

Voice Dialogue

N°90

Janvier 2016

Bulletin de l'Association

Voice Dialogue Sud

*Psychologie des subpersonnalités
&
de l'ego conscient*

Association Voice Dialogue Sud,
5352 Chemin de la Bertine
04300 Saint-Maime
Tél : 04 94 69 22 15
Mail : warina@wanadoo.fr

«Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester» proverbe indien

Tomber amoureux

par Hal et Sidra Stone

Le début d'une relation amoureuse est un moment magique, des sentiments merveilleux sont présents, nous sommes plein d'enthousiasme, tout nous semble possible. Toute relation qui touche notre âme commence ainsi, que ce soit une relation avec un amant, un ami, un professeur, un thérapeute, un Maître. Même au sein des familles, ces moments magiques existent.

Que se passe-t-il donc lorsque nous sommes amoureux ?

Comme vous le savez, nous sommes constitués de nombreuses énergies ou subpersonnalités et chacun de nous a un ensemble de parties primaires qui lui est propre - l'élite dirigeante. C'est ce groupe de subpersonnalités qui constitue notre personnalité, c'est vrai pour nous, c'est vrai pour les personnes qui nous entourent.



Ce groupe de subpersonnalités est dirigé par le Protecteur / Contrôleur, une partie de nous qui a consacré sa vie à trouver comment faire pour pouvoir s'entendre avec ceux qui nous entourent. Ce Protecteur / Contrôleur a déterminé, et fait évoluer, un code de conduite qui convient à notre famille et à la culture générale et particulière dans laquelle nous avons grandi. Il a rassemblé auprès de lui un groupe de subpersonnalités qui le soutient dans ses efforts pour mener une vie qui assure notre sécurité et qui nous permette de nous intégrer sans heurt dans notre environnement, une vie qui soit approuvée par les personnes importantes pour nous.

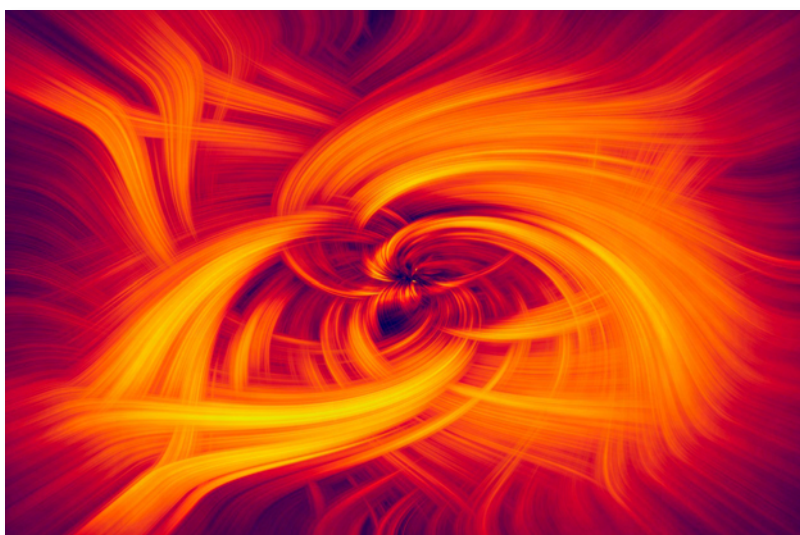
Ce groupe de parties primaires nous aide à vivre dans le monde qui est le nôtre de façon à ce que notre Enfant Vulnérable, sensible, secret, ne soit pas blessé ; du moins l'espère-t-il. Ce groupe est, par essence, généralement assez conservateur. Il est dirigé par un Protecteur / Contrôleur très prudent qui garde un œil sur la famille, les amis et les collègues de travail pour vérifier quels comportements sont récompensés et lesquels doivent être évités. Il rassemble autour de lui d'autres subpersonnalités comme le Perfectionniste (qui sait comment les choses devraient être faites), le Critique (qui nous signale lorsque nous échouons à atteindre les idéaux du Perfectionniste), l'Actif (qui nous aide à faire plus vite, toujours plus vite), le Bon Parent (qui fait en sorte que nous nous occupions de tout le monde), et le Gentil (qui fait ce que les autres souhaitent). Ces subpersonnalités représentent habituellement le groupe d'élites qui domine notre vie. Nous nous identifions à elles ; c'est ce groupe qui constitue notre personnalité telle que nous la percevons et telle que nos amis la perçoivent.

