**L’identité narrative : barrière n°1 à la pleine reconnaissance de EXCELLENCE**

Pour rappel, l’identité narrative est l’histoire que l’on raconte à propos de nous même, afin de garder une certaine cohérence identitaire.

Une sorte de roman national que l’on se raconte à propos de soi, notamment pour donner du sens à notre vie et à nos épreuves.

Pour bien comprendre ce qu’est l’identité narrative et comment elle peut se manifester dans ta vie, **je t’invite à revenir sur cet article**

**Comment l’identité narrative peut t’empêcher de reconnaitre pleinement ton EXCELLENCE ?**

SI tu as bien lu les précédents articles au sujet de l’identité narrative, tu dois très certainement commencer à comprendre que l’identité narrative, lorsqu’elle se base, non pas sur des faits, mais sur tes propres ressentis et impressions.

De ce fait, elle t’empêche de voir la réalité des choses telles qu’elles sont, et donc, de reconnaitre pleinement ton mode opératoire, ton EXCELLENCE.

**Retour sur le moment de la découverte de ton EXCELLENCE**

Durant l’atelier de découverte de ton EXCELLENCE, le guide tisserand a identifié, à travers ton expérience de vie, ta manière naturelle, unique et singulière d’agir au quotidien.

Cette identification s’est faite, non pas à travers des impressions et des ressentis (exemple : ah lui je sens que c’est plutôt un intellectuel !) mais bien selon des critères factuels, à savoir :

· Ton vécu et ton expérience de vie

· Des actions dont tu as été amené à poser, et où tu as, factuellement, transformé une réalité

Et pour rappel : les autres stagiaires, présents lors de l’atelier et qui ont pu observer ton passage ont tous été témoins et ont confirmé qu’il s’agissait bel et bien de ton EXCELLENCE.

De ce fait : l’EXCELLENCE qui t’a été attribuée correspond très exactement à ta manière naturelle et singulière d’agir dans le monde.

C’est un fait.

**Par contre…**

Il se peut qu’il y ait une partie de toi qui ne soit pas tout à fait “Ok” avec ça.

En effet, il se peut qu’avant la découverte de ton EXCELLENCE :

· Tu as tellement pris pour modèles certaines personnes que tu voudrais à tout prix leur ressembler

· Tu te croyais meilleur et utile dans certains domaines

· Et te pensais « nul » dans d’autres domaines

Alors que depuis la découverte de ton EXCELLENCE, tu as pris conscience que :

· Chaque personne est unique, incomparable et a quelque chose de bien spécifique à apporter au monde : il n’est donc techniquement pas possible de « devenir » quelqu’un d’autre.

· Là où tu te croyais bon et utile : il s’avérait en fait que ce n’était pas réellement le meilleur de toi

· Ce que tu considérais comme une faiblesse s’avère être en réalité ta plus grande force !

Seulement, cette partie de toi qui « rêvait de pouvoir devenir quelqu’un d’autre », est toujours présente.

Et pour elle, c’est juste insupportable de voir, factuellement, à quel point, tout le monde virtuel qu’elle avait créé, toute l’identité narrative qu’elle avait nourrie durant des années : tout est sur le point de s’effondrer. (bien sûr, pour laisser de la place à quelque chose de beaucoup plus grand !)

Depuis la découverte de ton EXCELLENCE il y a donc une confrontation entre cette partie de toi qui « rêvait de pouvoir devenir quelqu’un d’autre », et l’autre partie de toi qui aspire à reconnaitre et assumer pleinement sa vocation et sa mission sur terre.

**Ais-je pleinement reconnu mon EXCELLENCE ?**

Tout d’abord, il faut savoir que la non reconnaissance de sa propre EXCELLENCE, même si pour certaines personnes c’est assez manifeste, cela peut-être très subtile pour d’autres personnes.

