

Voice Dialogue

N°100

MAI 2018

Bulletin de l'Association

Voice Dialogue Sud

*Psychologie des subpersonnalités
&
de l'Ego Conscient*

Association Voice Dialogue Sud,
5153 Chemin Bertine
04300 Saint-Maime
Tél : 04 92 79 17 15
Mail : warina@wanadoo.fr



Développer un Ego Conscient a bien des avantages. Une des façons les plus confortables de le développer et de le maintenir est de se servir de ses rêves. Certes, les rêves sont souvent de simples éliminations de tensions et il n'est pas nécessaire de prêter attention à tous ces rêves. Cependant, lors d'un processus de conscience, très souvent les rêves s'affinent. L'intelligence présente en nous comme autour de nous se sert alors de ces rêves pour nous montrer quelles subpersonnalités s'agitent en nous et comment les apaiser.

Une des façons de booster ce processus est certainement «les parcours». Un parcours permet de se consacrer à l'exploration de soi pendant plusieurs jours de suite. Très souvent, le processus des rêves se développe et permet de cibler exactement et précisément comment nous détacher toujours plus de notre système primaire pour laisser davantage de place à leurs opposés. Cela se fait sans critique ni reproche, l'humour est souvent au rendez-vous, même si certains rêves frappent fort pour attirer notre attention et littéralement nous réveiller.

Pour ce numéro 100, voici un exemple personnel et récent de ce travail de conscience qui se fait, sans effort, sans volonté de s'améliorer, simplement par cette magnifique méthode de Voice-Dialogue. Je pose mon regard, je vois quelle subpersonnalité est présente, je prends conscience de son fonctionnement. Je me sépare d'elle grâce à cette possibilité que nous avons, nous humains, l'état de Témoin ou Vision Consciente.



Processus à l'aide des rêves Thera 2017

La Conscience est de l'Information qui circule partout dans l'Univers sous forme d'énergie/lumière tels que photons, tachions, neutrons, neutrinos, quarks... et autres.

Dans le numéro 89 de ces bulletins de Voice Dialogue, je vous ai déjà relaté la façon dont nos rêves nous avaient amenés à faire un étonnant processus de conscience lors de notre séjour en septembre 2016 chez nos amis et mentors Hal et Sidra Stone. Ce processus, guidé par les rêves, avait amené à notre conscience que nous pouvions nous perdre, Jean et moi, dans un ancrage positif très agréable et très nourrissant mais infiniment moins vivant, moins dynamique, moins créatif que ce qu'une relation plus exigeante et plus consciente peut amener à un couple.

Nous sommes retournés en septembre 2017 à Thera, Albion, au nord de la Californie. Comme certains de vous le savent, Hal à cette époque avait de graves soucis de santé, sa valve mitrale fonctionnait mal. Il était très faible et avait besoin de beaucoup de repos. La décision qui a été prise, durant notre séjour là-bas, a été la pose d'un clapet sur cette valve, son âge (90 ans) ne permettant pas d'envisager une opération plus lourde.

Nous n'avons donc pas eu le plaisir de travailler avec lui comme cela avait été le cas les années précédentes. Nous avons été accompagnés par Sidra. Une Sidra emplies d'émotions, car même si Hal avait clairement le sentiment que son heure n'était pas venue, son processus vital était largement altéré. Une Sidra, cependant, au sommet de son art, en dépit - ou grâce - à ses 80 ans.

Je précise ceci car notre séjour a été baigné d'une intensité toute particulière due à ce contexte. Aucun de nous ne pouvait ignorer que la vie sur Terre n'est qu'un passage et que non seulement la vieillesse mais la mort vient un jour y mettre un terme.

Le Rêve de départ

Pour en revenir à ce processus que j'aimerais partager avec vous aujourd'hui - car il met en scène à quel point notre système primaire ne renonce jamais à gouverner notre vie - tout a commencé avec un rêve fait quelques jours avant notre départ pour Albion. Rêve qui m'a donné froid dans le dos et devant lequel je suis restée très perplexe.

1. Le sacrifice des enfants

Je suis avec quelques autres adultes dans une large salle souterraine, sans fenêtre. Devant nous une rangée d'enfants alignés. Ils ont entre 10 et 14 ans. Léa, (ma petite fille de 14 ans, très grande, dans la réalité aussi) est l'une des plus grandes en taille et en âge. Elle est à l'extrémité gauche. Une autre adolescente de sa taille et de son âge se tient à l'extrémité droite. Environ six ou sept enfants plus jeunes se trouvent entre elles deux. Tous sont très calmes, très concentrés. Devant chacun d'eux une machine avec une sorte de cockpit d'avion qui se relève et un siège à l'intérieur.

Ils sont là car ils ont accepté de se sacrifier pour que tout aille bien dans notre société. Je les vois partir sagement en rang, Léa la première, vers une porte où ils disparaissent. Lorsqu'ils reviennent, on leur a dégagé le cou, comme on le fait aux gens qui vont être décapités. En fait, ils vont être décapités. Ils reprennent leur place, chacun devant leur machine.

Je pense qu'ils vont commencer par la droite et que Léa sera la dernière, mais en fait, c'est elle qui entre en premier dans ce cockpit d'avion. Le siège glisse vers le bas, un bras s'abat, une civière avec un drap qui recouvre le corps sort par le côté de la machine. Le second enfant entre à son tour dans le cockpit qui est devant lui.

Je suis bouleversée, horrifiée, je me réveille.



