires que notre subconscient se raconte.

Sans filtre.

Je trouve ça génial parce que sans la morale, la bienséance, le politiquement correct, notre subconscient nous balance des trucs hyper intéressants.

Il faut savoir les décoder, c'est sûr, mais chaque histoire a un sens.

Et en parler devant tout le monde a ouvert beaucoup de choses dont je suis tout juste en train de prendre conscience.

### **J'ai repéré déjà 5 portes qui se sont ouvertes grâce à ce petit acte.**

1/ Je libère la parole, parce que beaucoup ont tellement honte de leurs rêves qu'ils n'en parlent pas. Sauf qu'un rêve n'est pas à prendre au pied de la lettre, tu n'es pas une horrible personne si tu rêves que tu découpes quelqu'un à la scie. Et si un rêve t'a marqué, c'est qu'il a un message fort. Alors, si je peux aider à libérer ça chez d'autres, tant mieux.

2/ Un rêve d'enfant m'est revenu. Gamine, j'étais fascinée par l'histoire de Joseph, dans la Bible. D'ailleurs, il y a un super film d'animation qui s'appelle "Joseph, roi des rêves" (par les mêmes qui ont fait "Le Prince d'Égypte") si tu veux découvrir cette histoire magnifique. Et moi, je voulais être comme Joseph, pouvoir interpréter les rêves et aider avec grandeur les autres (il a quand même sauvé l'Égypte de la famine, et toute sa famille, grâce à son interprétation). Et je réalise que ce rêve est toujours très vivant en moi.

3/ J'ai créé le compte Instagram @nanadereves, pour aider les femmes à renouer avec leurs rêves. Parce que je ne rêvais plus pendant des années (je t'ai déjà parlé de ma maladie, dépression, etc). Et depuis hier, je réalise que je souhaite et peux aider les femmes avec leurs rêves de nuit (ceux que l'on peut interpréter), et leurs rêves de jour (ceux qui donnent un sens à la vie, une raison de se lever le matin et d'aimer notre chemin). J'ai comme un feu qui crépite encore plus fort en moi depuis que j'ai pris conscience de ça.

4/ J'ai réalisé que mes accompagnements "Intuition Canon" (dont je te parlais plus haut, avec les exercices d'écriture intuitive) ressemblent énormément à l'interprétation des rêves : dans les deux cas il y a une histoire, des mots qui sont des clés au milieu, une proposition de signification qui permet de mieux se connaître, mieux se comprendre, et mieux aligner ses actions en fonction de nos rêves de jour. D'une certaine manière, en proposant une explication aux histoires écrites par les personnes que j'accompagne, je fais la même chose qu'interpréter des rêves.

**Voilà.**

Sur ces confidences, je te souhaite une belle semaine et de douces lectures qui rafistolent <3

**À lundi prochain pour les prochaines confidences.**

Anne-Estelle