Pour savoir où tu en es dans ton propre processus de reconnaissance de ton EXCELLENCE, voici quelques critères pour te permettre de faire une petite introspection :

Les personnes à qui c’est manifeste et qui (pour le moment) refusent de reconnaître leur EXCELLENCE, ont tendance à :

· Banaliser leur EXCELLENCE à l’extrême

· Refuser de voir en quoi leur EXCELLENCE est unique et en quoi elle a de la valeur

· Et même lorsqu’on leur fait voir à quel point son EXCELLENCE est juste incroyable, la personne va tout de même continuer et persister à banaliser et à nier les faits

· Envier l’EXCELLENCE des autres et exprimer la chose suivante : « J’aurai bien aimé avoir l’EXCELLENCE de quelqu’un d’autre quand même »

Et pour d’autres, c’est plus subtile :

· Éprouver des difficultés à déclarer, à voix haute son EXCELLENCE (malgré l’envie et la motivation initiale)

· Être capable de déclarer et d’exprimer haut et fort son EXCELLENCE devant tout le monde, mais à l’intérieur de nous, on aurait quand même bien voulu ressembler à untel ou avoir l’EXCELLENCE d’un autre

· Verbalement, on est “Ok” avec notre EXCELLENCE et on est capable de le déclarer aux autres. Mais factuellement, on continue de s’investir, volontairement, dans des projets et des apports de valeurs (notamment à travers des échanges et des discussions) qui ne correspondent pas véritablement à notre EXCELLENCE

· La personne ne montre pas de signes manifestes de « non reconnaissance », mais se permet tout de même de modifier les termes qui ont été utilisés pour nominer son EXCELLENCE (**d’ailleurs c’est une phénomène de plus en plus récurent, j’ai consacré tout un article à ce sujet**). Se faisant, il devient impossible de s’approprier sa véritable EXCELLENCE

Et un dernier critère, qui n’en est pas des moindres : penser avec certitude la chose suivante : « c’est bon moi, j’ai pleinement reconnu mon EXCELLENCE, j’ai pas besoin qu’on m’explique tout ça »

**C’est pourquoi …**

Il convient, dans tous les cas, de rester vigilant et de ne pas se laisser submergé par les subtilités de l’identité narrative.

Car si cette partie de nous qui « rêvait d’être quelqu’un d’autre » était déjà présente avant l’atelier, il y a de très fortes chances qu’elle soit toujours là et qu’elle prenne des formes différentes, même post-atelier.

Dans cette quête au déploiement de ton EXCELLENCE, l’identité narrative peut ainsi t’empêcher de reconnaître PLEINEMENT (et on insiste sur le « pleinement »)

Mais elle peut aussi être une entrave aux étapes 2 et 3 de la quête au déploiement de ton EXCELLENCE : l’étape de l’appropriation et de la déclaration **(LIEN ARTICLE**)

Terminons tout de même sur une note positive : Après un véritable travail sur soi, il est bien évidemment possible de pouvoir se défaire totalement de cette partie de nous qui a tendance à nous tirer vers le bas.

Cela va dépendre de ta capacité à reconnaître cette partie de toi, lorsqu’elle s’exprime, ainsi que ta capacité à faire des introspections **sans complaisance**.

Ce travail doit être commencé de manière individuelle, mais compte tenue des subtilités du cheminement, il est tout de même important de garder à l’esprit que ce travail doit avant tout, se faire en groupe.

Car nous sommes, les uns pour les autres, des miroirs : nous avons besoin des autres pour nous faire voir ce que l'on n'arrive pas à percevoir par nous-même.

Accroche toi donc bien comme il le faut à la communauté des EXCELLARTIENS !

Ne reste pas isolé(e ) dans ton coin !

Si tu as la moindre question, si tu te sens un petit peu perdu, et si tu éprouves quelques difficultés pour déployer pleinement ton EXCELLENCE, n’hésite pas à nous contacter à [excellence.action@gmail.com](mailto:excellence.action@gmail.com)  
Nous sommes là pour toi, pour t’aider à avancer et te permettre de véritablement avancer dans ton cheminement.

Avec mes sincères gratitudes,  
Ryad, de l’équipe EXCELLART