Pour chaque partie primaire, il existe un opposé qui vient la compléter : la subpersonnalité désavouée ; celle qui est maintenue hors de la conscience. Par exemple, si notre Contrôleur / Protecteur est conservateur et prudent, nous pouvons avoir renié notre Joueur ou une partie de nous qui serait beaucoup plus souple. Si nous nous identifions à notre Bon-Parent, nous allons renier notre Enfant Égoïste. Si nous nous identifions à notre Rationnel, nous allons renier notre partie émotionnelle. Notre Enfant Vulnérable, la partie de nous qui porte notre vulnérabilité et notre sensibilité, est non seulement désavouée, mais généralement cachée en lieu sûr comme, par exemple, un bunker en béton enfoui sous le plancher bétonné du sous-sol.

Lorsque nous tombons amoureux, tout est chamboulé. La plupart des règles soigneusement élaborées par le Protecteur / Contrôleur sont suspendues. D'une certaine manière, notre Enfant Vulnérable s'échappe de sa cachette et sort jeter un coup d'oeil au monde qui, pour cette merveilleuse période de temps, semble beaucoup moins dangereux, voire même accueillant à chaque fois que notre bien-aimé est à proximité. Les parties primaires habituelles perdent leur pouvoir. Du coup, la porte est ouverte et de nouvelles subpersonnalités vont pouvoir émerger. Pour un moment, notre vie devient magique, notre prudence habituelle s'en est allée, nous sommes en mesure de voir et d'entendre ce que nous n'avions jamais vu ni entendu auparavant. C'est comme si nous étions entrés dans un nouveau monde.

Le Nouveau Monde

Lorsque nous tombons amoureux, d'un amant, d'un enseignant, d'un thérapeute, de notre enfant nouveau-né, soudain, le monde est plein de possibilités nouvelles. Nous remarquons une superbe vue sur le bord de la route, simplement parce que notre conscience est différente. La vue peut avoir été là depuis toujours, mais nous ne l'avions jamais remarqué auparavant. Nous avons un nouvel amant et soudain nous remarquons les magasins de fleurs de notre quartier. Notre thérapeute nous parle de l'importance des rêves et nous remarquons que nous rêvons toutes les nuits. Nous avons un bébé et le monde entier est neuf et nouveau. Une chanson des années cinquante le dit de belle façon : «Il y avait des oiseaux mais je ne les avais jamais entendu chanter, je ne les avais jamais vus avant toi.»



Le monde est nouveau parce que, littéralement, nous le percevons à travers des yeux nouveaux. Jusqu'à maintenant, nous avons vécu une vie régie par un petit groupe de parties primaires ; nous avons perçu à travers leur appareil sensoriel, nous avons compris à travers leur façon de comprendre, nous avons évalué le monde en fonction de leurs valeurs. Nous leur étions identifiés et leur cadre de référence était le nôtre. Maintenant, nous sommes amoureux, tout est sans dessus dessous, le pouvoir de cet équipe est perturbé, un nouvel équilibre est présent.

Ces subpersonnalités dominantes ou primaires qui ont régi nos vies perdent leur pouvoir parce qu'il existe moins de risque pour notre bien-être. Maintenant, nous sommes moins en danger d'être blessés, notre Enfant Vulnérable est heureux, en sécurité avec l'être aimé. Ces parties primaires perdant de leur pouvoir, les parties désavouées complémentaires émergent naturellement.

Lorsque nous tombons amoureux, l'Actif qui définit habituellement notre rythme de vie est remplacé. Tout d'un coup, tout ce qui a toujours été si important peut attendre un peu tandis que nous passons des heures au téléphone, volons du temps pour un dîner romantique ou pour trouver le cadeau idéal pour notre bien-aimé. Nous pouvons découvrir, à notre grande surprise, que nous avons un Rêveur qui aime passer des heures à se laisser bercer par de belles pensées, ou un Romantique qui aime lire de la poésie, faire de longues promenades, regarder les couchers de soleil et avoir de nombreuses autres activités tout aussi peu productives... Nous pouvons même découvrir une subpersonnalité qui aime prendre soin d'elle et dépenser beaucoup d'argent et de temps pour des choses loin d'être essentielles.

