

« Je vous souhaite d'aller dans le monde et de vous laissez prendre dans des aventures, puis de les travailler, de les baigner de votre sang, de vos larmes, de vos rires jusqu'à ce qu'elles fleurissent, jusqu'à ce que vous-mêmes explosiez en mille et une fleurs. »

Clarissa Pinkola Estes



Le coin du Facilitateur

But d'une séance de Voice Dialogue

par Véronique Brard

Le terme plus ou moins officiel semble bien être « facilitateur » mais il sonne un peu lourd à mes oreilles... j'opte pour ce néologisme (un de plus !). Facilitateur ou facilitateur, j'aime revenir aujourd'hui sur quel est le but d'une séance de Voice Dialogue et de quelle façon elle va amener une transformation. Théoriquement vous le savez tous, le but d'une séance de Voice Dialogue est l'exploration des subpersonnalités. Nous sommes là pour explorer les schémas d'énergie du facilité, sans les juger, en éclairant leur point forts et leurs points faibles, et aider le facilité à se différencier de ce ou ces schémas.

Mais, avec le temps, cette théorie peut cependant être perdue de vue aussi bien par le facilité que par le facilitateur.

Un autre aspect sous-tend également la séance : notre travail est d'aider le facilité à renforcer son pouvoir, ce qui entraîne en dernier ressort qu'il est celui qui sait pour lui-même. Cela veut dire, qu'il est celui qui sait à quel rythme il désire ses séances, quand il veut les arrêter et prendre une pause dans le travail thérapeutique, quand il est juste pour lui de reprendre de nouvelles séances, quelles autres thérapies il veut explorer et enfin, il est celui qui peut, au final, comprendre ses rêves et son processus. Nous sommes là très loin du cadre psychanalytique. Les temps ont évolués et, en Voice Dialogue, le parent qui sait n'est pas celui qui doit mener la thérapie.

Comment la conscience se développe

Pour être certain que le fait d'explorer ses subpersonnalités et de s'en séparer est suffisant pour qu'un processus de transformation prenne place, il est nécessaire de revenir à la théorie de la conscience qui est la base du Voice Dialogue.

Selon cette théorie, la conscience est en perpétuel développement ; c'est une dynamique qui nécessite trois processus : l'exploration concrète des subpersonnalités dont nous sommes constitués, le développement d'une vision consciente de ces schémas d'énergie et de la façon dont ils nous affectent, affectent nos relations, notre vision du monde et notre rapport au monde, et enfin le développement d'un ego conscient qui sera l'élément de la personnalité capable de choisir et d'agir.

L'ego conscient est différent de l'ego dont on parle couramment et qui est si méprisé dans notre société. Cet ego tellement réprouvé n'est rien d'autre qu'un ensemble de schémas d'énergie jugé par le système primaire (les énergies dominantes) de la personne qui parle. Maintenant, comme l'ego conscient ne peut exister qu'à un moment donné et en relation avec un schéma d'énergie précis ou de deux schémas d'énergie opposés précis, nous nommons *ego fonctionnel* celui qui agit entre ces instants.

La transformation vient du développement de ce processus de conscience. Explorer ses subpersonnalités et développer sa vision consciente mène au développement de cet ego conscient, capable, peu à peu, de choisir plutôt que de laisser les subpersonnalités connues ou inconnues jouer en automatique. Lorsque nous donnons ou recevons une séance de Voice Dialogue, il est important de garder à l'esprit cette théorie de la transformation, sinon un mental perplexe jouant en équipe avec

un critique tout aussi embarrassé (juste pour un bref moment, rassurez-vous, il reprendra vite son assurance) va se demander après la séance : « Et alors, *maintenant, quoi faire, quoi être ?* »

Avoir exploré une ou plusieurs subpersonnalités, commencer à reconnaître lorsque ce sont elles qui vivent notre vie ou conduisent notre voiture, c'est le commencement du développement d'une vision consciente qui, au fur et à mesure, nous mènera vers l'espace de l'ego conscient. À la fin d'une séance de Voice Dialogue, rien n'est résolu, mais le processus d'ego conscient et donc de transformation est en route. La vie sera notre maître pour continuer à développer ce processus, car nous avons maintenant les indications sur quelle est la (ou le groupe de) subpersonnalité(s) qui vit notre vie et qui entraîne les situations que nous désirons changer.

Le développement du processus d'ego conscient n'est sous le contrôle d'aucune subpersonnalité ; ce que notre efficace, notre contrôleur ou notre volontaire ont un peu de mal à avaler. C'est un processus de croissance interne, organique qui implique notre inconscient, probablement l'inconscient collectif, la sagesse de notre corps et probablement la sagesse de l'univers.

L'essentiel dans une séance

L'essentiel dans une séance n'est pas de tout comprendre -et notre intellect a horreur de ça, le mien tout particulièrement- mais d'explorer une énergie. Le but du jeu, si l'on est le facilitateur, est de permettre au facilité de faire une expérience claire de l'énergie explorée et de lui donner la possibilité de faire la différence entre l'ensemble de sa personnalité et cette énergie. S'il peut aller dans l'énergie opposée, la séparation devient alors encore plus explicite. Mais même si l'énergie opposée n'est pas accessible, la différence vécue entre l'énergie explorée et la totalité de la personne est ce qui va mettre en route le processus d'ego conscient.

Si le facilité pense que cette énergie que nous lui proposons d'explorer c'est lui et qu'aucune différence ne lui apparaît, on peut l'accepter pour le moment. Il est possible cependant, si le facilité l'accepte, de lui demander de changer de chaise.

Deux cas de figures : soit votre exploration met clairement en évidence que cette partie n'est qu'une partie, elle n'est pas là, par exemple lorsque le facilité fait l'amour, chante, danse, fait du ski ou de l'escalade, pleure ou hurle de colère ; vous avez réussi une première approche vers la reconnaissance de cette subpersonnalité particulière, même si la personne reste la même lorsqu'elle retourne au milieu. La chaise est la place de cette subpersonnalité particulière, le siège du milieu, en l'absence de l'ego conscient, est celle où toutes les subpersonnalités potentielles + celle qui vient d'être explorée sont assises.

Si le facilité ne voit pas la moindre différence entre cette subpersonnalité et lui, il n'est sans doute pas prêt à travailler avec le Voice Dialogue, n'insistez pas et retournez, pour le moment, à une écoute plus classique. Éventuellement, il se



peut que dans quelques mois, une autre opportunité de séparer le facilité de sa subpersonnalité primaire ou de son groupe de primaires apparaisse très naturellement.

Il se peut qu'une personne face très clairement la différence au niveau intellectuel entre ses différentes subpersonnalités mais ne puisse pas aller énergétiquement dans ces schémas d'énergie spécifiques. Travailler de la chaise du milieu en plaçant les subpersonnalités dont vous parlez pendant la séance sur des chaises autour de vous, parfois en plaçant sur ces

chaises des symboles représentant ces subpersonnalités permet un excellent travail

Les pièges à éviter

Un des grands pièges est de penser que tout le monde doit penser en termes de subpersonnalités ou que tout le monde peut contacter de façon énergétique ces différentes énergies.