Voyage vers Albion

Tandis que nous voyageons vers Albion, un autre rêve, tout aussi incompréhensible arrive lors de notre première nuit à San Francisco.

Il est impressionnant de constater à quel point aussi performant que l'on soit avec les rêves des autres, les nôtres nous demandent du temps avant de pouvoir les comprendre. Ceci pour une bonne raison : si l'on considère que les rêves nous sont envoyés par une partie multi-dimensionnelle de notre conscience pour nous séparer de notre système primaire, au réveil, c'est notre système primaire qui est présent. Il regarde ces rêves et, bien sûr, il n'y comprend rien. Personne ne peut se voir marcher dans l'instant même où il marche.

2. L'enfant obéissante, la rebelle et le mur fissuré

Je suis dans une rue très animée d'une grande ville avec Jean. Nous conduisons nos filles de 12 et 11 ans environ, dans une nouvelle école. J'essaie de rattraper l'aînée, toute blonde, qui a décidé de ne pas aller à l'école. Elle est partie toute seule devant et, au lieu de tourner à gauche pour rejoindre l'école, elle a été tout droit. Elle se perd dans la foule, je renonce à la retrouver.

J'aperçois Jean et notre seconde fille, toute brune, qui ont tourné à gauche. Je veux les rattraper. Je veux embrasser cette petite fille avant qu'elle n'entre à l'école. C'est très important. Je cours. Je vois à plusieurs reprises qu'ils sont ralentis par des voitures, des bus, de la foule, je pense pouvoir les rattraper. En fait, je n'y arrive pas. Lorsque j'arrive, elle est déjà entrée. Je vois Fantine, toute en rose, qui est restée avec Jean devant l'école : elle est trop jeune pour y aller.

Dans la réalité, je n'ai pas d'enfant avec Jean. Fantine est une autre de mes petites filles.

Dans le tableau suivant, nous sommes à table dans la maison des parents de ces deux filles. Jean et moi ne sommes plus leurs parents. C'est une belle maison bourgeoise, bien meublée. Cependant, il y a une fissure dans un mur.

En allant à l'extérieur, on s'aperçoit que le mur est fait de différents matériaux, galets de différentes tailles, bouts de verre très jolis, etc., tous polis par la mer. Tout ce matériel hétéroclite ne tient que par l'enduit. Sur ce côté de la maison, l'enduit s'est délité : on peut voir maintenant un énorme trou dans le mur qui correspond à la fissure visible de l'intérieur.

Jean dit qu'il peut réparer, bien que ce soit un peu dangereux : un énorme galet lui tombe dans les bras. L'homme chez qui nous sommes est d'accord pour l'aider.

Nous finissons le repas. À la fin du repas, avant de partir au travail, la femme tire soigneusement les rideaux sur la fissure. Je me demande si elle a compris que Jean et son mari vont réparer et si elle est d'accord pour ça. Apparemment oui, mais elle aime que tout semble impeccable.

Je ne cherche pas à interpréter ces rêves et les garde soigneusement en mémoire : tout semble prêt pour un bon travail avec Sidra.



Arrivée à Thera

Le premier jour, Jean travaille avec Sidra à partir de l'un de ses rêves dans lequel il doit réparer la voiture familiale. Il se voit avec un pénis dont l'extrémité a été coupée et appareillée. Dans la séance, la Matriarche apparaît. C'est certainement l'une des sub-personnalités qui, symboliquement parlant, peut infliger un tel traitement à un homme.

J'espère qu'un jour, lorsqu'il sera moins pris par ses responsabilités de chercheur dans une grosse boîte internationale, Jean pourra lui aussi partager son processus avec vous. Ce processus pourrait éclairer tous les hommes de notre époque chez qui la Matriarche est très puissante. Cette Matriarche Intérieure, chez les hommes, peut être aussi désapprobatrice, culpabilisante et paralysante que l'est le Patriarche Intérieur chez une femme. Si ce dernier déteste et craint le féminin, la première déteste et méprise tout ce qui est lié à la masculinité.

Un petit mot sur l'aspect dramatique voire cauchemardesque de certains de nos rêves : pour que les messages passent la couche d'inconscience qui existe entre cette intelligence qui nous envoie ces rêves et notre conscient, il est nécessaire que cette dernière utilise des images qui «frappent» ! Cela ne veut pas toujours dire que les choses sont dramatiques. Cependant ces images choquantes attirent notre attention et nous pouvons regarder de plus près ce qui se passe.

Pour en revenir à mon propre processus - laissant à Jean le plaisir de vous partager le sien, peut-être, un jour - lors de cette seconde nuit à Thera, je fais deux autres rêves. Je les écris au petit matin, utilisant la troisième personne pour avoir un peu plus de recul.

3. Le rituel

Véronique est avec trois adolescents de 16 ou 17 ans. Des amérindiens. Ils sont dans une petite ville. Véronique cherche une librairie pour acheter trois livres qu'elle veut faire expédier chez elle. Il existe plusieurs librairies. Elle décide d'aller dans celle qui est au bout d'une rue qui descend, très en pente, à l'extrémité de cette petite ville.

Arrivée dans la librairie, elle ne se souvient que du titre d'un seul des livres. Elle le commande et le fait expédier chez elle. En sortant, elle voit que les deux autres livres qu'elle désirait sont exposés en vitrine. Pour elle, cependant, c'est trop tard pour les acheter. Elle ne veut pas «déranger» encore une fois le libraire.