Quelques exemples

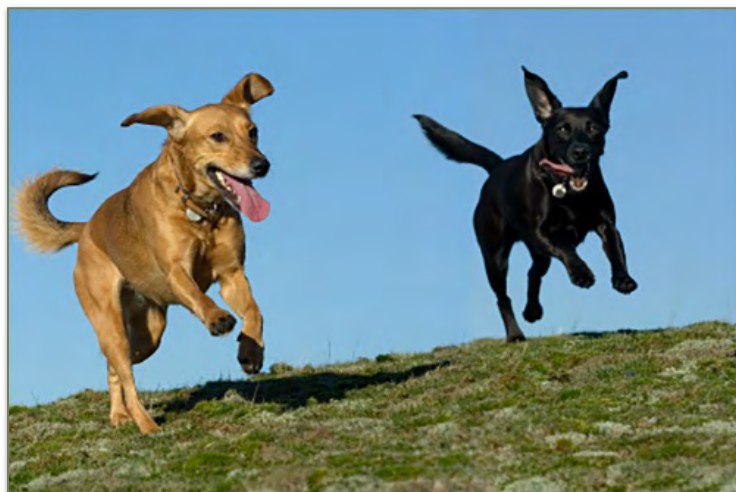
Avant de rencontrer Bob, l'Actif de Suzanne gérait sa vie, utiliser son temps à ne rien faire de concret était hors de question. Elle est tombée amoureuse... Elle décide, maintenant, de prendre du temps sur son horaire pourtant chargé pour aller chez le coiffeur, se faire faire une manucure ou faire du shopping. Elle dépense de l'argent en parfums et trouve le temps de prendre de longs bains chauds. Elle découvre qu'elle a assurément une subpersonnalité qui aime le luxe ; celle-ci avait été totalement désavouée, poussée hors du cadre par un Actif jamais satisfait. Avant de tomber amoureuse, Susanne n'aurait jamais deviné qu'une partie d'elle aimait ce genre d'activités.



Lorsque nous sommes profondément amoureux, le Critique, qui jusqu'à présent évaluait notre apparence et nos activités d'un œil assez insatisfait, semble soudain disparaître. En lieu et place, nous nous contemplons dans les yeux de notre amant (e) et nous nous y voyons reflétés dans toute notre beauté. Durant toute cette période magique, nous nous trouvons très bien comme nous sommes, et tout ce que nous faisons est aussi très bien. Même nos petites «particularités», généralement peu attrayantes, deviennent charmantes quand elles sont reflétées par quelqu'un qui nous aime inconditionnellement. Le Critique ayant moins de pouvoir, nous sommes libres de créer, d'avoir du plaisir, d'explorer, et de nous émouvoir. Ressentant moins la présence de cette critique permanente, nous pouvons devenir plus créatifs, plus aimants, et, c'est peu de le dire, infiniment moins stressés !

Quelqu'un a dit que les plus belles chansons ayant jamais été chantées sont celles des mères à leurs nourrissons, des chansons qui ne seront jamais entendus par personne d'autre... Cela pourrait bien être vrai, car lorsque nous sommes en amour avec un enfant qui, à son tour, nous aime inconditionnellement, nous communiquons avec lui du plus profond de notre cœur ; il n'existe plus aucun Critique pouvant diminuer la qualité de cette communication.

Une femme dans la trentaine, Marie fait du bon travail, c'est, cependant, un travail sans grande inspiration. Elle tombe amoureuse et, tout à coup, son travail s'épanouit. Elle devient détendue, créative, pleine d'humour, presque brillante. Son Critique est passé sur la banquette arrière, il ne la paralyse plus, elle n'a plus peur de prendre des décisions. Marie a accès à son courage et à sa spontanéité naturelles, elle est capable de les utiliser librement sans interférences abusives.



D'une certaine manière, lorsque nous sommes amoureux, l'avis du Perfectionniste devient moins important, le monde n'a plus besoin d'être amélioré. Il est beau tel qu'il est. Nous le regardons à travers les proverbiales lunettes roses. Notre attention se porte sur tout autre chose et nous pouvons même voir les fleurs qui poussent sur un tas d'ordures. Notre Perfectionniste ne nous scrute plus de la même façon, et nous pouvons vivre d'une façon plus détendue.

Esther devait toujours tout faire parfaitement. Elle ne pouvait rien laisser d'à moitié fait ou défait. Elle ne pouvait pas aller dormir avant que la vaisselle soit faite, les dernières factures payées et les comptes, en ordre. Bien sûr, sa maison était toujours impeccable, son bureau parfaitement rangé. Elle ne laissait jamais rien trainer. Rien ne pouvait être moins que parfait.

