



Dialogue

Voice
Dialogue
News

Décembre 1999
n° 3

Bulletin de l'Association Française de Dialogue Intérieur
AFDI, 361 chemin du Galinier 06140 Vence Tél/Fax : 04.93.58.72.08

Au sommaire

Vous trouverez dans ce n°3 une présentation du Dialogue à l'usage du monde professionnel avec *un manuel à l'usage des êtres humains au travail* par S. Schwartz, la suite des *réflexions sur les parties primaires* par V. Brard, un extrait de «L'Arche du Cœur» d'Adelheid Oesch, un rappel des stages et un bulletin d'inscription à l'association.

Destinataire

Dialogue Intérieur : un manuel à l'usage des êtres humains dans le monde du travail

par Susan Schwartz Senstad

Dans certains pays, le Dialogue Intérieur joue son rôle dans le monde du travail. Voici comment Susan, une Américaine de talent habitant Oslo (Norvège) et organisant des formations pour des dirigeants d'entreprises et des consultants, présente le Dialogue.

Qui va au travail le matin ? Très exactement cette même personne qui s'est péniblement extraite de son lit, traînée jusqu'au miroir de sa salle de bains et a commenté en silence le visage gonflé, au teint brouillé, qui s'y reflétait :

« Oh, chérie, comme tu as l'air fatiguée ! Tu t'es trop fait maigrir, tu sais. Bon, voyons un peu ce que tu vas pouvoir déléguer de cet énorme projet pour que tu puisses te concentrer sur ce que tu réussis le mieux. Ensuite tu pourras rentrer et passer la soirée à écouter de la musique avec ton chéri. D'accord ? »

Ou alors en regardant ce même visage dévasté avec la même lueur de crainte dans les yeux – crainte d'échouer dans son travail – elle peut se faire ce genre de réflexion :

« Mon Dieu, tu vieillis ! Qui voudrait d'une vieille taupe comme toi ? Et tu es très loin d'avoir fini ce que tu as promis de terminer pour vendredi. Tu dois le faire. Bon, tu peux te prévoir des heures supplémentaires ce soir, ma vieille. Tu vas rester assise à ton bureau jusqu'à ce que tu y arrives ou alors ils vont vraiment s'apercevoir que tu es complètement incompetente. »



Lequel de ces deux monologues sert le mieux l'entreprise pour laquelle cette femme travaille ? Lequel a le plus de chance de mener à un bon résultat ? À une bonne collaboration au sein de l'équipe ? Au maintien d'une bonne santé ?

Le personnel d'une entreprise doit apprendre la nécessité de déléguer, de tenir des réunions de travail entre employés, des réunions d'organisation suivies de prises de décisions, etc.

Si toutefois des «voix» intérieures traitent la personne comme elles le font dans le second dialogue, cette personne peut savoir qu'elle devrait déléguer, etc., mais ne réussira pas à le faire. Une chose est de savoir ce que nous devons faire, une autre d'être capable de le faire.

Les deux dialogues intérieurs ci-dessus expriment la complexité des relations de la personne avec elle-même. Le terme psychologique pour ces voix intérieures est «parties introjectées». Cela veut dire qu'elles «parlent» pour les valeurs, pensées et modèles de relations auxquels nous avons été exposés durant notre enfance et que nous avons maintenant adoptés comme part de notre propre construction psychologique.

Dans le modèle théorique du Dialogue Intérieur, ces «parts introjectées» sont désignées en tant que «voix intérieures», elles représentent des «moi» intérieurs ou «subpersonnalités». C'est le point de focalisation de la méthode de Dialogue Intérieur et la source de son nom anglais : « Voice Dialogue».

Cette technique s'intéresse surtout à la façon dont cela fonctionne à l'intérieur de nous, elle a beaucoup de points communs avec de nombreuses autres formes de thérapies psychologiques. Si vous pensez que ces techniques doivent être réservées aux professionnels pour soigner des gens perturbés, vous pouvez vous demander quel rôle ce genre d'outil thérapeutique peut avoir dans le monde du travail. N'est-ce pas là une invasion de l'intimité ou une tendance à faire entrer «le pathologique» dans la vie quotidienne ?

