

Voice Dialogue

N°111

Novembre 2020

*Psychologie des co-personnalités
&
Processus d'Ego Conscient*

Bulletin de l'Association Voice Dialogue France

Association Voice Dialogue France,

5153 Chemin Bertine

04300 Saint-Maime

Tél : 04 92 79 17 15

Mail : warina@wanadoo.fr

<https://www.voice-dialogue-france.fr>

Nous avons le plaisir de vous présenter le dernier né de Warina Editions :

Le couple comme chemin

La vie et l'œuvre des Drs Hal & Sidra Stone

Dianne Braden



Voice Dialogue
WE Warina Editions

Dans *Le couple comme chemin*, Dianne Braden, avec le regard d'une analyste jungienne, un cœur plein d'amour et l'art du conteur, nous emmène dans l'histoire absolument unique d'Hal et Sidra Stone, créateurs de la psychologie des co-personnalités et du processus d'Ego Conscient.

Comme vous le savez, Hal et Sidra ont joué un rôle important dans la culture psychologique du 20e siècle, amenant dans la thérapie un langage simple et les concepts, non seulement de l'Enfant Intérieur, mais des nombreuses parties présentes à l'intérieur de nous ; parties qui sont responsables de notre façon de vivre.

Avec ce livre, basé sur des interviews, le lecteur est transporté dans la vie même d'Hal et Sidra, dans leur enfance, l'histoire d'amour qui les a réunis, le travail qui a été nécessaire pour que leur couple survive.

Dianne à l'art d'évoquer aussi bien le chemin qui mène à leur maison, que l'ambiance qui règne dans leurs bureaux ou les péripéties qui ont finalement mené à la découverte de ce qui fait l'essence de leur travail : la relation comme chemin d'éveil.

Tous ceux qui sont intéressés par la psychologie des profondeurs ou simplement par l'histoire d'une relation de couple riche et passionnée seront conquis par ce livre.



« Nous nous sentons bénis, lorsque nous nous retournons pour regarder l'arc de nos vies, aussi bien celles qui étaient les nôtres avant de nous rencontrer que celle que nous avons partagée pendant quarante cinq ans. Cela a été un long voyage, riche, complexe, passionnant - pas toujours facile. Il est impossible de séparer notre travail de notre vie. Les défis qui se sont présentés ont influencé notre travail et, en retour, notre travail a influencé notre vie. Les deux sont inextricablement liés. Au final, cela a été un partenariat profondément aimant et remarquablement créatif. » H.& S. Stone.

J'ai eu un grand plaisir à traduire ce livre, même si cela m'a tenue à mon bureau pendant un (très) grand nombre d'heures... En effet, le Voice Dialogue est connu pour être une méthode remarquable par tous les professionnels de l'accompagnement, coachs et thérapeutes, et c'est une bonne chose. Au départ, cependant, il n'a pas été conçu pour être un outil thérapeutique. Il est directement issu de l'amour que Hal et Sidra avaient l'un pour l'autre et de leur volonté de ne pas laisser cet amour succomber à la routine du quotidien, aux tensions présentes dans toute famille - et encore davantage dans les familles reconstituées - à la nécessité de gagner sa vie et de vivre avec des emplois du temps surchargés.

Ils ont vécu cette vie, ils ont voyagé, travaillé, développé une entreprise commune, vécu avec les quatre filles de Sidra, et les deux enfants de Hal, et cependant leur amour a survécu !

L'amour cependant, nous répètent-ils, ne suffit pas, le travail est nécessaire. La compréhension du fonctionnement de notre psyché, celle des liens automatiques, celle de la danse des co-personnalités, la bonne volonté à sortir de la dualité, l'apprentissage du partage de notre vulnérabilité, est le travail nécessaire. Pour cela, nous devons nous engager à mettre notre couple au centre de nos préoccupations, à en faire notre chemin d'éveil. A ce prix, l'amour perdure, s'épanouit, nous amène ce lien délicieux qui nous nourrit et nous comble. Plus encore, cela nous mène à entrer en lien avec ce qui est au-delà de notre Mental Rationnel (souvent nommé « ego »), au-delà de la dualité.