Esther est tombée amoureuse. Tout d'un coup, tout lui semble être parfait. Non seulement il lui semble que tout est parfait tel quel, mais ses priorités ont changé, son Perfectionniste semble avoir complètement disparu. Son nouveau petit ami, Andrew, est plus détendu et, elle aussi, est devenue plus détendue. Son propre «Andrew» intérieur a émergé. Esther fonctionne maintenant de façon beaucoup moins compulsive. Elle est capable de voir la vie d'une façon plus équilibrée, de gérer les tâches d'une manière détendue. Pour la première fois, elle dispose d'un choix sur quand et comment elle veut faire les choses.

Curieusement, lorsque nous sommes amoureux, nous n'avons plus autant besoin de Celui qui veut plaire car tout ce que nous faisons semble plaire à notre bien-aimé ; nous sommes plus libres d'être nous-mêmes. Nous devenons capable d'avoir confiance en nous, en nos goûts, en nos désirs, car ils sont acceptés sans condition par la personne qui est la plus importante pour notre Enfant Vulnérable. Nous pouvons même développer une subpersonnalité égoïste. Ceci est particulièrement vrai, lorsque nous avons eu tendance à passer beaucoup de temps dans le Bon Parent ou le Gentil. Nous voulons maintenant passer du temps avec l'être aimé, nous allons, par nécessité, en faire moins pour les autres personnes, nous allons devoir dire non.

Fille dévouée et obéissante, Angela a appris à ignorer ses propres besoins. Voici qu'elle tombe amoureuse. Elle ne peut plus faire passer les intérêts de sa mère avant les siens, cette nouvelle relation est trop importante pour elle. Elle va devoir se séparer de cette subpersonnalité de Fille Obéissante, réclamer - et prendre - du temps pour elle, elle va ainsi intégrer sa part plus égoïste.

Lorsque nous tombons amoureux, l'approche de la subpersonnalité rationnelle, dont le travail est d'évaluer la vie et d'établir des buts possibles et sensés (selon lui), commence à nous sembler trop étriquée. Jusqu'ici, c'est lui qui décidait des sentiments appropriés dans une situation donnée, rejetant ceux qui semblaient immatures, instables, ou, pire encore, trop optimistes.

Lorsque nous faisons l'expérience de la vague d'enthousiasme qui accompagne souvent le fait de tomber amoureux, nous constatons que la vue sobre du Rationnel recule, tandis qu'un Optimiste, à la vue peut-être un peu focalisée, c'est vrai, prend sa place

Laura avait appris à ne pas trop attendre de la vie. Son enfance avait été difficile et sa mère l'avait déçue avec une grande régularité. Même lorsqu'elle a rencontré Larry, Laura a eu peur de se laisser aller. Mais l'amour et la persévérance de Larry ont tracé leur chemin à travers sa réserve et l'ont profondément touchée. Elle est tombée amoureuse. À sa grande surprise, elle a constaté qu'elle n'analysait plus tous les aspects de leur relation. Son approche prudente et rationnelle habituelle avait disparu, elle était enthousiaste et optimiste. Lorsque son Optimiste a émergé, Laura a réalisé qu'il avait un merveilleux sens de l'humour dont elle ne s'était jamais servi jusqu'ici.

L'émergence de ces subpersonnalités reniées amène un double cadeau psycho-énergétique. Tout d'abord, chaque nouvelle subpersonnalité amène un nouveau type d'énergie dans notre vie. Les recherches sur le cerveau menées par Michael Gazzaniga suggèrent qu'il existe des zones cervicales différentes activées par les différentes subpersonnalités. *Ainsi, à chaque fois qu'une subpersonnalité désavouée refait surface, nous sommes susceptibles d'activer des parties de notre cerveau jusqu'ici non utilisées.* Ensuite, une énorme quantité d'énergie psychique est nécessaire pour continuer à réprimer nos subpersonnalités reniées. Le processus de renier ou de réprimer une énergie est un processus actif qui nous vole une vitalité qui pourrait être expérimentée, avec profit, dans d'autres domaines de notre vie.