Elle rejoint les trois ados qui l'attendent dans la rue. L'un d'eux a son tambour, le deuxième qui n'en a pas insiste pour savoir si le troisième a bien laissé le sien là où nous étions avant de venir en ville. Au début, je ne comprends pas son insistance. Lorsque l'ado répond que oui, il l'a laissé, je réalise que c'est le signe qu'il accepte la cérémonie à laquelle nous le conduisons.



Je sais ce en quoi consiste cette cérémonie. Je pense à aller chercher mon propre tambour mais cela nous ferait faire un trop grand détour. L'adolescent qui a son tambour joue seul et nous nous dirigeons vers le lieu du rituel. J'ai à la main un sac, genre sac pour ranger les surgelés, il est vide. Un tambour y a été dessiné. C'est le sac du garçon que nous accompagnons.

Nous arrivons à la hutte pour la cérémonie, nous accomplissons le rituel et laissons le jeune garçon vider son cœur aussi longtemps qu'il le veut. Ce rituel a pour but de lui présenter une potion létale qu'il est d'accord pour prendre.

Il a accompli un acte grave, probablement un meurtre, qui va le conduire aux Assises, puis à une exécution, après des années de prison. Nous pensons que c'est mieux pour lui qu'il accepte ce rituel. Il n'existe aucun jugement sur ce qu'il a fait. Il a fait ce qu'il devait faire, seulement, avec la loi des Blancs, les conséquences sont tragiques ; il vaut mieux qu'il quitte son corps au cours de cette cérémonie.

4. Fuir et passer la frontière

Jean et Véronique sont dans des montagnes avec un groupe de gens qui fuient et tentent de passer une frontière. Cela pourrait se passer durant la seconde guerre mondiale : tenter de passer de la France à la Suisse.

Nous voyons au loin le groupe d'hommes qui va nous rattraper. Pour le moment, ils n'ont pas encore de chiens mais nous savons que d'autres hommes avec des chiens vont arriver. C'est trop tard pour tenter d'atteindre la frontière. Les gens tentent d'aller se cacher. J'en vois deux qui courent dans les rochers, côté montagne. L'un des hommes porte un imperméable et une valise. Il ressemble aux réfugiés juifs qu'on voit dans les films.

Je pense qu'effectivement nous devons nous cacher mais qu'il nous faut trouver une rivière pour que les chiens perdent notre trace. Je demande à Jean (qui est géologue) de regarder vers où nous pourrions en trouver une. Il nous semble que retourner côté vallée serait plus prudent. Nous avons des tenues de montagne et des sacs à dos. Nous ne sommes pas des juifs, plutôt des maquisards qui les aident.

Travail avec Sidra.

De ces quatre rêves, le premier, celui avec Léa, m'interpelle le plus. Je me dis que s'il devient clair, j'aurais de bonnes pistes pour les autres.

Toutefois, après une séance de 2 heures, je ne me sens pas du tout satisfaite. J'ai l'impression d'avoir vu des subpersonnalités - très intéressantes - que je connais déjà mais je ne comprends pas pourquoi ce rêve « m'a été envoyé ».



J'ai vu mon Actif qui fait, bien sûr, partie de mon système primaire. J'ai vu mon Rationnel, il est performant, j'ai de bons rapports avec lui. J'ai vu mon Responsable. Cependant, je ne saisis pas le message du rêve. Sidra se garde bien de répondre à cette question et, selon sa façon de faire, s'en remet au processus.



Le lendemain

Le lendemain matin, je m'éveille, et brusquement, comme souvent, je comprends le message que l'intelligence qui veille sur moi - ou à laquelle je suis rattachée dans une autre dimension - me donne. Voici ce que j'écris dans mon journal de bord :

Dans le rêve avec Léa, on me montre environ 8 ou 9 enfants entre 10 et 14 ans qui vont être décapités. Chacun a sa propre machine à décapiter. Ces enfants, dans leur souci du «bien supérieur» sont d'accord pour se laisser sacrifier.

Ce qui est perdu, c'est la faculté de rêver, de jouer, d'aller à son rythme, d'être égoïste, ou centré sur soi comme peuvent l'être par définition les enfants, de faire ce

dont on a envie quand on en a envie, de créer, de peindre, de danser, de chanter, d'avoir ses propres perceptions, etc. Maintenant, quel est ce monde dans lequel cette horreur a lieu ? Celui de l'Actif et du Responsable. C'est clair comme de l'eau de roche.

Le Voice Dialogue fonctionne en spirales. Nous nous détachons de notre système primaire à un certain niveau. Bien sûr, notre système primaire continue d'être actif. Pendant un certain temps, un certain processus d'Ego Conscient est présent, ou, au moins, une Vision Consciente : nous nous rendons compte de notre identification à ce système primaire sans pour cela avoir forcément la main. Avec l'aide de cette Vision Consciente, nous pouvons continuer de développer un processus d'Ego Conscient : nous ne sommes plus complètement sous la coupe de notre système primaire.

Celui-ci cependant va reprendre du pouvoir et, lorsque c'est le moment, nous sommes amenés à nous détacher encore un peu plus de lui. À voir, de nouveau, la façon dont il emprisonne certaines parties de nous.

C'est un processus répétitif qui dure toute notre vie : notre système primaire reste notre système primaire même s'il devient plus souple avec les années. Lorsque de grands bouleversements surviennent dans notre vie, ce qui est a été le cas pour moi ces dernières années, le système primaire redevient toujours très actif.