En fait les connaissances que le monde de la psychologie a amassées en étudiant les gens perturbés donnent également la base de ce que j'aime appeler «un manuel à l'usage des êtres humains», c'est-à-dire les instructions de base pour bien fonctionner, des informations indispensables pour comprendre ce que veut dire être une personne dotée d'une psyché dans la société.

La bonne nouvelle est qu'un tel *manuel* est relativement simple à enseigner. La mauvaise est que cet enseignement est rarement donné.

Nos écoles nous donnent un enseignement de base en arts, en sciences, sur le fonctionnement du corps humain ou celui des voitures mais, quand au cours de notre éducation avons-nous eu un enseignement sur le fonctionnement de base de la personne ? Quand avons-nous étudié comment gérer nos conflits intérieurs ?

Travailler avec notre peine, confronter notre colère, ou développer notre intelligence de la vie en société ?



Qui nous a enseigné les techniques pour faire le meilleur usage de notre personnalité, de nos traits de caractère ou de nos forces ? ou, ce qui est particulièrement important, comment traiter avec amour et respect notre propre vulnérabilité et celle des autres ?

Assez ironiquement, c'est le plus souvent ceux qui ont «la chance» de traverser une grave crise personnelle et de suivre une thérapie qui reçoivent ainsi une aide leur permettant ensuite de penser d'une façon plus large et plus systématique.

Un plus grand développement de la conscience chez un employé va souvent de pair avec une meilleure capacité d'organisation. Enseigner aux individus comment mieux fonctionner les aide à mieux aborder leur travail, leurs relations à l'intérieur de l'entreprise, à prendre des initiatives pour optimiser leur environnement de travail.

L'attention ainsi portée au développement des qualités personnelles d'une personne influence les résultats qu'elle obtient au sein de son travail.

Agir ainsi n'est pas se regarder le nombril aux frais de l'entreprise. Ni se focaliser sur l'individu en négligeant le contexte au sein duquel il existe. C'est simplement se rendre compte que la personne qui se lève le matin et se parle devant le miroir avant d'aller travailler, va d'une façon ou d'une autre, agir en fonction de ce qu'elle s'est entendu se dire. Ce comportement aura ensuite des répercussions sur l'organisation de son travail.



Le Dialogue Intérieur est une méthode efficace pour ce genre d'enseignement. Il est simple à enseigner. Le modèle théorique est assez large pour contenir toutes les nuances et subtilités de la personne humaine et rendre compte de la complexité de la vie. Il s'accorde avec de nombreuses autres techniques, aucun consultant ne sera obligé d'abandonner son outil préféré pour l'utiliser, au contraire chacun pourra l'ajouter à son propre répertoire.

Le Dialogue Intérieur a été développé par deux psychologues américains, les Docteurs Hal et Sidra Stone. Il fait partie d'une théorie plus large sur le fonctionnement de l'être humain appelée «La Psychologie des Subpersonnalités».

Ce que j'aimerais faire ici c'est donner une brève présentation des concepts principaux de cette méthode puis entrer un peu plus dans la technique elle-même.

Qui parle quand vous vous parlez à vous-même ?

La théorie du Dialogue Intérieur

Commençons par le commencement, la vulnérabilité, qui est la condition dans laquelle nous sommes nés. Aucun autre animal n'est aussi dépendant de ceux qui prennent soin de lui et pendant si longtemps que nous le sommes nous, les êtres humains. Cette dépendance est tout à la fois physique et émotionnelle. Elle va entraîner, dès nos plus jeunes années, la mise en place de l'une de nos tâches principales : inventer et développer des stratégies pour devenir autonome. Nous pouvons dire que nous allons construire des «mécanismes de défense», une «armure» ou une «personnalité». Peu importe comment nous le nommons mais nous devons développer un pouvoir personnel pour protéger notre vulnérabilité. Et nous le faisons. Les enfants qui restent sans défense psychologique peuvent finir dans une institution et nécessiter une prise en charge totale. Vivre dans le monde signifie, en partie, acquérir des outils pour obtenir une certaine maîtrise personnelle.

Devenir puissant

Quelle sorte de stratégie allons-nous développer pour obtenir une maîtrise et être moins vulnérable ?

Le Gentil (the Pleaser : Celui qui aime plaire) :

Un enfant apprend, par exemple, à deviner ce que son entourage attend de lui et à répondre à cette demande.