Cette voie d'éveil est une voie concrète, pratique. Sortir de notre système primaire, ou dominant, pour accueillir celui de l'autre se fait chaque jour. Cela nous demande de découvrir, puis de rester en lien avec notre vulnérabilité ; ce qui nous permet d'accéder à

notre essence, à celle de l'autre, au monde de l'âme, à celui de l'Esprit. Cela ouvre la porte de notre conscience, cela ouvre la porte à la Conscience.

Grâce à la vie en couple, en nous ouvrant, d'une façon très pratique et très profonde à l'autre, nous pouvons sortir de la dualité. Le lien avec le numineux, la Source, la Conscience d'Unité, vient alors frapper à notre porte et nous guider.

Il y a tant à dire sur cette voie du couple. Un livre, Partnering, en parle magnifiquement. (Vivre en couple : rester amants, devenir partenaires). Ce livre sera de nouveau disponible dans le courant du mois de décembre.

En attendant, cette biographie de 384 pages nous permet d'entrer plus profondément dans l'intimité de ces deux grands chercheurs : Hal et Sidra Stone. En voici un nouvel extrait qui parle d'un concept assez difficile pour la plupart d'entre nous : le fait de s'en remettre à la relation pour grandir et évoluer. Je laisse la parole à Dianne.



Hal et Sidra ont des expériences différentes de cet abandon à plus grand que soi. Cependant l'essentiel, l'abandon du contrôle, la compréhension que nous ne dirigeons pas tout, reste l'élément initial de ce processus. Pour tous deux, leur relation de couple *est* leur enseignant ; ils s'en sont remis à ce processus de manière unique.

Hal : s'en remettre à la relation

Lorsque je lui ai demandé de clarifier ses pensées sur ce que signifie le fait de s'en remettre à la relation, Hal a répondu de cette manière claire et directe qui fait sa réputation. J'avais écouté et réécouté les interviews que nous avons déjà faites, et le sens de certaines transcriptions se dérobaient encore. Les concepts ne changent pas, Hal et Sidra, cependant, continuent de les travailler en permanence. Ils continuent à être informés de différentes manières, et ils formulent leurs idées différemment avec le temps et au fur et à mesure que leur compréhension s'élargit.

« Il existe deux types de reddition, déclare Hal. La reddition consciente et la reddition inconsciente. L'abandon inconscient à l'autre est le fait d'une co-personnalité. Tout le monde sait comment cela fonctionne. Prenez le fait de tomber amoureux. Disons que nous rencontrons quelqu'un, nous tombons follement amoureux, nous sommes complètement épris de cette personne, nous capitulons et nous nous en remettons à elle. » Hal explique que lorsque c'est une co-personnalité qui capitule, elle se dissout dans l'autre et s'y perd complètement. Ce n'est pas une mauvaise chose. Faire cette expérience nous donne la pratique d'un certain type d'abandon et c'est un abandon très complet.

Cet abandon, tout comme la fusion, l'intrication, et autres pertes de son propre espace, est inconscient... mais lorsque nous tombons amoureux, c'est merveilleux. C'est le meilleur de la vie. Avec, pour certains, l'expérience d'être dans le ventre de leur mère et celle de la toute petite enfance, tomber éperdument amoureux est la seule expérience où nous retrouvons le sentiment agréable et familier d'être proches.

« C'est là où les liens automatiques se mettent en route. Les liens confortables commencent par une histoire d'amour entre la Bonne Fille et le Bon Père et le Bon Fils et la Bonne Mère. À ce moment-là, personne ne se soucie de savoir quelle co-personnalité est impliquée, tout simplement parce que nous nous sentons merveilleusement bien. C'est pourquoi c'est toujours un choc lorsque ça se termine. »

Parler de cette période de lune de miel, ou plus exactement du moment où elle se termine, ouvre la porte à une pièce de théâtre très familière. Tout à coup, la personne que j'adore le plus au monde commence à me sembler différente. Les choses que j'aimais, voici peu, chez elle commencent à m'agacer. Ces petites faiblesses que je trouvais adorables et qui me faisaient rire commencent à me rendre folle. En bref, les idéalizations s'effondrent. La relation devient humaine de façon alarmante. C'est là où beaucoup de relations se terminent, douloureusement et brusquement.