Nous n'avons, en général, aucune idée de la façon dont notre système primaire élimine nos Enfants Intérieurs. Il ne veut pas les voir rôder autour de nous ; il les convainc que leur présence est nocive pour nous. Ce système primaire n'a pas toujours tort... il nous faut gagner notre vie, élever une famille, gérer un business, se faire une place dans le monde, toutes choses qu'il est difficile de faire lorsque nos



Enfant Intérieurs sont très présents. Par contre, sans leur créativité, leur enthousiasme, leur spontanéité, sans place pour le jeu, le plaisir, les émotions, le cœur, le lien avec le corps, notre vie perd tout équilibre.

Je suis à un moment de ma vie où je peux me permettre de nouveau d'être beaucoup moins sous l'emprise de mon Actif et de mon Responsable. Ces rêves viennent attirer mon attention sur la façon très choquante dont mon système primaire traite les enfants et dont ceux-ci, « pour le bien de tous » se laissent faire.

Je prends conscience qu'actuellement l'Actif, le Rationnel et le Responsable ont repris une place prépondérante dans ma vie et qu'ils éliminent les enfants et leurs talents, alors même que ce serait un bon moment pour moi d'avoir accès à ces talents.



Le second rêve

Le second rêve devient clair aussi. Il met en scène l'Enfant Soumise qui va à l'école et son double, l'Enfant Rebelle qui s'échappe. J'aimerais rattraper l'Enfant Rebelle mais je ne peux pas. J'aimerais embrasser l'Enfant Soumise mais je n'y arrive pas. C'est plutôt une réalité dans ma vie quotidienne : la Rebelle m'échappe plus souvent qu'à son tour et je n'aime pas trop l'Enfant Soumise. Les rêves ont l'art de mettre en image notre réalité. Reste Fantine, toute en rose.

Dans la séance qui va suivre, nous allons parler à cette Petite Fille. Nous allons découvrir qu'elle est celle qui aime le chocolat, les gâteaux et tout ce qui est sucré. Ses yeux brillent de plaisir lorsqu'elle évoque le chocolat. Plus important encore, nous allons découvrir que cette Petite Fille, et son bonheur de manger du chocolat, sert de rempart à de nombreuses subpersonnalités désespérées.

Elle va clairement nous démontrer, énergiquement, le travail qu'elle fait. Derrière elle existent de nombreuses mémoires de famines, de vies sacrifiées, d'enfants et d'adultes maltraités qui meurent de faim.



Elle mange du chocolat ou des desserts doux et sucrés et amène ainsi un vrai plaisir dans mon corps et ma psyché. Elle repousse à l'arrière-plan ces mémoires épouvantables ; elle me permet d'avancer plus légèrement dans ma vie.

Manger du chocolat est LA solution à tout malaise et vient équilibrer un grand nombre de peurs.

L'Actif, le Rationnel et le Responsable ont bien compris l'enjeu, donner une tablette de chocolat à la Petite Fille leur permet de travailler des journées entières

sans être dérangés par le corps ou perturbés par des émotions. Nos parties primaires savent se débrouiller et s'adapter pour être performantes. C'est leur job.

Maintenant, une autre partie est arrivée depuis quelques années dans mes énergies et a généré une guerre : Celle qui aime se nourrir de prana. Cette partie a expérimenté la joie que cette nourriture procure et rêve d'une vie dans laquelle le corps et l'humeur ne seraient pas dérangés par l'addiction à la nourriture, au gluten et au sucre en particulier.

Dans le travail d'Ego Conscient qui va suivre, je réalise l'importance du travail fait par cette Petite Fille qui n'est ni Rebelle, ni Soumise, juste tranquillement active dans mes énergies. Je réalise aussi que je ne peux pas mettre à la porte Celle qui aime avoir un corps dépourvu de toxines, un corps souple et dynamique qui génère de la joie. Elle attend tranquillement que je fasse mon travail émotionnel pour pouvoir exister davantage. Cela veut dire prendre directement soin de tout ce qui existe derrière le rempart que constitue la Petite Fille qui aime le chocolat. Une attention doit être donnée à ces mémoires traumatisantes - même si elles génèrent un extrême malaise dans le corps - pour qu'un équilibre soit trouvé entre la partie qui veut se nourrir de prana et la gestion de ces émotions. Sans cette attention, la Petite Fille est celle qui les prend en charge.

Le second tableau de ce rêve, devient clair. Une belle image d'une psyché construite avec de nombreux matériaux bien polis par la mer.

Si vous entendez « Mère », c'est une bonne image que le rêve donne : la Mère est celle qui a pour tâche, entre autres, de polir les enfants, de les rendre soumis, de faire rentrer les Rebelles dans le rang, de limiter les Esprits Libres et Sauvages. Elle soutient le travail du Responsable, de l'Actif et de Celle qui s'adapte que nous verrons demain.



Cela ne tient plus, une faille est là. Les énergies masculines, plus impersonnelles, sont d'accord pour réparer. La Mère est très personnelle. Lorsque la Mère domine notre personnalité, elle est extrêmement sensible à toute remarque du Critique intérieur comme extérieur. Elle polit sans cesse nos subpersonnalités pour éviter ces critiques. Nous avons besoin d'énergies plus impersonnelles pour pouvoir dire oui ou dire non, et construire une psyché « qui se fissure » moins facilement.

Le clin d'œil à Celle qui veut que tout soit impeccable, fissure ou pas fissure, me fait rire. Les rêves ne manquent jamais d'humour dans la façon dont ils peignent nos différentes facettes.