Chacun a sa propre représentation de la réalité. La représentation de la réalité donnée par le Voice Dialogue est extrêmement précieuse et efficace dans bien des domaines ; elle est parlante pour de nombreuses personnes qui naturellement perçoivent leur réalité, et celle des autres, en des termes approchants. Mais ce qu'est réellement la réalité qui peut le dire ? D'autres préfèrent vivre une autre réalité et ils doivent être respectés.

Il n'est pas non plus réaliste de penser que n'importe quelle personne peut avoir accès à ses subpersonnalités. Beaucoup de facilitateurs débutants se critiquent lorsqu'une personne « ne va pas » dans ces schémas d'énergie et reste dans une énergie mentale. Le Voice Dialogue, suivant l'avis même de ses créateurs, est une méthode extrêmement sophistiquée. Certains la nomment la thérapie du troisième millénaire. Accepter qu'une personne ne puisse pas sortir de son intellect ou de son mental est extrêmement important, savoir que ce travail ne convient pas à tout le monde également.

Cela nous mène au troisième piège à éviter : devenir le parent qui sait du thérapeuté. Rappelez-vous qu'une séance de Voice Dialogue, outre l'exploration des subpersonnalités, a pour but l'*empowerment* du facilité. Vous êtes là pour que le facilité ait, peu à peu, un peu plus de pouvoir sur sa vie. Le séparer d'une subpersonnalité qui l'empêche de s'épanouir, de développer la totalité de ses talents, de jouir de lui-même et de la vie, ou d'avoir des relations agréables, c'est lui donner davantage de pouvoir. Mais lui reprocher de ne pas pouvoir aller dans ses différents schémas d'énergie ou de rester dans une subpersonnalité mentale, ou dans des schémas de fonctionnement qui ne fonctionnent pas, l'angoissent et le rendent malade, c'est simplement critiquer votre client. Vous êtes identifié à votre parent qui sait, votre parent psy, voire votre enfant sauveur. Se voir agir ainsi, ne veut pas dire que vous êtes un mauvais facilitateur, ne laissez pas le critique intérieur vous dire n'importe quoi, mais cela veut dire que vous avez besoin d'une supervision pour vous séparer davantage de votre subpersonnalité parentale ou enfantine. Et, nous en avons tous besoin très régulièrement.

Trois exemples de facilitations

Joël

Joël arrive pour une troisième séance. C'est un homme de 60 ans, thérapeute qui a un long travail de conscience derrière lui et qui est très intéressé par la méthode de Voice Dialogue. Il a décidé de travailler sur ses malaises physiques et il arrive avec la liste de tout ce qui ne fonctionne pas, ou plus, chez lui. Au bout d'un moment, j'ai le sens que ces malaises physiques existent bien sûr, mais qu'il existe aussi une certaine façon de les considérer et de les interpréter qui les rend difficiles à accepter.

Lorsque Joël a fini de m'exposer ce sur quoi il voudrait que nous travaillions, je lui propose de changer de place et de voir « Qui parle ? » Il est un peu perturbé par le fait que la personnalité que je désire interviewer est exactement la même que celle qui était assise dans le fauteuil central. Mais c'est très souvent ce qui se passe. Notre partie primaire arrive et parle au thérapeute. Le but est que cette partie accepte de changer de place et d'être considérée et explorée en tant que subpersonnalité primaire.

Une partie mentale ayant certaines idées très précises sur ce que devrait être une personne consciente est alors mise en évidence. Cette subpersonnalité a quelques croyances bien arrêtées tournant autour du fait qu'une personne consciente devrait être en excellente santé, ne pas avoir d'insomnie, ni de problème physique. Ces croyances ouvrent la porte à un critique intérieur qui porte un regard sévère sur Joël.

La vision consciente de Joël se met en route rapidement et il se sépare facilement de cette subpersonnalité.

Ce qui a été extrêmement important durant cette séance, c'est que lorsque son critique intérieur a parlé, Joël a réalisé que c'est ce même critique lié aux convictions de cette même subpersonnalité mentale portant cet ensemble de croyances au sujet de la santé et de la conscience qui ont fait qu'il est arrivé à sa limite d'accompagnement avec l'une de ses clientes. Une personne consciente est une personne en bonne santé et à l'inverse une personne qui ne « veut » pas devenir consciente ne sera jamais en bonne santé, cette croyance et les jugements qui en découlent l'ont empêché d'accompagner sa cliente. Ce sont les mêmes croyances que celles qui le mettent en difficulté face à sa réalité physique d'aujourd'hui.

La prise de conscience que lorsque son critique est présent pour lui, il l'est aussi pour ses clients, que travailler à se séparer de son critique, c'est être plus heureux, certes, mais c'est aussi devenir un thérapeute plus habile, lui a procuré une grande satisfaction.

Dans cette séance, l'exploration de la subpersonnalité portant des croyances qui ouvraient la porte au critique intérieur a permis à Joël de reprendre son pouvoir. Une autre partie est venue équilibrer la partie primaire avec davantage de bon sens et une vision plus réaliste de la santé et du vieillissement. Elle pouvait porter sur Joël un regard plus tranquille. Il n'est pas nécessaire de discuter des croyances de la première

subpersonnalité. Simplement, elle doit être équilibrée par une partie qui peut penser différemment pour que le critique intérieur ne soit pas tout puissant. Joël est reparti avec le même corps, les mêmes difficultés physiques, mais libéré du poids des jugements de son critique intérieur et de l'identification à cette partie primaire ; littéralement, ce n'était plus le même homme. Le critique à lui seul peut nous tenir éveillé toute la nuit et ensuite nous en faire le reproche. Mais les insomnies peuvent aussi avoir de nombreuses autres causes que la présence du critique. C'est un domaine délicat et complexe comme tous nos maux physiques ou psychiques. Une chose est certaine, si un critique se mêle d'interpréter nos malaises et maladies, une subpersonnalité est présente qui lui ouvre la porte. Nous avons besoin de nous séparer de cette primaire et de trouver une énergie opposée. Dans ce cas précis, soit une partie mentale avec un bon sens commun plus ordinaire, soit une subpersonnalité de coeur qui nous donnera la douceur envers nous-mêmes nécessaire pour remédier, accepter ou gérer tous nos maux physiques ou psychiques, et répondre tranquillement aux attaques du Critique.

Bertrand

Une séance avec un homme d'âge moyen, thérapeute également. Un incident de vie de couple : c'est l'anniversaire de sa femme, Jeanne ; Bertrand a préparé un cadeau, des fleurs et une table dans un restaurant. La soirée est idyllique. L'intimité et la complicité sont là. Du coup, Bertrand partage avec Jeanne une découverte qu'il a faite sur lui-même dans son travail de thérapeute, découverte importante pour lui. Jeanne renvoie : « De toutes façons, avec tes clients tu es souvent dans la projection. » Bertrand avale sa salive, une fourchette plantée dans le coeur, et assume le choc en faisant remarquer à Jeanne que sa remarque est blessante et qu'il est blessé. Jeanne argumente : « Lorsque je t'envoie des clients, j'ai besoin d'être certaine qu'ils seront en sécurité avec toi. » Bertrand est un homme bien élevé qui a décidé de maîtriser ses colères, sachant qu'elles peuvent aller jusqu'à la violence physique ; il reste plus ou moins silencieux durant le reste du repas. La fête est finie, mais le gentil essaie d'accueillir ce qui a été dit.