Papa et maman sont penchés sur le berceau et soudain le visage de leur bébé se tord : qu'est-ce que c'est ? un sourire ! Un délicieux courant de chaleur émane des parents vers le bébé. Un jour arrive fatalement où l'enfant, pour la première fois,

contracte ses muscles faciaux de la même manière mais cette fois délibérément. Il accomplit ainsi l'une de ses premières performances pour maîtriser son environnement : sa vulnérabilité est maintenant moindre car il



Quelques points à garder en mémoire

- Les Stone ont écrit au moins quatre livres sur ce sujet, ce qui suit n'est qu'une esquisse.
- Les Stone n'ont pas inventé la façon dont fonctionne l'être humain, ils n'ont fait qu'imaginer un modèle élégant pour le décrire. Vous pourrez donc reconnaître certains aspects présents également dans d'autres techniques.
- Ce qu'ils décrivent reflète un développement «normal», donc celui d'un individu présumé en bonne santé, né dans une famille et une société fonctionnant de façon appropriée, dans un temps de paix relative.
- Finalement, ce modèle décrit des «états d'être» qui sont faits de beaucoup plus que des mots. Ils sont constitués d'émotions, de fantasmes, d'aptitudes, de rêves etc. Chacun d'eux a sa propre «onde de force», sa propre humeur, sa propre – pour employer un mot venu des philosophies orientales – énergie. Si au lieu d'écrire je vous parlais, ce qui émanerait de moi, le langage de mon corps, les expressions de mon visage, les modulations de ma voix etc. pourraient donner vie à ce dont je parle. Je vous demanderai donc, chers lecteurs, de faire un effort d'imagination. Voyez si vous pourrez sentir l'«énergie» connectée aux nombreux états d'être que je vais décrire.

contrôle les gens qui l'entourent. Il a su leur plaire, leur donner ce qu'ils voulaient, un sourire, ainsi en retour il peut obtenir non seulement ce qu'il désire mais ce dont il a absolument besoin physiquement et émotionnellement, un contact aimant.

Cette capacité à deviner ce que les gens désirent et à le leur donner est au cœur de l'empathie, sans elle la cruauté régnerait. Il n'est pas exagéré de dire que, sans cette capacité à nous adapter à notre environnement, l'espèce humaine n'aurait pu survivre.

L'Actif (the Pusher : Celui qui donne une impulsion) : Tandis que l'enfant grandit, si son univers ne se limite pas aux genoux de ses parents, il aura besoin d'assez d'élan et de ténacité pour explorer le monde. Il aura besoin d'une pulsion suffisante non seulement pour oser faire un premier pas mais, lorsque celui-ci aura conduit à une chute douloureuse, en faire un second, puis un troisième, jusqu'à ce que finalement il puisse marcher. Pas de pulsion, pas de réalisation. Ceci n'est pas valable uniquement pour l'enfant : sans cette pulsion qui pousse à accomplir, la société en tant que telle n'existerait pas.

L'enfant aura également besoin d'un **Critique Intérieur** qui permettra d'intérioriser la critique reçue à l'extérieur, et pourra ainsi éventuellement le prévenir que le poêle est trop chaud pour être touché, la route trop dangereuse pour

être traversée et les autres personnes trop fragiles pour être prises comme punching ball. L'enfant aura besoin d'une conscience qui lui dise lorsqu'il agit mal. Être incapable de reconnaître ses erreurs peut être un signe de psychopathologie. L'histoire montre que les individus incapables d'une saine critique envers eux-mêmes deviennent des tyrans.

Un **Esprit Rationnel** aidera l'enfant à analyser les événements et à donner sens à son monde, le sauvant ainsi de la superstition et du chaos.

Sans un **Guerrier Intérieur** pour l'aider à dire «non» et le défendre quand quelqu'un essaiera de le blesser, il restera beaucoup trop à la merci du monde.



Et ainsi de suite. Il existe un nombre infini de façons de maîtriser notre environnement. Certaines stratégies, dont celles citées plus haut, sont communes à tous. D'autres sont plus spécifiques et dépendent de l'époque, de la culture dans laquelle nous grandissons, de la religion, de l'ethnie, du sexe, etc. D'autres encore n'appartiennent qu'à un individu particulier, peuvent être le résultat de qualités innées ou faire partie du caractère unique d'une personne.