Sortir de l'identification à une co-personnalité

« Cette première reddition s'effondre parce qu'elle vient d'une co-personnalité et toute co-personnalité ne peut voir et expérimenter qu'à travers ses propres lunettes, reprend Hal. Maintenant, dans l'autre type de reddition, une reddition consciente à la relation, nous ne nous en remettons pas à l'autre personne, nous ne nous soumettons pas à elle. Nous nous en remettons au processus de relation interpersonnelle. Ce qui se passe entre nous et l'autre est d'une nature telle que nous pouvons nous en remettre à ce processus. Celui-ci nous amène alors des éléments que nous n'avions pas auparavant. »

Cette description pointe vers l'idée centrale de la psychologie du processus d'Ego Conscient : la relation nous offre une opportunité nouvelle de conscience. Et cela même si ce n'est pas une relation de couple, ou une relation importante ; c'est l'un des points majeurs. Toute relation, que ce soit celle avec un ami, un collègue, une relation de travail ou une relation d'amants, contient en elle-même, l'opportunité d'une plus grande conscience, lorsqu'elle est considérée de cette façon.

Par exemple, j'ai une amie de longue date avec laquelle je m'entends très bien. Quelque chose se passe. Nous nous disputons. Je réalise que j'étais dans un lien automatique confortable avec elle. Soit, je peux aller dans une sorte d'indignation justifiée, et c'est la fin de notre amitié ; soit, je peux prendre conscience de ce lien automatique confortable qui existait entre nous, et m'en remettre au processus relationnel. Celui-ci va me montrer quel était mon rôle dans ce lien automatique. Je peux alors garder cette amitié et voir ce qu'il faut que je fasse pour sortir de ce rôle, c'est-à-dire pour me décaler de la co-personnalité primaire qui joue ce rôle. Il est nécessaire que je devienne consciente du comportement de l'une de mes primaires et que je me décale de cette partie.

Parfois, c'est facile et amusant ; parfois ça ne l'est pas : cela peut être difficile de me voir dans le rôle qui est le mien et d'en sortir. À certains moments, dans certaines relations, je me suis demandée pourquoi je continuais ! Ces relations me semblaient si lourdes, si pleines de problèmes et de difficultés. Ce n'est que lorsque j'ai été de l'autre côté du processus que j'ai compris ce qui était en jeu pour moi.



« C'est donc une distinction importante : s'en remettre à la relation, dans le sens où je parle, reprend Hal, n'est pas s'en remettre à une autre personne, même si nous sommes totalement amoureux de cette personne. La vraie question est de savoir *qui* « se rend » en nous, ce qui ramène toujours au processus d'Ego Conscient. »

Comprendre le processus auquel Hal fait référence nous conduit au cœur de ce que je considère être un processus psycho-spirituel : essentiellement, nous devons nous en remettre à l'interaction énergétique entre certaines co-personnalités présentes chez nous et d'autres présentes chez l'autre. C'est un premier niveau. À un autre niveau, nous nous en remettons à l'Intelligence qui dirige toutes choses.

Hal voit la nécessité de développer cette conscience en nous, sur terre, dans un corps, pour pouvoir ensuite interagir consciemment avec des énergies venues de dimensions vibratoires plus élevées. « Sinon, cet abandon à des énergies que nous considérons comme supérieures est celui d'une co-personnalité : celui du Fils Aimant, du Fils Effrayé ou du Fils Malade. Il est facile d'abdiquer en faveur d'une puissance supérieure lorsque je suis malade. Puis quand je me sens mieux, j'oublie ce niveau de confiance. À ce niveau, je ne m'en remets à l'autre - présent dans cette dimension ou dans une autre - que lorsque je suis identifié à une co-personnalité. »

Énergie Spirituelle et Énergie Source

La compréhension de Hal a évolué avec le temps. Il peut suivre cette évolution, comme à son habitude, à travers son processus onirique. Au début, il s'en est remis à son processus spirituel, à Dieu - en tant que Celui qui est responsable du panthéon spirituel. Puis il a eu le sentiment qu'il existait quelque chose qui se situait encore au-delà. Il a commencé à avoir des rêves qui n'allaient pas dans le sens de devenir davantage spirituel.