Un peu plus tard, Jeanne s'excuse sincèrement de l'avoir blessé et demande à Bertrand de la prendre dans les bras. Le gentil de Bertrand s'exécute mais « le coeur est vide ». Jeanne le ressent et réclame un vrai « hug ». Bertrand commence à lui expliquer qu'il ne peut pas, qu'elle a été blessante, qu'il lui faut du temps, Jeanne se met en colère et bientôt les reproches fusent de part et d'autre.

Bertrand arrive à la séance encore blessé par cette soirée et se demandant vraiment comment faire pour que sa vie de couple ne soit pas entrecoupées de ces violentes scènes de reproches. Il a dit ses blessures, il a contrôlé sa colère, sa partie gentille qui a bien vu que Jeanne était vulnérable était présente, il a demandé du temps et cela ne fonctionne toujours pas.



Lorsque Bertrand a terminé de me raconter l'incident et d'exprimer son sentiment d'impuissance et de tristesse, je lui demande de changer de siège pour explorer la subpersonnalité dans laquelle il se trouve en ce moment même.

La victime se dessine peu à peu sur ce nouveau siège. Elle parle très clairement de son impuissance envers un certain type de femme « bulldozer » et d'une impuissance en général. Impuissance à faire que sa vie aille bien, impuissance à...

Pour voir la polarité de cette victime, par définition sans aucun pouvoir, qui vient tout particulièrement face à certaines femmes, je demande à Bertrand si nous pouvons parler à sa colère. La colère vient très facilement et la subpersonnalité qui apparaît est le tueur. Il s'exprime lui aussi tout aussi clairement. Il est important de noter que le tueur, lui, dégage un énorme pouvoir. Pouvoir difficile à utiliser cependant à moins de finir en prison pour meurtre ou coups et blessures.

Nous avons maintenant la victime d'un côté et le tueur de l'autre. Que faire ? Allons voir si la vulnérabilité est disponible. La victime n'est pas la vulnérabilité et ne doit pas être confondue avec elle. L'enfant blessé de Bertrand peut être contacté mais il reste encore très mélangé avec le raisonnement mental qui appartient à la victime.

Je retourne vers le tueur qui réapparaît aussitôt. Le tueur est une subpersonnalité très simple, son credo est : « Ce qui me blesse, je le supprime, celui qui me blesse, je le tue ». Il est nécessaire de l'étirer jusqu'à ce que ce credo devienne évident pour le facilité. Cela peut demander plusieurs séances.

Un travail d'ego conscient doit être fait pour arriver à la conclusion : « OK, l'autre m'a blessé, mais il n'a rien fait de mal, il est juste vivant et lui-même » et cela aussi peut demander plusieurs séances. Autrement, la personne peut contrôler le tueur (Dieu merci) mais les certitudes du tueur et de sa polarité la victime *l'autre a fait quelque chose de mal* passeront par d'autres chemins : en général par la critique du parent psy.

Si l'on peut prendre les émotions et la rage de ce tueur comme un signal d'alarme que l'enfant a été blessé, que c'est grave, qu'il nous faut repérer la blessure, ce qui n'est pas trop difficile car c'est toujours la même, et reconforter notre enfant, nous pouvons éviter le schéma de victime. Nous ne pouvons pas, cependant, éviter de couper le lien le temps de faire notre travail. Nous pouvons, dans les meilleurs des cas et après un travail intensif, couper le lien sans accuser l'autre, ce qui apaisera son propre enfant angoissé et le nôtre. Car les deux enfants intérieurs sont présents lors d'un schéma d'ancrage et ont peur de l'abandon.

La victime comme le tueur pensent que la blessure vient de l'autre. Dans une vision superficielle, c'est exact ; mais si nous approfondissons, ça ne l'est pas.

Revenons à Bertrand. Il est impossible dans une séance de faire la totalité du travail, et contrairement à la séance décrite précédemment, Bertrand repartira avec quelques pistes de travail mais non soulagé de sa blessure. Quelle blessure justement ? Nous pouvons la toucher du doigt dans la séance, même s'il est impossible de l'explorer entièrement. Sa blessure est : *l'autre m'a tué avec sa critique*. L'enfant ne supporte pas les critiques, il est détruit par les critiques. La blessure en dessous est *l'autre ne me reconnaît pas*. Et encore plus

profond, *maman ne me reconnaît plus depuis que mon frère est né*. L'enfant est gravement blessé.

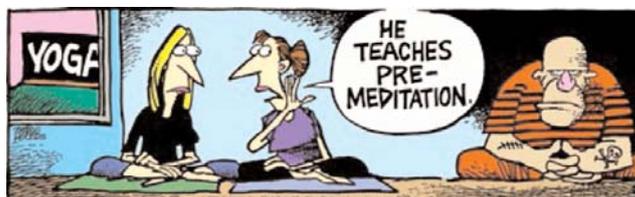
Maintenant qu'a fait Jeanne ? Elle a critiqué Bertrand. La belle affaire ! Nous critiquons tous nos parties reniées, car elle nous font peur, nous frustrent et nous ne comprenons pas comment elles peuvent agir comme elles le font ; c'est la loi psychique par excellence auquel aucun de nous n'échappe. Alors Jeanne est-elle responsable d'avoir critiqué Bertrand ? Non. Elle est responsable, par contre, d'aller voir ce qui s'est passé pour elle, car les critiques tuent l'amour et dans un couple mieux vaut faire son travail de conscience.

Jeanne est-elle responsable de la blessure de Bertrand ? Non. Alors par qui l'enfant est-il détruit ? Car il n'en reste pas moins que la blessure déclenchée par la critique de Jeanne est réelle et profonde. C'est littéralement de l'acide versé sur une brûlure au troisième degré. Vous imaginez ?

Celui qui a blessé si gravement l'enfant et qui le blesse depuis l'enfance, c'est le bourreau intérieur de Bertrand qui s'est construit à l'époque du rejet ou du désintérêt de maman. Oui, l'enfant est blessé, oui, Bertrand est poussé dans sa victime mais le bourreau est intérieur. La critique de Jeanne l'a mis en route. Ce bourreau qui arrive en cas de blessure grave dans l'enfance, se construit sur le raisonnement binaire suivant : *si maman (ou papa) t'aime tu as de la valeur, si maman (ou papa) ne t'aime pas, tu n'as pas de valeur*. Le critique se met alors au travail pour que l'enfant s'ajuste aux demandes de papa et maman. Mais si l'amour du parent, pour une raison ou une autre, ne peut pas être reconquis, c'est un bourreau qui se constitue avec cette certitude : *tu n'as pas de valeur, tout ce que tu fais est nul et tous ceux qui te critiquent ont raison*. Le contexte qui fait que l'amour ne peut pas être retrouvé (absence, maladie, mort ou problème propre au parent) n'est jamais pris en considération. Nous parlons là de l'enfant de quelques mois ou d'1 à 3 ans.