(Suite dans le prochain numéro)

Réflexions sur les parties primaires

par Véronique Brard

Nous avons abordé dans le dernier numéro une vision particulière de la naissance. Nous avons évoqué une naissance qui façonnerait l'être humain et jouerait un grand rôle dans la mise en place de nos parties primaires. Nous avons laissé place à une vision de l'enfant

qui n'est plus un ensemble de pulsions à éduquer mais un être en fusion avec l'univers, habité d'une incroyable connaissance, qui prend corps et s'individualise.

Dans la logique de cette vision beaucoup d'éléments changent par rapport à la vision de la psychologie classique. Nous ne sommes plus là pour éduquer un être ignorant mais pour le soutenir dans ses chemins d'adaptation au véhicule terrestre, le corps.



*9 mois et un matin
pour apprendre l'infiniment présent
qui s'est logé en moi*

Lui-même a mis en place un mental, un filtre, condition de survie absolue et acte créateur personnel, qui en le séparant du Tout pose la première pierre de son individualité. Ce filtre, ce mental capable de pensées, capable de choix est une des premières parties primaires venues à notre secours. **Le mental est indispensable pour sortir de la fusion.** D'autres schémas énergétiques dès les premières heures vont se mettre en place, tel celui qui sait s'adapter, plaire à maman. D'autres encore vont se développer tout au long des premières années de vie.

Dans notre hypothèse de travail ces schémas énergétiques ne sont pas seulement des techniques de survie ou des mécanismes mais des «personnes».

D'abord et avant tout ces parties primaires sont nos protecteurs. Nous consacrerons le prochain article à cet aspect. Auparavant j'aimerais insister sur ce que change cette vision différente de l'enfant.

Peu de parents et probablement pas les nôtres ont cette vision d'un enfant à soutenir dans son processus d'individualisation. La vision courante est celle d'un enfant à éduquer, voire à corriger. L'idée du péché originel a fait là bien des dégâts.

À ce niveau de réflexion, j'aimerais introduire l'œuvre d'Alice Miller qui a été décisive dans ma façon de considérer l'adulte en face de moi, venu chercher de l'aide pour des problèmes insolubles et incompréhensibles.

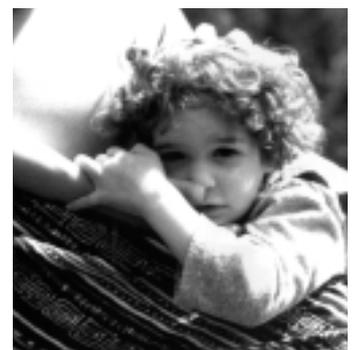
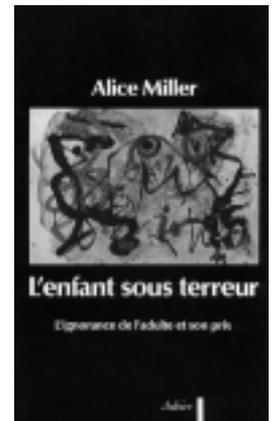
Toute l'œuvre de Miller dénonce la violence faite à l'enfant, même au sein de familles «normales». Sa vision est importante car elle mène, si l'on suit sa pensée jusqu'au bout, à l'hypothèse que le mal originel, la violence, n'est pas inhérente à la race humaine, mais transmise par ignorance de ce qu'est l'enfant et de ce que sont ses besoins,

Il n'est pas vrai, écrit Alice Miller que le mal, la destruction, la perversion fassent nécessairement partie de l'existence humaine. Il se transmet de génération en génération par l'ignorance des besoins de l'enfant. Il se transmet de génération en génération par des parents maltraités ne sachant ni nommer, ni reconnaître cette maltraitance dont ils ont été victimes, et la reconduisant auprès de leurs propres enfants.

Pour elle, retrouver les souffrances enfouies de l'enfance, lever le refoulement, est le moyen de ne pas reproduire sans fin les mêmes mécanismes engendrant la même violence,

Outre les besoins de manger, boire, dormir, les besoins de l'enfant sont nombreux et précis. Citons entre autres :

- Être en relation
- Être en sécurité
- Être pris au sérieux
- Être compris
- Être soutenu
- Être respecté
- Être apprécié
- Trouver un écho
- Avoir son territoire



Pouvoir s'exprimer, c'est-à-dire exprimer ses émotions, y compris :

- sa colère
- son refus
- sa peur
- son déplaisir
- son désespoir
- sa fureur
- sa rage, etc..