Le rêve 3

Ce rêve met en scène Celle qui ne veut pas déranger - Celle qui a obéi aux injonctions parentales de l'enfance, et qui, aujourd'hui, obéi aux ordres de la Mère Intérieure - et le Jeune Amérindien qui accepte lui aussi de mourir. Il est condamné à mort par le système « des blancs ».

Le travail avec Sidra va la mettre de nouveau en évidence. Je la connais bien. Je la vois à l'oeuvre régulièrement. Parfois, je peux l'arrêter et parfois non.

Cette partie est celle qui sait s'accommoder, renoncer, s'incliner devant la réalité. Résignée, sans espoir de pouvoir changer les choses, elle ne sait pas réclamer sa place. Réclamer est impossible pour elle. Elle sait s'adapter et survivre.

Elle est infiniment triste devant les tableaux qui décrivent la mise à mort consentie des enfants, en même temps, elle sait sa valeur : pour pouvoir trouver ma place au sein de ma famille, elle m'a appris à ne pas déranger. Elle s'est imposée; elle a mis à la porte, avec ténacité, les enfants et les adolescents qui portaient la vie instinctive, l'affirmation de soi, l'agressivité.

Aujourd'hui, en 2018, objectivement, elle n'est plus obligée d'agir ainsi, elle le reconnaît de nouveau, toujours un peu à contrecœur. Pour elle, ce serait mieux de continuer à m'adapter... Elle est consciente, cependant, de toutes les pertes que cela engendre : perte de vitalité, de créativité, de l'instinct, du feu intérieur, de la capacité à se défendre, de vivre sa vie.

Si elle doit de nouveau devenir moins présente, elle pose les mêmes conditions que dans le passé : que je protège la vulnérabilité de la Petite Fille, que je m'assure que répondre à ses besoins ne mette pas en colère ceux qui m'entourent, que le fait de moins m'adapter n'entraîne pas de conséquences négatives. Elle demande, tout particulièrement, un Ego Conscient capable de canaliser cette partie amérindienne qui porte la liberté d'agir comme elle le sent.

Le fait que je vive avec Jean n'est pas étranger à la reprise de pouvoir de la Mère et de Celle qui s'adapte. Le Patriarche, et ses règles de comportement pour toute femme mariée, les remettent sur le devant de la scène.

Cet engagement envers nos parties primaires - la promesse de ne pas laisser libre cours à leurs opposés et de respecter le travail qu'elles font - est un point déterminant pour qu'elles acceptent de ne pas verrouiller le processus d'intégration de leur opposés.



Dans toute nouvelle situation, le système primaire reprend du pouvoir. Il ne lâche de nouveau que lorsqu'il a la preuve que nous protégeons notre vulnérabilité principale : l'Enfant Abandonné, Maltraité ou Terrifié.

Après avoir longuement parlé à Celle qui s'adapte, Sidra demande à rencontrer le Jeune Amérindien.

Il vient avec plaisir. Je sens un flot d'énergie vitale prendre possession de mon corps. L'amour de la vie sauvage, la capacité de se battre, de faire ce qui est bon pour lui ou pour les siens ; voire de tuer pour se défendre ou défendre les siens. Je sens mon corps et mon âme se redresser, devenir fiers d'exister, en communication étroite avec la Terre et le Cosmos. Il est

celui qui ne se laisse ni victimiser, ni

esclavagiser, celui qui suit ses propres règles, l'Esprit Sauvage par excellence.

S'il était plus présent, nous dit-il, Véronique serait explorateur, ethnologue, volcanologue, certainement pas thérapeute. Au jour d'aujourd'hui, vendre la maison, ne plus travailler, explorer le monde serait son plaisir.

Plus concrètement, il ne se laisserait jamais marcher sur les pieds, demanderait ce qui lui semble nécessaire pour son bien-être, laisserait davantage les gens se démerder avec leurs problèmes. Il leur laisserait également davantage le droit d'être comme ils sont sans avoir besoin de les changer. Il se ressourcerait dans la nature plus que devant un film ou avec un livre, il empêcherait Celle qui s'adapte de conduire Véronique à la place de la Victime. Pour lui, s'adapter et être victime ne font qu'un.

Je ressens que lorsque je n'ai pas cette énergie plus instinctive à mes côtés, l'énergie de Celle qui s'adapte ouvre la porte à l'Actif, au Responsable et à la Mère, et j'ai beaucoup moins de possibilités d'échapper à leur emprise.

A la fin de cette séance, dans l'espace d'Ego Conscient entre Celle qui s'adapte et cet Amérindien, je me sens infiniment plus dans mon pouvoir. De nombreuses possibilités de vivre autrement sont présentes.

Le rêve 4

Ce rêve est devenu clair, également. J'associe le fait de passer de la France (occupée) à la Suisse, au fait que certaines subpersonnalités veulent échapper au contrôle du système primaire. Ce système primaire tue ou emprisonne tout ce qui est différent de lui. Il est fascinant de constater à quelle point la réalité intra-psychique correspond à la réalité sociale.

Rêve 5

Je fais ce rêve tandis que le processus d'intégration entre le système primaire et ses opposés suit son cours. En général, lorsque nous sommes disposés à travailler, le Tisseur de rêves ne nous laisse pas nous reposer. Il enchaîne rapidement.

5. Jean disjoncte

Nous sommes dans un grand théâtre en plein air. Ce théâtre est rond, ceint d'un mur, avec une scène ronde dont le centre est un aussi espace rond où pousse de l'herbe. Un espace de circulation existe entre cette scène et les gradins disposés comme des parts triangulaires coupées dans un gâteau rond.