Que faire de tout ça dans une séance ? En fait, l'important est que Bertrand puisse :

- 1 Reconnaître sa victime dans cette séance, puis la repérer ensuite dans sa vie et se séparer de son mode de pensée.
- 2 Reconnaître son tueur, continuer à le contrôler, mais savoir que tant qu'il est actif à l'intérieur, il ne peut pas être dans un lien normal avec Jeanne. Laisser le gentil mener la barque, c'est ouvrir la porte au parent psy avec les jugements à la clé.
- 3 Commencer un processus d'ego conscient qui peut envisager *l'autre n'a rien fait de mal, il n'y a aucune raison de le tuer*. Ce troisième point peut ne pas être possible dans une première séance avec la victime et le tueur.



Dans d'autres séances, le processus mènera au bourreau intérieur, à l'enfant désespéré, et peu à peu à une différenciation plus complète de la subpersonnalité victime et du tueur. Bien sûr, Bertrand va sortir de cette séance sans que rien ne soit résolu. Seules des pistes ont été tracées et sa vision consciente informée de la présence de la victime et du tueur. Le tueur est du côté du pouvoir mais difficile à utiliser pour le moment... Pourtant, quelques « granules homéopathiques » de ce tueur peuvent le sortir de la victime et l'amener à faire ce qui est nécessaire pour lui.

Il nous arrive souvent de considérer nos émotions comme des obstacles ou des faiblesses : elles nous embarrassent et nous cherchons à les contrôler ; lorsqu'il s'agit de la colère mieux vaut la contrôler. Cependant nos réactions émotionnelles sont des indications très claires de notre réalité intérieure. Nous devons en tenir compte dans nos choix. Nous ne pouvons pas laisser le gentil passer par dessus la tête du tueur, cela ne donnera aucun résultat, dans 5 minutes nous serons en train de critiquer l'autre. Pouvoir ressentir, reconnaître et nommer ses émotions est un bon point de départ. Mais nous devons aussi tenir compte de la réalité de nos émotions dans notre relation à l'autre : tant que la colère est là, je ne peux pas parler à l'autre avec succès. Je dois m'occuper de mon enfant blessé.

Apprendre à transmettre la réalité et l'ampleur de nos émotions sans culpabiliser l'autre est un art difficile. Lorsque nous réussissons, l'enfant intérieur de l'autre est rassuré et l'autre peut mieux entendre notre besoin : dans le cas de Bertrand et de la plupart d'entre nous, avoir du temps pour récupérer après un schéma relationnel automatique difficile. Dans un couple ou entre amis, la demande répétée de se servir des critiques pour regarder les énergies reniées en présence est aussi un besoin important. Maintenant, transmettre ses émotions à partir de l'énergie de la victime impuissante ou de celle du tueur, même canalisé par le parent psy, ne fonctionne pas. Lorsque l'ego conscient émerge pour transmettre ces émotions, la relation entre les deux interlocuteurs change.

Cependant, comme nous l'avons dit au début de cet article, l'émergence de l'ego conscient se fait à son rythme et n'est sous le contrôle ni de la volonté, ni de celui qui est prêt à faire des efforts. Alors, maintenant, quoi faire, quoi être ? Être qui on est, comment faire autrement ? Mais regarder tranquillement quelles sont nos subpersonnalités et leur danse. Dans le cas de Bertrand voir la victime et se séparer de sa manière de penser. Entendre le critique et le bourreau et se séparer aussi de leurs conclusions : ils n'ont jamais raison. Lorsque nous repérons dans notre vie quotidienne les subpersonnalités mises en évidence dans une séance et voyons leurs croyances, notre vision consciente se développe.

La subpersonnalité à appeler pour équilibrer la victime est le pouvoir, non de tuer mais de transmettre ce que nous voulons et d'en donner les raisons de façon à ce que l'autre puisse comprendre ce qui se passe pour nous. Lorsqu'il s'agit d'un proche qui nous aime, nous pouvons, normalement compter sur cet amour pour nous.

Lorsqu'il s'agit d'un étranger, nous devons déterminer clairement quelle est l'étendue et la limite de notre pouvoir et accepter cette limite. Avons-nous le pouvoir ou non ? Souvent

nous éprouvons des sentiments difficiles de victime ou nous nous comportons en tyran à cause d'une mauvaise évaluation et acceptation de la réalité et des limites de notre pouvoir. Nous ne voyons pas où nous avons le pouvoir et où nous ne l'avons pas. Nous ne voulons pas l'utiliser quand il est nôtre, puis nous empiétons sur le domaine d'autrui (enfants y compris) lorsque la victime apparaît et que le tyran essaie de nous sortir d'affaire. Pour équilibrer le critique et le bourreau, nous devons tricoter si nous ne l'avons pas reçu de nos parents (ou d'un proche), notre approbateur. Réussir ou ne pas réussir cet équilibre énergétique n'est pas totalement entre nos mains, c'est entre les mains de cette croissance organique interne que nous nommons processus d'ego conscient.



Parfois prendre soin de ces nombreuses subpersonnalités n'est pas une mince affaire....

Nathalie

Nathalie est une femme d'une cinquantaine d'année élevée par une grand-mère catholique extrêmement pieuse. Nathalie débute un nouveau travail d'aide aux personnes malades ou handicapées. Elle arrive pour sa séance avec un critique intérieur qui la surveille étroitement car il a peur qu'elle se laisse dominer par sa partie gentille et manque d'impersonnel dans son travail. Je me demande pourquoi ce critique a si peur et je demande à parler à la partie aimante de Nathalie. Elle vient très facilement, et bientôt un enfant sauveur voulant soulager la détresse du monde est assis devant moi. Nous passons de l'enfant sauveur à la vulnérabilité pure et un enfant très émouvant apparaît. Mais une voix critique et acerbe l'interrompt : « De toutes façons, toi tu ne sais pas aimer. » Je choisis de retourner à la place de l'ego conscient, pour mettre en évidence le paradoxe : le critique a peur qu'elle soit engloutie par sa partie aimante, il surveille et désapprouve tout ses faits et gestes, mais il l'accuse aussi de ne pas savoir aimer.

Je choisis de continuer avec le premier travail et de voir si une partie impersonnelle peut venir équilibrer l'enfant sauveur. L'impersonnel est présent, nouveau dans les énergies de Nathalie, mais bien en place. La formation professionnelle qu'elle a reçue l'année passée l'a aidée à s'enraciner dans les énergies de Nathalie.

Nous travaillons l'ego conscient entre l'impersonnel et l'enfant sauveur pour que Nathalie soit certaine qu'elle a maintenant la

possibilité d'avoir un processus d'ego conscient entre ces deux énergies et ainsi enlever à son critique la responsabilité de ce processus. Il peut l'alerter mais il n'est pas le coach. L'ego conscient est le coach..

Puis, je reviens à cette petite phrase : « De toutes façons, elle ne sait pas aimer. » Nous retournons au Critique pour en savoir davantage. Il nous dit tranquillement que l'amour est tout puissant et que lorsqu'on aime on peut guérir ; Nathalie ne pouvant pas guérir ses malades, c'est donc qu'elle ne sait pas aimer. Comme souvent dans le travail avec Nathalie, en même temps qu'elle énonce une croyance liée à son enfance, une autre part d'elle prend conscience de l'énormité de ce qui est dit et éclate de rire.