Il est très difficile de pouvoir répondre à tous les besoins de l'enfant, mais combien de parents acceptent qu'il puisse exprimer au moins son mécontentement face à notre impuissance ? Combien de parents peuvent supporter les pleurs ou la fureur de l'enfant ?

Nous avons peur, trop peur pour toutes sortes de raisons conscientes et inconscientes, pour pouvoir laisser notre enfant s'exprimer, et là nous le blessons et lui faisons violence. Un enfant frustré qui peut tempêter pour dire cette frustration est un enfant qui fait l'apprentissage de la vie. Un enfant frustré qui doit se taire et dire : «Merci maman, merci papa» est un enfant violenté.

Une autre femme s'est penchée sur les relations parents-enfant et apporte une connaissance bienvenue et pleine d'espoir pour tous les parents du monde. Il s'agit de la psychologue suisse **Aletha Solter**. Son livre intitulé **Pleurs et colères des enfants et des bébés, une approche révolutionnaire**, paru dans la collection *Jouvence*, est réellement révolutionnaire et nous donne des informations claires et inédites susceptibles de répondre à nos peurs.



Car c'est bien de nos peurs dont il s'agit. Les peurs de nos parties primaires acquises à travers les expériences émotionnelles de notre passé, leurs peurs et leurs colères et frustrations enfouies. Pas de blâmes sur nous, ni sur elles, simplement un nouvel éclairage.

Un autre livre a contribué à «éclairer» pour moi le fonctionnement de nos parties primaires et donc le fonctionnement de l'être humain en général. C'est l'excellent livre d'**Antonio R. Damasio** intitulé **«L'Erreur de Descartes ou la raison des émotions»**. Ce livre quelque peu technique paru aux éditions Odile Jacob a été écrit par le Directeur du département de neurologie de l'Université de l'Iowa, aux États-Unis. Ce scientifique arrive finalement à la conclusion que **le corps fournit un contenu faisant intégralement parti du fonctionnement mental nor-**

mal. Il met en avant l'hypothèse de la présence dans le corps de ce qu'il appelle des «marqueurs somatiques». En bref ces marqueurs somatiques sont des signaux automatiques inscrits dans le corps par des expériences émotionnelles et ils servent de base indispensable à nos prises de décisions les plus rationnelles !

«Sur le plan pratique, à partir du moment où l'on admet le rôle des émotions dans la mise en œuvre de la faculté de raisonnement, on peut en tirer certaines conséquences pour les problèmes qu'affronte actuellement la société dans les domaines de la violence et de l'éducation. [...] Le système éducatif pourrait gagner beaucoup à mettre en avant la notion d'un lien indiscutable entre la perception d'émotions données et certaines conséquences ultérieures prévisibles.» Les expériences émotionnelles du nourrisson, même celles dont il n'a aucun souvenir vont s'inscrire dans le corps et jouer un rôle caché mais déterminant dans le système cognitif de l'adolescent et de l'adulte.



Mettre en parallèle les travaux de ce neurologue, travaillant avec des moyens objectifs de recherches et la connaissance défendue par Alice Miller donne une grande cohérence à cette dernière : Le non-respect du nourrisson et du tout petit enfant, l'ignorance têtue de leurs besoins sont la source des comportements adultes violents, irrespectueux de l'autre, de l'environnement, voire de l'humanité.

A priori, un adolescent ou un adulte qui ne se respecte pas ou ne respecte pas l'autre a été un nourrisson, un tout petit non respecté. Si nous commençons à comprendre que nous ignorons ce que sont réellement les besoins de l'enfant, nous commençons à avoir une idée de ce qui se passe.

Ces besoins de l'enfant sont enfouis à l'intérieur de nous. Lorsque nous contactons l'enfant en nous, il nous crie son désespoir, sa colère, sa souffrance. Mais nos parties primaires veillent et, pour mille et une raisons, ce cri n'est pas tolérable, ce cri ne peut être entendu.

Le travail de négociation avec nos parties primaires est grandement facilité si la connaissance se fait jour que nos besoins d'enfant étaient inconnus des adultes qui nous entouraient. Nous allons littéralement au devant de notre enfant intérieur, comprenant mieux ce qu'il a vécu, et pouvant lui permettre d'exprimer sa rage, sa fureur, son angoisse. Cette expérience sert infiniment les enfants «extérieurs».