Lorsque nous arrivons, Jean se place au niveau de la circulation qui entoure la scène, dos à la scène, et commence à chanter a capella. C'est très beau, du Mozart me semble-t-il. D'autres hommes chantent la même partition, régulièrement disposés devant les gradins. Ils chantent ensemble, chaque triangle entend principalement le chanteur qui est devant lui.

Un homme qui semble responsable de ce théâtre passe devant Jean et lui dit - ou fait - quelque chose, tout en continuant son chemin. Jean perd son sang-froid, il le rattrape et semble hurler après lui (nous n'entendons rien), il semble qu'ils vont en venir aux mains. Mais Jean s'arrête et s'en va. Maintenant, les gens assis dans la portion de l'amphithéâtre devant laquelle Jean chantait, n'entendent plus rien. Ils s'agitent, très mécontents.

Ce Rêve est très surprenant, je me demande quel en est le fil. Une nouvelle séance avec Sidra va venir l'éclairer.

Après avoir discuté de choses et d'autres à propos de ce rêve, elle nous demande à quel moment Jean pouvait « péter les plombs » et s'en aller. Une piste apparaît : nous sommes souvent dans cette situation le matin. Jean brusquement quitte le lit sans rien dire, sans que je comprenne « ce que j'ai fait de mal ».

Je suis généralement en train de passer en revue ce que je vais faire,

ou ce que nous allons faire, dans cette journée qui s'annonce, et tout d'un coup, Jean se lève et s'en va sans que je comprenne ce qui se passe.

Sidra demande à parler à mon Manager. Dans l'entretien qu'elle va avoir avec lui, il va expliquer qu'il vient le matin pour mettre en sécurité une toute Petite Fille qui est complètement désorientée lorsqu'elle se réveille. Littéralement, elle ne sait pas où elle est, dans quel lieu ni dans quel espace-temps.





Le Manager l'enracine en lui redonnant tout ce qui doit être fait dans la journée. Certes, il est lié au faire et c'est ce dont il se sert pour enraciner cette Petite Fille dans le présent. Il fait ça depuis toujours, elle est habituée à sortir du monde du rêve pour s'enraciner dans le faire.

Lorsqu'elle transmet ça à Jean, avec tout son enthousiasme, pensant que tout le monde est comme elle et a les mêmes besoins, Jean pète les plombs intérieurement et, plutôt que d'exprimer sa mauvaise humeur, il se lève et s'en va.

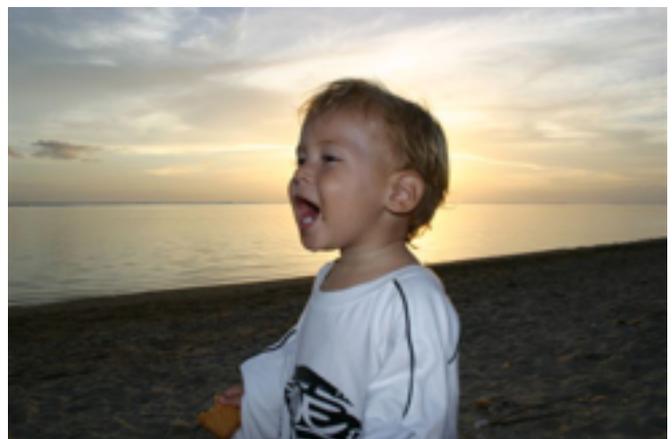
Nous allons apprendre qu'il existe chez lui un enfant qui, au contraire, ne supporte pas qu'on parle de « ce qu'il y a à faire » le matin. Cela le rend fou, il a l'impression que sa vie lui est volée.

Dans cette séance, lorsque la Petite fille désorientée va venir nous dire à quel point elle a besoin de ce Manager pour la remettre en contact avec la réalité, nous allons comprendre le malentendu qui existe. Ce n'est pas un Actif-Contrôleur qui désire contrôler la journée, c'est le Manager en train d'enraciner cette Petite Fille dans son présent, en faisant le point sur toutes les tâches laissées en suspens. Elle a besoin de redescendre du monde du rêve à celui de la réalité, en même temps, elle adore savoir ce qui peut être fait pour créer une réalité qui corresponde à ses rêves.

Le Manager fait son job, il se fiche, en fait, de savoir si ce qui a été prévu va se faire ou non, ce n'est pas un Contrôleur, pas même un véritable Actif. Après avoir enraciné, à sa façon, la Petite Fille dans sa réalité, que je me lève ou non lui est égal. Il fait ce qu'il sait faire : rassurer la Petite Fille désorientée. Pour elle, si le « faire » est sous contrôle, ni les voyous ni le chaos ne vont entrer.

Lorsqu'à son tour, Jean va laisser s'exprimer Celui qui chante a capella avec tous ses champs énergétiques ouverts, nous allons découvrir Celui qui, au réveil, « tune » avec tout autre chose que « ce qu'il y a à faire ».

Il va pouvoir dire que lorsque mon Manager passe avec sa liste, c'est exactement comme une épingle qui perce un magnifique ballon. Son monde disparaît. Or c'est pratiquement le seul moment où L'Actif Responsable de Jean



n'a pas la main sur l'Enfant... Nous nous rendons compte à quel point les besoins de nos Enfants Intérieurs sont à des années-lumière lorsque nous nous réveillons.

