

Cette phrase après quelques blocages, je la lâche enfin : « **bégaiement, je sors de mon silence dans lequel tu m'as enfermé et tu vas m'entendre, crois-moi !** »

En cette année 1988,

je découvre l'**ABF (Association des Bègues de France)**, association qui n'existe plus et à l'époque, je n'imaginai pas que ma vie allait prendre une autre dimension en **franchissant la porte de la Maison des Associations de Montreuil.**

Cela a été possible grâce à une copine qui avait lu

**dans un magazine féminin un petit article traitant du bégaiement**

, elle me l'avait passé et à ma grande surprise, j'y avais trouvé les coordonnées d'une association de personnes bègues. En 1988, le désert thérapeutique était à portée de voix en France !

**La méthode du professeur Hugo Gregory**

commençait à se répandre

**grâce entre autres à Marie-Claude Monfrais Pfauwadel et Anne-Marie Simon**

**François Le Huche**

était Monsieur "Bégaiement" dans l'hexagone.

Très vite, j'ai eu envie de m'impliquer dans cette association. Pouvoir parler de mon bégaiement, rencontrer d'autres personnes bègues, c'était nouveau et cela me permettait de sortir de mon silence et de rompre avec cette **peur paralysante de bégayer**. J'avais enfin l'espoir de ne plus apparaître comme

**Monsieur "BIEN TROP SILENCIEUX", quel délivrance !**

**C'est bien la découverte de l'ABF en 1988 qui m'a donné envie de militer** et d'enclencher "la première" afin de pouvoir redémarrer une nouvelle vie puis rattraper le temps perdu et dépasser ma frustration permanente de personne bègue. S'impliquer dans une association, c'est beaucoup donner mais aussi beaucoup recevoir, quoi de plus beau !!!

Aujourd'hui, avec la généralisation d'Internet, tout paraît possible. Enfin la personne bègue peut communiquer, **certes via les réseaux sociaux**, mais c'est déjà beaucoup et bien sûr sans avoir peur du fameux regard de l'autre qui le guette et le juge en permanence.

**Se sentir moins isolé face à ce handicap, c'est tout de même rassurant, merci Internet.**

Maintenant, lorsque je me retourne et que je m'interroge, je me dis WAOUH ! ce n'est pas

Écrit par Monsieur "BIEN TROP SILENCIEUX"  
Jeudi, 05 Janvier 2017 13:25

---

possible, suis-je encore **Monsieur** □ **"BIEN TROP SILENCIEUX" ?**

J'ai eu la chance de pouvoir m'impliquer sur de nombreux projets afin de faire sortir un peu plus du monde du silence, le bégaiement qui **s'était barricadé, protégé, assoupi...** Le plus improbable me concernant, c'est la création et l'administration de mon site « Horizons Self-help » sur lequel vous surfez.

**Monsieur "BIEN TROP SILENCIEUX" en l'occurrence moi-même,**

l'a créé en 2011 et l'administre

**afin qu'il fasse le plus de bruit possible, quel beau paradoxe**

! Cette phrase «

**bégaïement, je sors de mon silence dans lequel tu m'as enfermé et tu vas m'entendre, crois-moi !**

» m'interpelle toujours et j'espère m'interpellera encore longtemps.

**Sur ma chaîne You Tube** □ [Bégaïement : Sortir du Silence](#) □, □ le lien de ma vidéo [1988](#) : [mon bégaiement sort du silence](#)

*Le mercredi 11 janvier 2017, le **Dr Marie-Claude Monfrais Pfauwadel, cité plus haut,** animera le Self-help Paris Bégaïement et j'en profite pour remercier tous les thérapeutes du bégaiement qui oeuvrent pour permettre à certains d'entre nous, les "BIEN TROP SILENCIEUX" de ne plus devoir trop subir notre handicap de communication.*