Voici un exemple de la façon dont une compréhension différente peut apporter une confiance nouvelle en l'enfant et en sa façon de s'adapter à sa «mission»: grandir et se développer dans un corps humain. Cet exemple est tiré du «**Pouvoir bénéfique des mains**» de **Barbara Ann Brennan**. Collection *Le corps à vivre* chez *Tchou*. Barbara a développé la capacité de voir les champs énergétiques et de les réharmoniser. Voici ce qu'elle dit à propos de l'aura d'un enfant :

« Le champ de l'enfant est complètement ouvert, perméable à l'atmosphère dans laquelle il vit. Que tout ait lieu au grand jour ou pas, l'enfant sent ce qui se passe. Il réagit constamment à son environnement énergétique de façon cohérente selon son tempérament. Il peut en éprouver de vagues peurs, des fantômes, des accès de colère ou tomber malade. Tous ses chakras sont ouverts, car il n'existe pas encore de film protecteur pour faire écran aux influences psychiques captées, ce qui le rend très impressionnable et vulnérable. Il doit s'accommoder de tout ce qui rentre dans son champ [...]

On voit fréquemment des petits courir se blottir auprès de leur mère ou de leur père. Ils viennent se protéger des influences extérieures en se réfugiant dans le champ de leurs parents...

L'enfant imagine des mondes dans lesquels il vit et commence à se sentir différencié de sa mère. Dans ces univers qui l'aident à accomplir cette séparation, il entasse des possessions [...] Ces objets deviennent partie intégrante de son moi.

Lorsque l'un de ces objets lui est arraché de force des mains, son champ se déchire. Il en souffre physiquement et émotionnellement [...] Il lutte pour établir son unicité mais continue à se sentir connecté à tout. Ses objets personnels servent d'instrument d'individualisation, pour définir son espace d'énergie privé. [...]

De cinq à sept ans, lorsqu'un autre enfant pénètre dans sa chambre il est partagé entre son désir de communiquer avec lui et celui de protéger l'image de son moi. Il lutte pour conserver le contrôle de ses objets personnels qui l'aident à savoir qui il est, objets sur lesquels il a transféré son énergie consciente. L'enjeu consiste donc à discerner et maintenir son individualité tout en se connectant à un autre individu différencié. »

S'incarner dans un corps humain n'est pas simple.



L'enfant prend d'instinct des chemins pour y parvenir. Notre enfant est occupé à se construire et nous, pris dans notre peur et notre conception judéo-chrétienne du péché originel nous sommes terrifié à l'idée qu'il va devenir un parfait égoïste ! Nous pensons qu'il a absolument besoin de nous pour devenir sociable ! Qu'arriverait-il si nous lui faisons confiance plutôt que de contrarier le travail remarquable qu'il est en train d'accomplir ?

Nous sommes certains que notre enfant va apprendre à marcher et nous ne le critiquons pas lors de ses premiers pas pour son allure de château branlant. **Nous savons** que d'ici quelques mois il trottera sans peine. **Nous lui faisons confiance**. Si seulement nous pouvions avoir la même confiance en ce qui concerne son développement psychologique. Pour cela sans doute faut-il revenir sur cette idée de base d'une nature humaine mauvaise, à éduquer.



J'aime la vision que nous donnent les physiciens d'un Univers empli de champs de force interférant les uns sur les autres, d'un Univers holographique, tout inséparable, gigantesque réseau de possibilités interactives. Hélas ! dans notre vie quotidienne nous en sommes restés à la mécanique newtonienne et expérimentons encore nos corps et les

êtres humains selon des concepts dépassés depuis longtemps, en physique du moins. À l'époque où cette science découvre la théorie du champ de résonance morphogène, il serait peut-être temps de remettre en question notre perception de l'être humain.

Prochains stages annoncés

Région de Nice

avec Véronique Brard

Tél/fax : 04.93.58.72.08.
Web : www.dialogueinterieur.org
e-mail : nickibrard@wanado.fr



18 & 19 déc. 99 : L'enfant intérieur
19 & 20 fév. : Les voix critiques
15 & 16 avril : Les archétypes
17 & 18 juin : Les énergies instinctives
Renseignements : écrire au siège de l'association.