Je lui demande de se déplacer dans la part d'elle qui peut avoir cette conviction, ce n'est pas l'énergie d'une partie toute puissante, ce n'est pas non plus une partie spirituelle... c'est un enfant, c'est l'enfant de tout à l'heure, non le plus vulnérable mais celui qui veut soulager la souffrance du monde.

Nous revenons donc à la chaise de l'enfant sauveur et nous découvrons comment une petite bonne femme de 4 ou 5 ans vivant dans l'ombre de sa grand mère dévote a construit son monde. La grand-mère aime Dieu ; elle s'occupe de Nathalie parce qu'elle aime Dieu, c'est ainsi qu'elle explique constamment les choses à l'enfant. L'enfant comprend que si quelqu'un aime Dieu, Dieu nous sauve. L'enfant est très consciente que sa grand-mère lui a sauvé la vie et elle lui en a une gratitude incommensurable. L'enfant comprend aussi qu'aimer Dieu, c'est accepter de souffrir et lui offrir ses souffrances. Et lorsque cet enfant sauveur voit que Nathalie ne peut pas sauver ses patients, il en déduit qu'elle n'aime pas Dieu suffisamment et il en pleure. Bien sûr, le critique s'est

emparé de cette croyance et même si finalement elle a été enfouie dans l'inconscient, les critiques sur elle sont restées très virulentes, (soutenues par une partie spirituelle d'ordre patriarcal très sévère que nous avons déjà vue dans une autre séance).

A nouveau un processus d'ego conscient entre l'enfant sauveur et une partie plus réaliste, celle qui a éclaté de rire, termine la séance.

Conclusion

Pour le facilitateur, tenir les choses le plus simple possible et travailler au niveau du coeur est toujours la bonne direction. Il est souvent difficile, au niveau mental, d'expliquer la complexité du tableau mais au niveau du coeur, nous pouvons accueillir toutes les subpersonnalités avec bienveillance. Une fois, la subpersonnalité accueillie, nous soulignons que c'est une partie non la totalité, et nous revenons à la personne pour qu'elle puisse se différencier de cette partie. Là aussi, nous accueillons ce qui se passe. Il n'est pas en notre pouvoir de construire un ego conscient pour le facilité, cette impuissance nous devons nous familiariser avec et l'accepter. Par contre, il est toujours en notre pouvoir d'accueillir et de tendre la main à la personne devant nous. Si ce n'est pas le cas, il est en notre pouvoir d'aller voir à quelles parties primaires nous sommes identifiés.

Reconnaître et se séparer du coeur blessé de l'enfant (la petite personne) et aller vers le coeur tranquille de l'adulte (prenant en charge et respectant son enfant mais non identifié à ses émotions ou limites) est notre travail d'humain et de facilitateur. Construire inlassablement cet espace d'ego conscient est un chemin bien pratique, concret et balisé pour réaliser cette énorme tâche.



J'en profite pour lancer un rappel de cotisation pour ceux qui désirent continuer à faire partie de l'Association Voice-Dialogue Sud. J'envoie gracieusement le bulletin de Voice Dialogue à tous ceux qui en font la demande, mais lorsque vous payez votre cotisation (20 euros pour deux ans) c'est un réel soutien. Chèque à l'ordre de l'Association Voice Dialogue Sud. Merci !

ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Fév. 2010 à

Fév. 2012

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

Nom Prénom

Adresse

Profession Tél E-mail

Fait à, le / /

Signature :



Petite histoire *revue à la sauce Voice Dialogue*

Un homme tomba dans un trou et se fit très mal.

Un cartésien se pencha et lui asséna : « Vous n'avez pas fait attention, vous auriez dû voir ce trou ! ».

Un moralisateur lui dit : « C'est ce qui arrive lorsqu'on manque de conscience. »

Deux personnes très spirituelles le virent et lui indiquèrent : « Vous avez dû commettre quelques péchés dans une autre vie ou dans celle-ci ! C'est votre karma, acceptez-le ! ».

Un scientifique calcula la profondeur du trou.

Un journaliste l'interviewa sur ses douleurs.

Un sage l'avertit : « Ce trou est seulement dans ta tête, comme ta douleur ! ».

Un médecin lui lança deux comprimés d'aspirine.

Une infirmière s'assit sur le bord et prit sa tension.

Une victime arriva et pleura longuement avec lui.

Un fataliste pensa qu'il était vain de chercher à modifier le cours des événements : « C'est votre destin ! » jeta-t-il en passant son chemin.

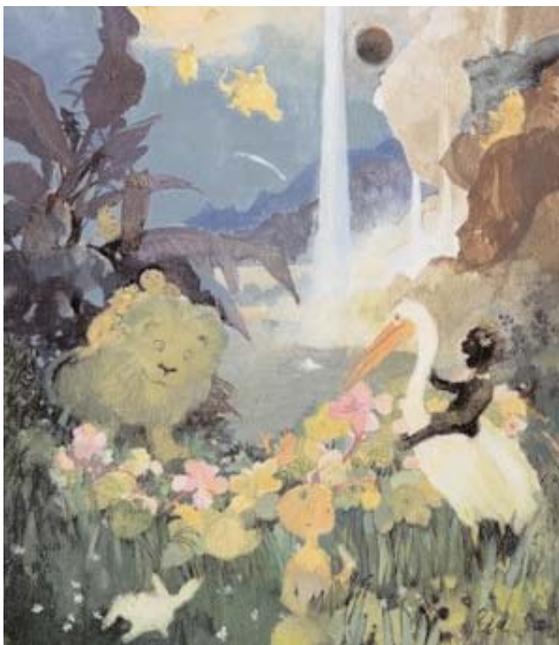
Divers thérapeutes, au contraire, l'incitèrent à trouver les raisons de cette chute, chacun avait sa théorie. Un analyste lui dit qu'il avait certainement un bourreau intérieur qui lui voulait du mal. Un autre affirma que cette chute était là pour le faire grandir et lui apprendre le sens de son existence. Un troisième, que c'était la remise en scène d'un schéma d'abandon de l'enfance. Un décodeur biologiste lui indiqua à quelles croyances psychologiques correspondaient les endroits qui le faisait souffrir.

Un critique lui dit que c'était parce qu'il était beaucoup trop distrait.

Un bourreau renchérit, il n'était pas simplement distrait, il était nul.

Un patriarche le regarda avec mépris : « Quelle mauviette! Tu dois t'en sortir seul. »

La matriarche le suivait de près, elle regarda l'homme et hocha la tête : « Ces hommes, toujours besoin qu'on s'occupe d'eux. Reste dans ton trou, au moins ta femme sera tranquille ce soir. »



Une pratiquante de la pensée positive l'exhorta : « Quand on veut, on peut ! ».

Un astrologue lui remit son thème astral dans lequel cet événement était inscrit et l'informa de son sens.

Une voyante lui prédit qu'il en sortirait.

Un optimiste lui sourit : « Vous auriez pu vous cassez la jambe ! ».

Un pessimiste ajouta : « Avec la nuit qui tombe, vous allez attraper la crève ! ».

Puis un homme tenant un enfant dans les bras passa et lui tendit la main.