Rêve 6

L'Intelligence qui nous habite, et qui semble n'avoir d'autre but que celui de nous éveiller à l'ensemble de nos subpersonnalités, va profiter de ce que je suis à l'écoute pour continuer à dessiner les différentes primaires qui adorent gérer ma vie et me donner leurs talents.

6. Le Parent Psy

Véronique est avec un petit groupe dont elle est l'animateur. C'est le repas, Li (une amie) fait partie du groupe, elle est dans sa subpersonnalité : « Excusez-moi, je n'ai pas fait tout comme il faut ». Véronique pointe cette subpersonnalité et lui demande quel en serait l'opposé : Véronique est dans son Parent Psy qui pense que tout ira mieux si les subpersonnalités sont vues et équilibrées.

Véronique décide que ce serait bien que le groupe monte au premier étage. Le groupe accepte. Puis, elle sent qu'elle devrait en faire des tonnes pour animer ce groupe, elle n'en a plus envie. C'est trop lourd. Elle laisse les choses aller. On a mangé un excellent plat de viande (l'image est une sorte de cochon de lait). Le repas s'est fini, sans légumes, sans dessert.

L'ambiance est lourde, les gens s'en vont avec plus ou moins de critiques les uns sur les autres et sur eux-mêmes. Quelqu'un dit que la viande n'avait pas vraiment de goût, Véronique lance à celle qui l'a fait cuire : « C'est parce que tu n'as pas mis d'ail ». La femme regarde Véronique d'un air triste et dit : « Merci ça m'aide beaucoup ». La dernière remarque de Véronique l'a juste achevée.

Le Parent Psy nous emmène au niveau mental. Là où n'existe ni couleur, ni goût, ni émotion mais où la Raison et la Logique règnent. Une prise de conscience existe : ce qui manque, c'est la vulnérabilité. Le Parent Psy le sait, peut le nommer, peut expliquer mais non le ressentir.

Le Parent Psy est une subpersonnalité présente - et active - chez tous les pys du monde, tout comme chez les non-pys ! Il a certainement beaucoup à dire et à apporter. Lorsque nous sommes identifiés à cette subpersonnalité, il nous manque cependant le lien corporel avec les émotions, les nôtres comme celle des autres. Nous oublions ce qu'être vulnérable veut dire.

Avec ce rêve, le Tisseur de Rêves continue de me dessiner les différentes subpersonnalités qui forment mon système primaire. Comme pour beaucoup d'entre nous, sans le développement de cette subpersonnalité pour m'aider à comprendre ce qui se passait dans mon environnement lors de mon enfance, je ne me serais probablement pas aussi bien sortie d'affaire.

Si les Enfants, l'Instinct ou l'Esprit Sauvage acceptent docilement de se laisser « tuer », c'est bien parce que le système les a convaincus que c'est mieux s'ils disparaissent. Le Parent Psy a joué son rôle, il m'a amené à comprendre les autres et à réprimer l'émotionnel. Je me rappelle ma grand-mère maternelle, me prenant entre deux portes après un repas de famille où je m'étais montré désagréable, m'expliquant que mon comportement était inexcusable, que je devais comprendre mes parents et ne plus me conduire ainsi. J'avais cinq ans.

Comprendre est ce qui nous est demandé dans l'enfance, par l'école comme par notre famille. Le Parent Psy vient nous aider à obéir à cette exigence. Il fait partie de notre équipe de primaires. Cependant, il n'est pas doué, comme le rêve le montre pour prendre soin de la vulnérabilité des autres ; quant à la nôtre, elle le mobilise sans qu'il puisse réellement mettre le doigt dessus.

Rêve 7

Le dernier rêve fait à Thera

me donne une autre image pleine d'humour.

7. L'Active et la Mère qui prend soin des autres

Véronique est avec un groupe de 4 ou 5 personnes. Elle doit donner une séance à l'une d'entre elles. Elle les emmène dans une pièce où il n'existe aucun siège.

Il faut passer par le bureau d'une psy pour aller dans cette pièce qui est vide.



La femme qui va recevoir la séance est plus ou moins assise sur une fesse sur un rebord de mur. Véronique se rend compte que ça ne va pas le faire et va chercher deux fauteuils. Elle trouve deux fauteuils légers faciles à transporter et les amène dans la pièce. Puis elle se rend compte que ce serait mieux que les observateurs aussi soit assis ; elle va chercher d'autres chaises. Ensuite, elle se dit que ce serait bien d'amener des chaises longues car les observateurs pourraient ainsi être mieux installés. Elle revient avec une, repart, revient avec une autre. A chaque fois, elle passe par le bureau de la psy qui la regarde un peu étonnée de ces allers et venues. A ce moment-là, la femme qui devait être facilitée dit à quel point elle se sent fatiguée et Véronique l'invite à s'allonger sur une des chaises longues... La séance n'aura pas lieu.

Au réveil, je regarde avec un sourire ce tableau de l'Active qui peut facilement décider de travailler dans une pièce sans aucun siège, en duo avec la Mère Responsable qui elle prend soin du confort de chacun. Ce parfait couple qui prend soin des autres et bien peu de moi.

Dans la dernière séance avec Sidra, vient la subpersonnalité qui aimerait amener le ciel sur terre, la beauté et l'harmonie des autres dimensions dans tout ce qu'elle fait. C'est une merveilleuse énergie assez perfectionniste qui vient très bien compléter ce système primaire qui entraîne la décapitation consentie des Enfants et la mort tout aussi consentie de l'Amérindien...



Nous voici à la fin de notre séjour.