« Il me semblait que j'avais un lien permanent avec une Énergie Spirituelle *et* une Énergie Source. J'ai eu un rêve dans lequel j'étais plongé dans l'Énergie Spirituelle d'une manière extrême. Je savais que j'allais en mourir. Je veux dire, je savais que je ne pouvais pas vivre à ce niveau vibratoire. Puis, l'Énergie Source est arrivée et m'a retiré de cette Énergie Spirituelle.



Elle m'a ramené à la conscience et m'a dit que ce n'était pas encore le moment de partir : j'avais un certain travail à faire pour rendre claire cette différenciation entre Énergie Source et Énergie Spirituelle. J'ai compris que je devais rester ici pour en informer les autres. Je sais maintenant que je suis revenu aux molécules originales de la création. Depuis, mon intuition est que c'est l'Énergie Source qui a créé l'univers, tout comme elle a créé l'Énergie Spirituelle. »

Ainsi cet abandon est un abandon à un autre niveau d'énergie, c'est l'abandon à une dimension qui a quelque chose de nouveau à nous apporter, quelque chose que nous n'avons pas encore. Pour Hal, ce n'est pas non plus uniquement la connexion à une énergie plus élevée qui provoque le changement : les relations humaines, elles-mêmes, sont un vecteur de transformation : « L'altérité dans nos relations humaines se continue jusqu'à ce que ce trou, en moi, que l'autre occupe soit comblé. »

Hal s'arrête souvent lorsqu'il parle de ce sujet, dans une sorte d'humilité réflexive. Il me répète que ce n'est là que sa seule intuition. Je me souviens de la frustration de Jung à la fin de sa vie, sentant que personne ne comprenait vraiment ce qu'il avait découvert. Peut-être, Hal a-t-il raison. Mais peut-être ne saura-t-il que son intuition tient la route que lorsque le reste d'entre nous arrivera à vivre cette conception.

Il continue à décrire sa vision des choses. « Pour moi, il n'existe pas un unique univers. Je pense qu'il en existe d'autres, avec des conceptions différentes des nôtres. Le processus des rêves est devenu de plus en plus clair et, à travers eux, je peux voir que l'Énergie Source valorise tout autant le monde dense que celui de l'esprit. Elle valorise une tasse de café tout autant que la recherche spirituelle »



Accorder de l'importance à toutes les énergies

Hal est bien connu pour ses exagérations, son enseignement est parsemé d'exemples de ce genre. Il aime particulièrement parler d'expériences spirituelles et le fait souvent avec délice. Il parle même de l'illumination comme d'un moyen de s'identifier à une co-personnalité :



« Prenez un prêtre zen assis en méditation. Soudain, Dieu lui frappe sur la tête ou Bouddha descend et l'embrasse sur la bouche. Ha ! il est en extase. Il pense avoir trouvé Dieu ou Bouddha. Il sort de l'expérience complètement identifié à l'illumination. Tout va bien jusqu'à ce que sa femme entre et lui crie : 'Sors cette foutue poubelle. Ça pue ici !' »



La conclusion est que les détails de la vie sont importants. Hal a le sentiment que l'inconscient l'a amené à comprendre que le but, la raison de notre présence ici, est d'apprendre à vivre notre vie en tant que simple être humain. Ce qui signifie valoriser toutes choses terrestres tout autant que ce que le contact avec des énergies spirituelles amène. Je réalise que les gourous et les enseignants spirituels ne manquent pas dans notre monde ; beaucoup enseignent une ligne de conduite spécifique et minutieuse pour nous amener à réaliser ce qu'eux-mêmes ont vécu. Mais chez eux comme chez beaucoup d'autres personnes douées, chaque cadeau vient avec une facette opposée. Parlez à leurs femmes et leurs enfants. Que vivent-ils aux côtés de cette personne illuminée ?