Les énergies reniées, notre héritage perdu

Extrait de la nouvelle traduction de Embracing Our Selves de Hal et Sidra Stone : Accueillir tous ses "je"

Nous, humains, nous sommes un délicieux mélange de schémas d'énergie, ou subpersonnalités. Certaines de ces énergies sont familières et confortables, d'autres sont étranges ou non familières, d'autres encore absolument déplaisantes. Dans ce chapitre, nous allons examiner le développement de ces dernières, nos parties reniées, et leurs effets sur notre vie. Les subpersonnalités reniées sont des schémas d'énergie qui ont été, en partie ou en totalité, exclus de nos vies. Il peut s'agir de certaines énergies angéliques, spirituelles, créatives ou mystiques, ou bien d'énergies voluptueuses, égoïstes, voire démoniaques. Pour mieux comprendre ce processus, nous devons regarder attentivement la façon dont nous désavouons certaines de nos subpersonnalités.

Qu'est-ce qu'une subpersonnalité reniée ? Prenez un moment et pensez à une personne que vous n'aimez absolument pas, quelqu'un qui, d'après vous, a des traits de caractère vraiment détestables. Pourquoi cette personne mérite-t-elle tellement votre mépris ? Soyez très précis(e) quant aux caractéristiques qui vous repoussent. Si vous êtes heureux(se) de n'être en rien semblable à cette horrible personne, vous avez découvert votre première subpersonnalité reniée. Les traits de caractère qui vous irritent chez cette personne reflètent un schéma d'énergie qui existe chez vous mais que, pour rien au monde et en aucune circonstance, vous ne voulez manifester.

Nos subpersonnalités reniées peuvent être détectées quand survient une réaction émotionnelle intense, souvent bizarre, envers une autre personne. Les exemples suivants illustrent ce point :

- un homme honnête, sincère, mari fidèle depuis trente ans, est excessivement critique envers une femme qu'il a rencontrée et « qui n'a aucun sens de la loyauté ou de l'engagement, pour qui une relation est une liaison sexuelle de deux jours avec quelqu'un qu'elle ne reverra jamais » ;

- un jeune homme rêveur, d'orientation spirituelle, perçoit son frère aîné qui réussit très bien financièrement comme presque « démoniaque dans sa recherche de l'argent, du pouvoir et des femmes » ;

- une femme attentionnée, douce et gentille ne supporte pas son patron qui est « cruel, égoïste et uniquement intéressé par les résultats » ;

- un homme fort qui a réussi par lui-même « ne supporte pas les faibles et les victimes ». Elles lui donnent « envie de frapper » !

Ces exemples véhiculent clairement la puissance des émotions liées à la rencontre avec une partie reniée. Ces émotions sont le résultat de l'incroyable énergie contenue dans le schéma, elle-même ajoutée à la somme d'énergie utilisée pour le maintenir renié. Il n'est pas étonnant que d'intenses sentiments entrent en jeu à



chaque fois que quelqu'un reflète l'une de nos parties reniées. Avant d'aller plus loin dans cette exploration, il est nécessaire de préciser qu'en général, le terme qui s'applique à une subpersonnalité qui n'est pas consciente est celui de *subpersonnalité inconsciente*. Toutefois, toutes les subpersonnalités inconscientes ne sont pas des subpersonnalités reniées ! Une subpersonnalité inconsciente est simplement inconsciente, aucune énergie ne la maintient dans l'inconscient ou ne la réprime.

Au contraire, toute subpersonnalité reniée est repoussée par une énergie opposée à laquelle l'ego et le protecteur-contrôleur se sont identifiés. Par exemple, une femme qui a enterré une subpersonnalité reniée en lien avec l'expression de sa sexualité peut se considérer comme une personne extrêmement morale et hautement disciplinée. Cet opposé, cette énergie extrêmement morale, associée à son protecteur-contrôleur, est constamment en train de repousser la subpersonnalité reniée. Au final, cependant, nous n'avons aucun moyen de savoir qu'une de nos personnalités est reniée tant que nous n'avons pas pris conscience de son existence...

Le développement des énergies reniées

Une subpersonnalité reniée est un schéma d'énergie qui a été puni à chaque fois qu'il a émergé. Ces punitions ont pu être subtiles (un sourcil qui se lève, un retrait d'attention, un « Ce n'est pas très gentil, n'est-ce pas ? ») ou beaucoup plus sévères (comme des coups ou des humiliations publiques). Peu importe l'intensité de cette répression, le résultat est le même : un ensemble de schémas d'énergie a été jugé inacceptable et va, dorénavant, être réprimé ; ce qui ne veut pas dire qu'il va cesser d'exister ! Ces schémas d'énergie restent vivants, mais habitent notre inconscient.

En termes jungiens, nos subpersonnalités reniées deviennent une part de notre ombre. Lorsque nous les voyons se refléter chez les autres, lorsqu'une personne vit sans aucune honte un schéma d'énergie que nous avons renié, ce dernier, à l'intérieur de nous, se met à bouger, car les deux énergies entrent en résonance. Comme ce schéma a été associé à de la souffrance et à des punitions dans notre passé, nous voulons qu'il disparaisse le plus vite possible. Pour calmer notre malaise, nous devons nous débarrasser du stimulus extérieur. Nous devons tuer la personne qui ose vivre *notre* subpersonnalité reniée. Nous pouvons le faire littéralement, dans le style de Jack l'Éventreur, ou symboliquement, en la jugeant. Hester Prynne, dans *La Lettre Écarlate*, illustre douloureusement mais clairement le prix payé pour avoir extériorisé la subpersonnalité adultère reniée de la communauté puritaine dans laquelle elle vivait.

Une femme avec laquelle nous avons travaillé, Julie, avait appris à renier sa sexualité : dès son plus jeune âge, elle avait été punie dès

CONFÉRENCE

en Bretagne

Vendredi 28 mai 2010 à 20h00
au Clos d'Alvie à Saint Evarzec (29170)

«La Vulnérabilité, clé des relations»

Avec **Véronique BRARD**, thérapeute, enseignante, proche collaboratrice d'Hal & Sidra Stone, créateurs du Voice Dialogue. Outre sa formation au Voice Dialogue, Véronique a également travaillé avec Jean Vanier, Arnaud Desjardins, Swami Chetan et Athamis, femme Colibri de la tradition Ojibwe. Traductrice officielle d'Hal et Sidra Stone, elle est l'auteure d'un essai, *La Vulnérabilité, clé des relations*, et de deux romans mettant en scène les subpersonnalités. Elle continue ses recherches sur les critiques et bourreaux intérieurs.

Si la pulsion fondamentale de l'être humain est celle du lien, il est essentiel de comprendre comment il s'établit, se nourrit, se blesse, perdure ou se rompt. La méthode du Voice Dialogue éclaire ce processus en considérant l'aspect énergétique de toute relation.

Découvrez dans cette conférence :

- **Les différents schémas d'énergie qui forment notre personnalité**
- **Le rôle de ces schémas d'énergie dans notre relation à l'autre**
- **Le rôle de la vulnérabilité**

Devenez conscient de la danse des énergies en vous et en l'autre.