Lorsque Laura permet à son Optimiste d'émerger, non seulement elle ajoute à sa vie tout l'humour, les espoirs, les perceptions enthousiastes de cet Optimiste, mais elle regagne aussi toute l'énergie qui était nécessaire pour maintenir ces perceptions hors de sa conscience. Chaque fois, dans le passé, que l'Optimiste de Laura aurait pu dire : «C'est génial!», la subpersonnalité rationnelle a dû utiliser une énergie égale et opposée pour repousser cette pensée et la remplacer par : «Ne soit pas trop enthousiaste, tu vas juste être déçue. Rien ne marche jamais ».



De nouvelles subpersonnalités, en cadeau

Quel cadeau merveilleux que ce bouquet de subpersonnalités que le bien-aimé fait émerger chez nous, lorsque nous tombons amoureux ! Ce cadeau, il nous l'amène de deux façons. La première, nous l'avons vu, grâce à la libération spontanée d'un certain nombre de subpersonnalités reniées, une fois que le statu quo est perturbé et que notre groupe de subpersonnalités primaires perd une partie de son pouvoir : habituellement, tandis que la subpersonnalité primaire perd de sa puissance, la subpersonnalité désavouée complémentaire émerge.

La deuxième façon dont nous accédons à ces nouvelles subpersonnalités est liée au mécanisme psychologique de projection. Nous projetons littéralement sur l'autre des qualités qui peuvent ou

non être les siennes. Lorsque nous tombons amoureux, ces projections sont toutes positives. Le bien-aimé représente une bonne partie de ce que nous voudrions être. Lorsque nous voyons ces qualités chez l'autre, les subpersonnalités, en nous, qui veulent s'ajuster à ces qualités sont activées.

C'est comme si une résonance énergétique se mettait en place : les deux énergies, celle projetée sur l'autre et la nôtre, se synchronisent.

Dans un premier temps, nous ne sommes pas conscients qu'il existe, en nous, une subpersonnalité qui correspond à celle que nous projetons. Nous pouvons avoir l'impression d'être quelqu'un de simple et voir notre bien-aimé comme quelqu'un de sage ; nous pouvons avoir le sentiment d'être plein de peurs et voir l'autre comme une personne courageuse ; nous pouvons avoir l'impression d'être une personne ordinaire et considérer l'autre comme une personne romantique et créative.

Le bien-aimé peut être toute personne, pas seulement un amant. Lorsque ce processus de projection se produit dans une relation patient-thérapeute, on le nomme transfert. Le thérapeute ou un enseignant est considéré comme ayant une grande variété de qualités ; celles-ci reflètent les subpersonnalités qui ne sont pas encore accessibles chez le thérapeuté, soit parce qu'elles sont inconscientes, soit parce qu'elles sont désavouées.



Une subpersonnalité inconsciente est simplement une subpersonnalité qui n'est pas encore consciente, une subpersonnalité désavouée est une énergie qui a été activement repoussée par une subpersonnalité primaire opposée. Les subpersonnalités reniées qui sont projetées sur le bien-aimé sont souvent chargées d'émotions. Il existe une raison pour laquelle ces subpersonnalités ont été reniées et pour que les subpersonnalités primaires aient eu intérêt à les garder désavouées : notre sécurité. Ces subpersonnalités pouvaient être dangereuses pour nous. Voilà pourquoi il faut une expérience puissante, comme le fait de tomber amoureux, pour bouleverser l'évolution ordonnée de notre vie.

Exemples

Éléonore a été élevée par des parents très rationnels et très peu affectueux. Elle s'est souvent ressentie rejetée et a appris à un âge très précoce que si elle accordait trop d'importance à ses émotions, elle allait être blessée. Éléonore a appris à enterrer son exubérance naturelle, elle est finalement devenue une femme d'affaires, et a très bien réussi. Elle est intelligente, fière de son sang-froid et de son approche rationnelle de la vie. Elle n'a jamais pris de risque au niveau émotionnel ; en fait, elle a totalement renié ses émotions. Elle cache sa vulnérabilité, vit de façon indépendante et prend très bien soin d'elle-même dans tous les domaines de sa vie. Elle aime avoir plusieurs amants, ce qui lui permet de ne s'impliquer avec aucun.

Lorsqu'Éléonore tombe amoureuse de Steve, tout change. Steve est un romantique sans limite qui adore les sentiments intenses. Elle trouve cet aspect de lui absolument charmant ; en fait, c'est cette qualité qui l'a le plus attirée vers lui.