Tous les stages ont lieu aux Courmettes, réserve naturelle au cœur de l'arrière pays Niçois.

Bretagne et Région Parisienne

Cycle d'ateliers
avec Jacques Laurent



- 1^{er} au 3 avril, 27 au 29 mai 99
Renseignements : Olivier Danes : 02.99.64.72.37
- 8 au 10 avril, 20 au 23 mai 99
Renseignements :
Gisèle Abecera 01.47.17.01.91 / 06.07.69.87.16

Puy en Velay

avec Michèle Gilbert

Tél. / fax : 04.71.02.93.54
e-mail : mgilbert@club-internet.fr



11&12 décembre : Cette famille qui vit en moi
29 & 30 janvier : Ces enfants qui vivent en moi
9 & 10 octobre : La Roue de Médecine.
Atelier de pratique : le mercredi soir.
5 déc., 16 janvier : Chemins de femmes
Renseignements : Association Reliances
2 rue Corneille 43770 Chadrac.

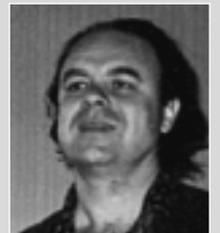
À ne pas manquer

Atelier avec Robert Stamboliev et Véronique Brard
• du 26 mars au 1^{er} avril 2000

Ce stage donnera l'opportunité de travailler avec Robert Stamboliev. Robert a collaboré par ses propres recherches à l'œuvre des Stone. Ce stage se présentera comme une semaine de processus. Processus individuel et processus de groupe, le processus de groupe permettant à chacun d'aller plus profondément dans la découverte de *qui il est*. Robert a un talent exceptionnel pour favoriser ce processus dans le plus grand respect de chacun.

Renseignement : écrire et joindre une enveloppe timbrée au siège de l'association.

E-mail : info@itp-psychology.nl
Website : <http://www.archi.nl/itp>



ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Je m'inscris à l'Association Française de Dialogue Intérieur :

Nom Prénom

Adresse

Profession Tél Fax

Merci de bien vouloir retourner votre inscription au siège de l'association avec un chèque de 150 F à l'ordre de l'AFDI.

Fait à, le / /

Signature :

Un exemplaire gratuit du «Dialogue Intérieur» de H. et S. Stone pour les 10 prochains adhérents !

L'horizon généreux
– qui nous vient de découvrir en soi,
autour de soi ! tant de place –
a transformé mon regard.
Celui qui reconnaît que tous ses états d'être
ne sont pas que réactions,
mécanismes, somatisations,
mais qu'ils sont expressions sensibles
que ce sont des personnes !
celui-là s'ouvre à la Compassion.
Et s'aperçoit alors
que chacune de ces dispositions du moi
prend conscience d'elle-même.
Entre en relation !

Mandala exponentiel
contenant des mandalas transitoires
plus étroitement circonscrits mais néanmoins complets.
Vivants !

Chacune de nos subpersonnalités aime, souffre, désire et craint
Chacune peut s'affirmer ou se retirer.
Évoluer. Devenir sage !

Se mettre à leur écoute en un face à face sans mensonge
est certainement l'une des plus étonnantes manières
de se comprendre et de s'accepter.
C'est prendre de plus en plus de plaisir à cette diversité
cette abondance
d'un univers intérieur qui contient tout !

Vision de la psyché une et plurielle
rendue aisément accessible par un art de se connaître
et de se reconnaître appelé Dialogue Intérieur.
Et c'est bien d'un dialogue
d'une relation à nos multiples visages
– et paradoxalement d'une expérience indivise de soi ! –
qu'il s'agit.

Deux nouveaux livres écrit par Adelheid Oesch,
poète, mystique et thérapeute :

- *L'Arche du cœur, la multiplication par l'un, du Dialogue Intérieur au silence intérieur.*
 - *L'Arche du cœur, la multiplication par l'un, le Dialogue Intérieur clé d'une conscience unifiée.*
- Tome II. Manuel d'exercices.

Pour commander ces ouvrages :

3615 clédor
ou
Le Souffle d'Or
05300 Barret-Le-Bas.
Tél : 04.92.65.10.61
Fax : 04.92.65.08.79.

L'Arche du Cœur. Adelheid Oesch,
éditions Le Souffle d'Or