« L'Énergie Source n'a ni règle ni tradition. Elle s'occupe uniquement d'équilibre. Elle nous détache du mariage fusionnel pour aller vers un idéal encore plus grand. Elle fonctionne, comme un tribunal de divorce, car nous devons divorcer de notre système primaire et du lien automatique avec l'autre. Maintenant, quand je prie, je prie Dieu et l'Énergie Source en même temps. Je pourrais aussi prier le Christ, Bouddha, et réciter en hébreu : Elohim, Adonaï... Différentes choses résonnent avec moi à différents moments. Mais je m'en remets, encore et encore, à mon processus de rêves et à ce que ma relation avec Sidra m'apprend. »

Sidra : s'en remettre à la relation

Aussi convaincante que puisse être la perspective de Hal, Sidra voit les choses différemment. En bref, elle résiste à l'idée même de reddition. Comme une nouvelle preuve du respect de leurs différences individuelles, Sidra a rapidement expliqué comment elle envisageait ce concept dans le processus du travail et de vie commune. J'ai introduit la discussion avec elle en essayant de résumer avec mes propres mots ce dont j'avais parlé avec

Hal, puis de donner un résumé de ce que je comprenais être sa position à elle. Elle a vraiment commencé à rire, tandis que j'atterrissais enfin sur « Où vous rencontrez-vous sur ce sujet ? »

« Eh bien, me répondit-elle, d'une certaine manière, c'est une question de sémantique. Je ressens ce contact avec les énergies subtiles - ou avec « plus grand que soi » - essentiellement



de deux manières différentes. L'une d'elle est que « se rendre » est comme ressentir un flux d'énergie semblable à celui du mouvement d'une rivière. Pour moi, il s'agit de savoir si je me déplace ou non avec le courant de la rivière à laquelle j'appartiens. Je ne pense pas en termes de : « Ta volonté et non la mienne. Pour moi, il s'agit beaucoup plus d'aller avec le flux d'énergie qui est juste, pour moi. »

Le flux de la vie

Lorsque je lui ai demandé comment elle voyait la hiérarchie et les énergies supérieures, et comment se connecter avec elles, Sidra m'a répondu qu'elle était simplement beaucoup plus connectée aux évidences intérieures. Elle ne voit pas cela comme venant de l'extérieur ou du dessus. « Ces énergies vibrent en moi. Je peux sentir si je suis alignée avec leur vibration ou non. Quand je le suis, cela me donne le sentiment : Ouf ! Je peux me détendre maintenant. »

Hal indique clairement que sa connexion vient du processus d'Ego Conscient qu'ils ont développé au sein de leur relation ; Sidra a le même point de vue. Elle a toujours considéré la relation comme le vecteur de nombreux cadeaux. Lorsqu'ils se sont rencontrés, Hal a amené avec lui un contexte complètement différent de celui dans lequel elle vivait ; un contexte qui comprenait des énergies qui n'étaient pas tangibles à travers nos sens habituels. « Souviens-toi, me dit-elle, j'étais identifiée à l'Esprit Rationnel, je pensais que la science gagnerait et expliquerait tout. Ce que j'ai découvert concerne davantage l'expérience énergétique des choses, dans *l'instant*. Quand j'ai besoin d'aide, je demande : « OK, les gars, j'ai besoin d'aide. » C'est réellement aussi simple que ça. Ensuite, j'ai le sentiment qu'ils répondent. »

Peu de choses dans la perspective de Sidra a trait à une quelconque hiérarchie. Cela repose davantage sur le sentiment qu'il existe trois flux d'énergies. Le premier est une énergie de maintenance qui nous entoure. Cette énergie, pour elle, appartient à la terre sur laquelle ils vivent. Puis elle parle d'un flux d'énergie qui lui parvient à travers son chakra coronal. Lorsqu'elle recherche une guidance, elle laisse entrer un maximum de cette énergie et se repose sur elle. Enfin, en enseignant ou en écrivant, Sidra se connecte à un troisième type d'énergie. Cette énergie passe aussi par le chakra coronal, elle est rejointe cependant par une autre énergie qui vient d'en bas et jaillit du plus profond d'elle.