Chaque jour a amené des images très précises de différentes subpersonnalités. Du coup, nous avons pu les explorer. Nous ne pouvons explorer que celles qui existent, dans l'instant même, dans notre corps.

Le grand trio habituel : Actif, Rationnel et Mère Responsable, celle qui polit les subpersonnalités non politiquement correctes et cache les fissures. Ont suivi, Celle qui s'adapte et n'a pas le droit de déranger, la Mère Psy et une scènette pleine d'humour du duo de choc, l'Active et la Mère qui prend soin des autres. Enfin, Celle qui aime l'harmonie par-dessus tout est venu conclure notre exploration.

Avec ces nouvelles images d'un système primaire que, par ailleurs, je connais bien, je prends à nouveau conscience du paradoxe majeur de ce système : il se construit pour protéger la vulnérabilité et, au final, il convainc les Enfants - tout comme les parties plus instinctives - de renoncer à vivre et à faire partie de la personnalité.

Je connais bien la vulnérabilité que ces subpersonnalités tentent de protéger : être aimée, être acceptée, s'adapter. Je sais aussi que lorsque je suis identifiée à ce système, je perds ce que je cherche, vivre une vie créative, magique. Dans cet espace d'Ego Conscient qui s'est élargi tout le long de ce parcours à Thera, je me sens à nouveau « dans mon pouvoir ».

Je suis aussi beaucoup plus consciente que je vais devoir gérer plus attentivement l'équilibre entre cette partie qui s'est développé ces dernières années, Celle qui aimerait se nourrir de prana, et son opposé, la Petite Fille qui adore le chocolat.

Jean et moi goûtons quelques jours de plein bonheur avant de reprendre l'avion pour rentrer chez nous.

Le retour

Au retour, plusieurs rêves vont témoigner de la difficulté pour le système primaire d'accepter ces enfants. A la fois le système primaire comprend leur valeur et les valorise, à la fois il ne peut s'empêcher de penser qu'il n'existe pas de possibilité de vivre heureux et de réussir dans la vie s'il faut prendre soin de ces Enfants.

Délivrer le système primaire de la responsabilité de ces Enfants Intérieurs, les prendre en charge par un processus d'Ego Conscient est la porte de sortie. Continuer à développer avec bonheur et patience une Vision Consciente de ses primaires est le chemin par excellence.



Lorsque nous comprenons que ce sont les subpersonnalités qui forment ce système primaire qui ont mis les Enfants à la porte, nous pouvons aussi comprendre que ce ne sont pas elles qui peuvent, aujourd'hui, en prendre soin.

Elles doivent continuer à nous amener courage, endurance, responsabilité, sens de l'autre,

succès dans le monde. Elles doivent continuer à nous amener leur sens de la discipline et du travail bien fait.

Cependant, faire la fête, être insouciant, s'absorber dans ce qu'on aime faire, rechercher le plaisir, la facilité, jouer, être passionné, vital, enthousiaste, sensible et capable de vivre ses émotions sont aussi des qualités dont nous avons besoin, ce sont celles de ces Enfants. Un espace de conscience peut se développer entre le système primaire et ces Enfants ou Adolescents. Un espace dans lequel un certain *je moins automatique*, peut prendre des décisions qui satisferont ces deux côtés. Certes, c'est un espace de tension !

D'autres rêves vont dessiner cette tension et le désir des parties totalitaires (notre système primaire est très totalitaire) de faire rentrer tout le monde dans les rangs. Finalement, à travers un rêve parlant d'une nouvelle et d'une ancienne maison, le Tisseur de Rêves m'indique que le Responsable, peu enclin à faire la fête, décide quand même que l'ancienne psyché ne convient plus et accepte de continuer à élaborer la nouvelle.

Le processus d'Ego Conscient qui nous amène à donner de la place à toutes nos subpersonnalités n'est jamais acquis une fois pour toute. La vie quotidienne, nos responsabilités, font que peu à peu les choses se referment, nous nous rétrécissons. Lorsque ce système a été travaillé, ce n'est pas si mal, cela peut même être très performant. Cependant, nous ne sommes plus complets.

Nous pouvons compter sur nos rêves, la vie de couple, la vie sociale, amicale et familiale pour nous informer avec vigueur qu'il est temps de redevenir conscients des parties auxquelles nous nous identifions et de celles que nous supprimons. Cette Vision Consciente va générer une conscience élargie capable de sortir toujours plus de la dictature du système primaire pour accueillir, à l'intérieur comme à l'extérieur, la richesse des différences. Ce processus dépend beaucoup moins de notre volonté que de cette conscience qui grandit en nous et accorde de l'importance à la totalité de la vie, du vivant en nous.

Heureusement l'Ego Conscient est une place d'intense créativité !

Stage d'Aout 2018

Peindre, dessiner, réinventer ses rêves
Les jouer, les mettre en scène avec le groupe
Utiliser la grille du Voice Dialogue
pour
Entrer en contact avec leurs messages

Il reste quelques places pour le stage du mois d'août.

Date : mercredi 22 aout, 18h, au dimanche 26 aout, 14h

Prix : 630 euros, repas bio et végétarien à midi compris

Piscine et ballades si le coeur vous en dit

Au plaisir de vous y retrouver !



**Le vrai changement, c'est lorsque tu poses ton regard
sur ton fonctionnement, sans le juger, sans vouloir le changer,
sans vouloir l'améliorer, sans le comparer ni l'analyser.**

Cela, c'est le vrai changement, c'est l'envol.