Coût : 8€

ATELIER PRATIQUE

SAMEDI 29 & DIMANCHE 30 mai 2010
de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h00

« Introduction au Voice Dialogue »

Ouvert à tous : stage d'expérimentation de la méthode

« Je considère le Voice Dialogue comme l'un des outils de développement personnel les plus puissants que je connaisse. Il a bouleversé ma vie comme celle de beaucoup d'autres. Comprendre et intégrer cette approche peut favoriser une expansion de conscience majeure, tant au niveau individuel que planétaire. » Shakti Gawain

Coût du Week-end : 120€
Hébergement sur place possible en sus

Inscriptions et renseignements

LE CLOS D'ALVIE & VOICE DIALOGUE OUEST
13 bis, rue de Cornouaille - 29170 Saint Evarzec
02 98 56 79 76 – 06 89 84 64 04

Email : pellarin.alain@orange.fr

Site : www.voice-dialogue-sud.com

qu'elle se montrait coquette ou sexuelle. Elle avait appris à enterrer sa sexualité ; ce schéma d'énergie était devenu une subpersonnalité reniée. Adulte, elle s'habillait sobrement, valorisait son objectivité, sa rationalité et son indépendance. Elle considérait sa sexualité comme une part négligeable d'elle-même. Néanmoins, cette énergie existait quelque part dans son inconscient.

Un soir, Julie se rendit à une soirée. Elle y rencontra une femme habillée d'une robe très décolletée, flirtant ouvertement avec tous les hommes qui l'entouraient ; une femme qui personnifiait la subpersonnalité reniée de Julie. Quelque chose de très intéressant se produisit : la subpersonnalité reniée de Julie commença à entrer en résonance avec la subpersonnalité sexuelle de cette femme. Julie avait toujours été punie lorsqu'elle s'était comportée comme cette femme, aussi devint-elle extrêmement mal à l'aise lorsque les deux schémas d'énergie se mirent à vibrer l'un avec l'autre, l'un sans aucune honte et flamboyant, l'autre caché comme un écho non reconnu du premier.

Pour supprimer la source de son malaise, Julie émit un sévère jugement sur « l'autre femme » : « Je n'ai jamais rien vu d'aussi vulgaire de toute ma vie, quel comportement scandaleux ! N'a-t-elle pas honte de s'exhiber de cette façon ? Son mari ne doit plus savoir où se mettre ! »

Julie s'exprima avec beaucoup de véhémence et la certitude d'avoir la morale de son côté, tout comme nous lorsque nous voulons éliminer les vibrations gênantes de nos énergies reniées.

La colère et l'irritabilité sont aussi deux schémas d'énergie que nous avons dû renier très tôt dans notre vie. Très peu de parents peuvent résister à la tentation d'éliminer ces énergies « négatives » chez leur progéniture, si bien que la plupart d'entre nous avons appris à ne pas exprimer directement ces sentiments. Souvent, les gens se souviennent de leurs terribles colères d'enfance, mais ces émotions persistent rarement à l'âge adulte. Il peut être très révélateur de retrouver la façon dont ces subpersonnalités ont été reniées dans les premières années de notre vie. En parlant à la voix de la colère de l'une de nos clientes, nous avons recueilli l'histoire suivante :

La colère : j'ai dû disparaître lorsqu'elle était très jeune, car à chaque fois que je venais, sa mère se fâchait et son père coupait le lien. Dès qu'elle disait quelque chose de négatif, il se levait et sortait de la pièce. Aussi a-t-elle appris à me cacher. Elle a appris comment plaire à tout le monde et rendre tout le monde heureux ; elle ne m'a plus jamais laissé sortir. Elle ne laisse plus jamais parler sa négativité, sa colère ou son égoïsme.

Une subpersonnalité reniée accumule de l'énergie d'une manière très semblable à l'eau qui s'amoncelle derrière une digue ; et nous avons construit une digue différente pour chaque subpersonnalité reniée. Ces énergies reniées viennent constamment à nous à travers nos rêves. En voici quelques-uns qui mettent en scène ces énergies instinctives reniées :

- quelqu'un essaie d'entrer par effraction dans ma maison ;
- je suis pourchassé(e) par des animaux sauvages ;



- je suis au volant de ma voiture et des adolescents mexicains dans la file d'à côté me regardent d'un air provocant ;
- je suis avec de jeunes voyous, je me sens très perturbée. Ils essaient de me molester sexuellement. Je tente de les sermonner. L'un d'eux touche mon vagin et je m'enflamme sexuellement.

Chacun de ces rêves symbolise une énergie instinctive reniée qui utilise le rêve pour venir à la conscience. Le processus des rêves est, en fait, l'un de nos plus grands alliés lorsqu'il s'agit de l'évolution de

la conscience. En observant nos rêves, en apprenant leur langage symbolique, nous pouvons reconnaître aussi bien nos schémas d'énergie reniés que ceux auxquels nous nous sommes identifiés. Nos subpersonnalités reniées nous invitent constamment, dans nos rêves, à venir vers elles et à leur accorder notre attention.

Le jeu des subpersonnalités reniées dans les relations

Les subpersonnalités auxquelles nous nous identifions déterminent souvent le choix de nos amis. Si nous nous sommes identifiés à une part de nous très rationnelle, elle voudra que nous soyons en relation avec des gens très rationnels. Notre tendance fondamentale est plutôt de repousser nos subpersonnalités reniées. Cependant, elles exercent aussi une certaine fascination sur nous... Le citoyen austère, extrêmement moral, qui veut éliminer la pornographie et passe des mois d'affilée à évaluer du matériel pornographique en est un bon exemple.

L'attirance pour une partie reniée perçue chez l'autre peut mener à l'intégration de cette énergie. Cependant, le plus souvent, nous voyons les gens s'enfermer dans une relation destructive avec ceux qui reflètent leurs parties reniées. Prenons l'exemple d'une femme ayant nié sa sexualité et son corps, et qui va être fascinée par un homme viril. Elle va l'épouser. Elle fera ensuite tout ce qui est en son pouvoir pour domestiquer la sexualité de son mari et l'empêcher de poursuivre une vie plus masculine et physique. Lui, de son côté, pourra avoir été attiré par la façon timide et peu physique de vivre de cette femme et sa manière de se rendre sexuellement inaccessible. Une fois marié, lui aussi va probablement trouver à redire à ce sujet. Au lieu d'apprendre l'un de l'autre, au lieu d'intégrer leurs parties reniées, ils vont vivre en jugeant constamment le reflet de celles-ci chez l'autre et en étant continuellement en colère contre elles.

Nous pouvons être les victimes impuissantes d'une multitude de relations dans lesquelles l'autre reflète nos parties reniées, ou nous pouvons accepter le défi et nous demander : « Qu'est-ce que cette personne, ou cette situation, peut m'apprendre ? » Le fait de se poser cette question annonce déjà un changement majeur de conscience. Une grande partie des tensions que nous vivons vient de notre tendance à attirer et à entrer en relation avec des personnes qui reflètent nos parties reniées.

Tant que ces mêmes schémas se répètent, nous continuons à souffrir. Malheureusement, très souvent nous ne recevons pas le soutien nécessaire pour apprendre la leçon inhérente à ce processus. Sans ce support, l'énergie de notre subpersonnalité reniée se renforce et se vrille de plus en plus...