« Je me connecte également à ces énergies par le biais des rêves. Il y a trois jours, je voulais réviser un article que j'avais écrit. Je me suis réveillée avec l'image de ce que j'avais besoin de dire étalée devant moi, comme si un rêve l'avait amenée. » C'est sa seconde manière de se connecter et de s'en remettre à cette intelligence supérieure.

Le flux des rêves



Bien sûr, le travail avec les rêves me passionne (moi Dianne), je passe une grande partie de ma vie éveillée à travailler avec mes propres rêves ou ceux des autres. Mais au-delà, ce qui me passionne est que l'inconscient ne manque jamais de m'impressionner et d'imprimer sur moi, l'infinie variété et créativité de sa propre expression, avec une intentionnalité non-discutable. Le

caractère incroyablement unique des rêves, ceux des gens et les miens ne manque jamais de me surprendre. Je ne pense pas que nous ne puissions jamais inventer quelque chose d'aussi créatif qu'un rêve qui nous parvient sans aucun effort de notre part.

Certaines personnes, par exemple, sont bénies (ou accablées) par de longs rêves narratifs dans lesquels se déroule toute une histoire de vie. On pourrait travailler analytiquement sur de tels rêves pendant un mois entier. D'autres reçoivent ce que nous appelons des grands rêves qui suggèrent un changement de vie drastique ou des ajustements dans leur comportement. D'autres encore obtiennent de simples images isolées dont le sens, par le biais d'associations et le moment où il est fait, élargit leur compréhension de façon exponentielle à propos de quelque chose avec lequel ils bataillaient et leur donne de précieuses indications. .

Quand Sidra parle de cette seconde façon de s'en remettre à plus grand qu'elle, elle élargit encore le sujet : « Parfois, les informations de ces énergies supérieures me parviennent dans un rêve sous forme d'une phrase, ou même d'un commentaire. Lorsque j'écrivais *The Shadow King*, (*Le Patriarche Intérieur*), les rêves sont venus m'aider ; sans parler du rêve initial qui m'a donné la permission de commencer à écrire. Ce que je ressens, c'est que j'ai le soutien de ce que je nommerais un nuage énergétique par opposition à un être incarné. »

Deux conceptions différentes

La part déconcertante de ce thème est cette contradiction : s'en remettre à plus grand que soi est intimement lié à la façon dont Hal et Sidra vivent leur relation. C'est complètement en

accord avec la façon dont ils vivent leur vie, et pourtant cela repose sur deux conceptions différentes d'une même et très importante expérience !

« Je pense que l'endroit où nous nous rencontrons vraiment dans ce domaine réside dans le ressenti et la compréhension que ces énergies peuvent nous guider. Nous sommes d'accord sur ça. Ce ne sont probablement pas des énergies sexuées même si lorsque j'ai rencontré Hal, j'étais très connectée à Gaia et qu'aujourd'hui j'ai inclus Kwan Yin dans mon panthéon personnel. Tout simplement, nous parlons et expérimentons ces énergies différemment. »

Il semble que Hal et Sidra partagent le même savoir. Simplement, la perception de cette connaissance et les informations qui en découlent sont ensuite traitées à travers des structures conceptuelles différentes et le langage de chacun ; tout comme les médiums qui ont une intuition ou une image qu'ils interprètent ensuite. Hal et Sidra comprennent que leurs intuitions et insights peuvent convenir ou ne pas convenir à l'autre. Pour que cette part d'interprétation subjective de la réalité soit moindre, Hal et Sidra n'ont écrit dans leurs livres que ce sur quoi ils étaient, tous deux, d'accord.

Je me souviens, à ce propos, des médiums qui ont prédit à Hal et Sidra que leur relation

ne perdurerait qu'en tant que relation de travail.