Afin de construire un pont entre elle et lui, et de lui donner la profondeur de contact émotionnel qu'il attend d'elle, Éléonore a besoin de retrouver l'accès à ses propres émotions. Elle découvre qu'elle a, en elle, une adolescente très émotive, une énergie qui n'a jamais été autorisée jusqu'ici à venir dans sa vie. Elle découvre qu'elle est très réactive envers Steve, heureuse quand il appelle, misérable lorsqu'il ne le fait pas. Elle sait ce qu'elle éprouve et aime en parler. Elle adore être amoureuse. Cette adolescente, désavouée jusqu'ici, lui amène une vitalité nouvelle qu'elle n'avait jamais ressentie auparavant. Elle n'est pas toujours heureuse, mais sa vie est passionnante et intense. Exactement le genre de vie qu'elle avait si souvent enviée aux autres.

Quand John était enfant, il jouait souvent à faire semblant et écrivait de nombreuses petites histoires. C'était un rêveur qui aimait créer juste pour le plaisir de créer. Ses parents travaillaient dur et détestaient ce comportement. Ils le punissaient pour lui apprendre à ne pas perdre son temps à des occupations aussi stupides, lui disant qu'il devait faire des choses beaucoup plus sérieuses. Ils se moquaient de lui, lui faisant honte à chaque fois qu'ils le prenaient à rêver. Rapidement, John a désavoué sa subpersonnalité créative. Il a appris à travailler dur ; il a obtenu la reconnaissance qu'il voulait de ses parents, et, bientôt, il a oublié le plaisir qu'il avait eu, enfant, à passer des heures et des heures à jouer à faire semblant.

John est tombé amoureux d'une femme écrivain spécialisée dans la fiction. Il n'avait aucune idée de ses propres talents d'écriture et l'idolâtrait pour sa capacité à utiliser les mots et à créer. Comme elle lui écrivait de la poésie, il eut envie de se connecter à elle d'une manière plus profonde et de lui parler, lui aussi, dans sa propre langue. Il le voulait tellement qu'il surmonta la honte liée depuis l'enfance au fait d'être créatif. Sa subpersonnalité créative réapparut, il a commencé à écrire de la poésie et des nouvelles. Il s'est alors souvenu du bonheur qu'il avait ressenti, enfant, et il a pu retrouver non seulement l'accès à ce bonheur, mais aussi la vision de poète qui était naturellement la sienne.

Une femme des années 50, Barbara avait appris que, pour que l'on prenne soin d'elle, elle devait renier sa propre autorité et ses capacités naturelles dans le monde des affaires. Elle l'a si bien fait qu'elle s'est pleinement identifiée à son Enfant sans défense et a épousé un homme puissant, très dominateur qui a exigé d'avoir le contrôle complet de sa vie.

Après avoir divorcé, elle est tombée amoureuse d'Andy, un homme sensible qui admirait beaucoup son intelligence et sa force.

Avec ses encouragements, elle s'est senti libre de devenir aussi puissante qu'elle le désirait ; elle a développé une subpersonnalité de femme d'affaire des plus impressionnantes qui lui amené de nombreuses satisfactions.



Le réveil d'énergies inconnues

Dans les exemples précédents, toutes les subpersonnalités retrouvées sont des énergies reniées. Lorsque nous tombons amoureux, cependant, nous pouvons aussi rencontrer de toutes nouvelles subpersonnalités. Grâce au contact avec l'être aimé, nous pouvons développer des subpersonnalités jusqu'ici inconnues. Parce que nous aimons et admirons l'autre, nous sommes prêts à apprendre quelque chose de nouveau, à essayer une autre façon d'être dans le monde. Nous pouvons manger des sushis pour la première fois. Nous avons peut-être été élevés dans une famille complètement désorganisée et nous tombons amoureux d'une personne qui sait comment organiser sa vie. Nous apprenons alors les compétences nécessaires pour vivre avec notre bien-aimé et nous les ajoutons à notre répertoire. Nous n'avions pas renié les sushis, simplement nous n'en avions jamais mangé ; nous n'avions pas renié le fait d'être organisé, nous ne savions pas comment le faire.

En tant qu'académicienne, par exemple, Georgia n'avait jamais eu beaucoup de temps pour pratiquer une activité physique. Elle rencontre Brad qui est un passionné de plongée sous-marine ; il l'encourage à apprendre à plonger. Elle obtient son brevet avec sa rigueur habituelle, et cette nouvelle compétence la rend très heureuse.