Lorsque des énergies instinctives naturelles comme le besoin de survivre, la sexualité ou l'agressivité sont continuellement reniées, elles retournent dans l'inconscient et se modifient. L'énergie ne peut pas être détruite : ces instincts reniés commencent à agir en dehors de notre champ conscient et attirent d'autres énergies. Rapidement, elles perdent leurs qualités d'origine et deviennent malveillantes. Quand le processus arrive à ce stade, nous leur donnons un nouveau nom, nous les appelons « énergies démoniaques ».

Lorsque l'énergie d'une subpersonnalité reniée devient démoniaque, l'agressivité naturelle se transforme en rage, la jalousie en passion incontrôlable, l'impulsion sexuelle naturelle en expériences redoutables... Ces énergies démoniaques peuvent faire irruption dans notre vie privée et sociale, et nous amener à avoir des comportements destructeurs et méchants.



Rencontrer le démoniaque et intégrer notre partie reniée

Sonia, une femme très aimante et pleine d'attention pour l'autre, nous donne un bon exemple de la façon dont les énergies démoniaques se développent. Elle nous montre aussi comment, à un certain moment de l'évolution de notre conscience, le schéma d'énergie reniée se présente à nous, avec insistance, pour que nous le regardions, même s'il n'est pas très agréable. Sonia fait le rêve suivant :

« Je suis l'émissaire d'un empereur. Je prends contact avec le sultan d'un vaste pays du Moyen-Orient et j'essaie d'arranger une alliance avec lui ; j'ai bon espoir d'y parvenir. Cela se passe vers l'an 800. Je suis avec le sultan et il décide de me faire visiter son palais. Après en avoir fait le tour et admiré toutes les beautés, fontaines, jardins, etc., il m'emmène au donjon et aux prisons pour me montrer la façon dont il traite les gens qui sont des criminels ou des malfaiteurs.

« Il est très détaché par rapport aux traitements infligés à ces gens et pense être juste et équitable dans ses punitions. Il me montre les châtiments les plus légers, comme le fouet pour les délits mineurs, jusqu'aux tortures et à la mort par torture ; celles-ci sont horribles, voire complètement révoltantes et

épouvantables ! Moi, le messager/émissaire, je suis horrifié et consterné par l'indifférence et le manque d'émotion du sultan face à la souffrance de ces gens torturés à mort. Il est fier de son système punitif et estime qu'il décide des peines d'une manière juste.

« Lorsque je lui demande comment il peut rester insensible à la souffrance de ses victimes, il est surpris de ma question ; il me répond simplement que les vies humaines sont de peu d'importance, qu'il lui est possible d'en sacrifier beaucoup ; la vie de ces gens n'a tout simplement aucune importance. Je suis choqué et révolté par sa totale indifférence et la manière incroyablement horrible dont il torture les gens. Je me réveille avec un sentiment de révolte, choquée, épouvantée par les scènes de torture et de mort que j'ai vues, terrifiée par le manque d'émotion du sultan de ce rêve. »

Sonia a été élevée dans une famille patriarcale, largement impersonnelle, qui rejetait toute émotion. Tôt dans sa vie, elle a décidé qu'elle serait différente ; elle est devenue l'opposé : une femme extrêmement aimante et attentive aux émotions. Ses qualités impersonnelles et ses sentiments négatifs ont été enterrés. Toute sa vie, elle s'est trouvée dans des situations où des individus incarnant des énergies démoniaques l'attaquaient. Comme nous l'avons dit, la vie nous amène ce que nous avons renié. Elle nous le présente encore et encore jusqu'à ce que nous prenions conscience de l'enseignement qui existe dans ces expériences répétitives et déplaisantes.

Dans le rêve, l'inconscient de Sonia lui amène cette énergie dont elle ne veut pas. Elle rencontre la cruauté du sultan, un homme non seulement cruel mais impersonnellement cruel... Il est tout ce qu'elle a choisi de ne pas devenir lorsqu'elle s'est identifiée à sa subpersonnalité aimante. Il n'y a rien de mal à être une personne aimante, mais Sonia s'est identifiée à ce schéma et a exclu de sa vie consciente son héritage instinctif. Elle essaie de se comporter d'une certaine façon, au détriment de ses autres émotions ou sentiments. Cela ressemble au fait de construire une très belle maison au-dessus d'une fosse où se trouvent des serpents à sonnettes : nous ne sommes pas conscients des serpents qui rampent dans les bas-fonds jusqu'à ce qu'un jour, quelqu'un soit mordu ou que nous-mêmes soyons empoisonnés par leur venin.

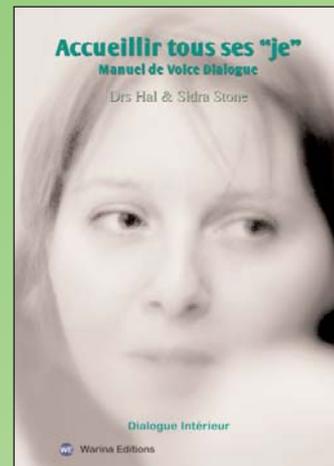


Souscription

Ouverte jusqu'au 28 février 2010

J'ai plaisir à vous annoncer la nouvelle traduction du tout premier livre de Hal et Sidra Stone. Ce livre, épuisé depuis de nombreuses années, était assez incompréhensible dans sa première traduction, or c'est le manuel de base du Voice Dialogue.

Sur le chemin spirituel, nous avons tous besoin d'une boussole car les subpersonnalités qui constituent notre psyché sont toutes plus pressées les unes que les autres de nous dire qu'elles sont notre réel « je ». Le seul qui compte... Les subpersonnalités spirituelles ou transpersonnelles ont le plus souvent, elles aussi, cette même conviction. Notre boussole, c'est cette dynamique de conscience grâce à laquelle nous commençons à percevoir que tout schéma d'énergie a son opposé, égal en force et en puissance et que, ne pas être piégés dans l'ego, c'est n'être identifiés ni à l'un ni à l'autre. Valoriser et honorer un schéma d'énergie et son opposé évite de construire des schémas d'énergie reniés qui jouent contre nous.



Tous nous avons grandi en nous identifiant à certains schémas et en en rejetant d'autres. Notre chemin d'êtres humains est de revenir vers une acceptation de notre totalité et une capacité à faire des choix plus conscients. Un chemin passionnant ! Un chemin qui redéfinit la conscience et la spiritualité et dans lequel nous apprenons à connaître nos très nombreuses facettes, « je », « moi » ou "subpersonnalités".

Une dynamique de conscience qui mène à un processus d'ego conscient !
Un processus d'ego conscient qui permet de déjouer les pièges de l'ego....

Le livre (environ 340 pages) va sortir en mars au prix public de 25 euros,
La souscription est à 20 euros l'exemplaire
et 120 euros pour 10 exemplaires + frais d'envoi.

BULLETIN DE SOUSCRIPTION

à retourner à

Véronique Brard, 4 hameau de Saint-Estève, 83119 Brue-Auriac
accompagné d'un chèque à l'ordre de Véronique Brard

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Tél. : E-mail : @

Nombre de livres :

Veuillez trouver, ci-joint, un chèque de x 20 euros = euros

(FRAIS D'ENVOI : 1 ex. : 3,02 euros. ; 2 ex. : 3,92 euros ; 3,4 et 5 ex. : 5,16 euros ; 10 ex. : 10,5 euros (colissimo))

Lieu : Date : Signature :