« Comme si la passion, l'amitié et le travail ne pouvaient pas exister ensemble » a ironisé Sidra.

Je me dis que cette erreur de prédiction est due au fait que les médiums en question n'avaient pas vu la photo de Sidra chevauchant un mulet dans la chaleur estivale de Santorin, en Grèce. S'ils n'avaient vu serait-ce qu'entrevu ce qui ne pouvait être qu'une image d'Aphrodite elle-même ! ils auraient su alors que Hal aurait été bien stupide de la laisser partir ; ils auraient compris que n'importe qui aurait travaillé avec acharnement pour remporter la totalité du cadeau.



Une relation sans dynamique de pouvoir

La part essentielle de cet abandon à plus grand que soit, pour Hal comme pour Sidra, concerne essentiellement tout ce qui a trait à leur relation ; lorsque que l'un ou l'autre a le sentiment qu'elle ne fonctionne pas bien, ils perdent la connexion avec les énergies supérieures.

« La relation est la clé affirme Sidra. Lorsqu'on a saisi cela, lorsque les liens automatiques sont devenus limpides, nous allons automatiquement vers un processus d'Ego Conscient qui permet le lien avec les énergies subtiles. Il existe une dynamique qui nous pousse à sortir de nos co-personnalités pour aller vers un processus d'Ego Conscient et cette dynamique nous

maintient sur le chemin. Tous deux nous ressentons ce flux dans notre relation. Il n'existe aucune prise de pouvoir dans cette dynamique. C'est un flux de conscience. »

Cela me semble être une affirmation importante : « une relation sans dynamique de pouvoir ». Non seulement, je comprends et je me vois participer depuis longtemps à des relations fondées sur le pouvoir, mais je connais très peu de personnes qui peuvent ou veulent les abandonner. Sidra, cependant est très claire sur ce point, répétant que chaque fois qu'un problème est survenu dans leur connexion, c'était en lien avec perdre ce flux de conscience particulier et tomber dans un mode pouvoir.

« Cela a été très difficile pour nous au début, et cette compréhension nous est venue



lentement. Dans une relation de pouvoir, soit tout est de ta faute et je dois te changer, soit tout est de ma faute et je me sens terriblement coupable. Mais c'est toujours un jeu de pouvoir. Même lorsque je dis que c'est entièrement de ma faute : je suis assez puissante pour faire une chose aussi terrible. Le poids, la responsabilité, le pouvoir, dans la relation, est de mon côté. C'est ce qui

peut être difficile à comprendre. »

Quelle description parfaite de nombreux mariages, amitiés et relations professionnelles qui semblent ne jamais évoluer au-delà de « qui est responsable ? » Le coût et la difficulté de s'en remettre à la relation, dans ce contexte, deviennent compréhensibles ; pourtant cette reddition reste infiniment souhaitable.

Tous ceux qui rencontrent et travaillent avec Hal et Sidra désirent cette capacité de lien qui est la leur. Vous pouvez la percevoir dans votre lien avec eux, vous pouvez aussi la ressentir quand ils se sourient et se connectent énergétiquement l'un à l'autre. Si vous avez la chance d'être sensibles aux énergies, ce que vous ressentez dans ces moments-là peut vous donner une compréhension directe de ce que veut dire être dans un lien profond.

Je me suis demandé au cours de l'écriture de ce livre et en écoutant chacun d'eux parler si une partie de la profondeur de leur travail et du succès de leur vie ne reposait pas tout autant sur leurs différences que sur leurs similitudes. C'est sans doute vrai, du moins en partie. En accord avec eux, je crois que tout compte. L'essentiel est que, dans cette association l'un avec l'autre, ils ont réussi à proposer une méthode qui approfondit notre compréhension de la conscience et qui peut jeter un pont vers un avenir plus désirable que celui que l'on peut prévoir pour l'humanité actuellement. Cela fait réfléchir.

Ce livre est disponible au siège de l'association. 25 euros + 5 euros de frais d'envoi.