Eric a été élevé dans une famille de la classe ouvrière qui ne valorisait aucune des activités culturelles proposées par la ville. Il est entré en thérapie avec une thérapeute qui, à un moment donné, a mentionné qu'elle était allée à un concert symphonique. Bien qu'il ne l'ait jamais fait auparavant, Eric a décidé d'assister à un concert pour voir ce que c'était. Cela lui a beaucoup plus, il s'est découvert un amour pour la musique classique qui a duré bien au-delà de la thérapie.



Garder le cadeau

Le développement de ces nouvelles subpersonnalités est un cadeau inestimable. Chaque nouvelle énergie nous permet de vivre une vie plus heureuse et plus intense. Encore plus important, chaque nouvelle énergie élargit notre conscience et représente un pas en avant dans notre processus d'évolution personnelle.

Malheureusement, beaucoup d'entre nous confondent le cadeau avec celui qui le donne. Lorsque l'époque du coup de foudre s'achève - ou lorsque la relation elle-même est terminée - nous retournons le don au donneur. Nous avons l'impression que ces nouvelles subpersonnalités ne

sont pas vraiment les nôtres, nous revenons à nos vieilles habitudes de vie. Plus triste encore, certains d'entre nous retournent encore plus profondément sous l'autorité de leurs parties primaires et leur donnent encore plus de pouvoir qu'auparavant. Ils ont à nouveau eu, pensent-ils, la "preuve" que vivre selon les règles de leurs parties dominantes les met davantage en sécurité et évite toute déception...

Chérir les cadeaux venus d'une relation, chérir les subpersonnalités qui ont émergé au cours de cette période magique, permet, cependant, à toute relation d'avoir un effet positif : elle nous a amené quelque chose de plus dans notre vie. De cette façon, chaque relation laisse derrière elle une conscience élargie et le cadeau de nouvelles subpersonnalités ou le renforcement de certaines d'entre elles.

Qu'est-ce qui brusquement provoque la fin de cette intimité, la perte de cette mutuelle compréhension ? Qu'est-ce qui met fin à une relation qui semblait pourtant si parfaite ? (A suivre)



Voeux de Hal et Sidra

La route devant nous, et ceux qui la parcourent...

Les turbulences ont encore augmenté cette année, sur notre planète, et nous ressentons une profonde gratitude pour ce petit coin tranquille dans lequel nous vivons, pour la vie que nous menons, celle que nous avons eu, jusqu'ici, le bonheur de vivre. Même ici, cependant, les nouvelles du monde nous atteignent profondément et ce qui se passe a des conséquences : les changements climatiques nous amènent des inondations, des incendies, un océan plus chaud et acide qui - bien que magnifique - transporte des algues toxiques.

Nous n'avons pas besoin de vous dire que c'est une période de défis et de changements pour l'humanité ; ce n'est que trop évident. Les bouleversements dans le monde, tout autour de nous, créent une situation d'extrême vulnérabilité : des migrations de populations entières ; des guerres menées par les opposants invisibles avec des armes non conventionnelles ; des changements dans le climat de cette petite planète bleue que nous habitons. Nous ne sommes pas des experts, nous n'avons aucunes sombres prédictions, nous n'avons pas non plus de réponses faciles. Nous nous attendons, cependant, à une augmentation de la vulnérabilité reniée et de la polarisation.

C'est un temps de transformations - de grands changements dans la conscience. Et, il semble que les menaces actuelles pour notre planète et notre espèce ont commencé à nous unir d'une manière très nouvelle. Les vieilles méthodes ne nous servent plus ; elles sont un peu comme les subpersonnalités primaires qui se développent au début de notre vie et qui ne sont plus du tout adaptées pour survivre dans des conditions absolument différentes. C'est un temps pour l'évolution consciente, pour s'éloigner de la pensée ancrée dans la dualité qui nous est habituelle, une façon de penser polarisée, fondée sur la peur, et de s'approcher du champ-source infiniment plus vaste, source d'unité, dans lequel nous pourrions tous nous rejoindre.

Heureusement, de nombreuses personnes ressentent cela et amènent leurs connaissances et talents très divers pour construire cette «opportunité» sans précédent. Ils amènent leur propre langage, leurs propres cadres conceptuels, et recherchent de nouvelles façons de vivre ensemble sur notre planète. Les chercheurs traditionnels dans le domaine de la conscience sont rejoints par un ensemble incroyable d'innovateurs de toutes sortes et nous espérons que nous finirons par voir quelque chose de tout à fait nouveau et de totalement inattendu émerger du chaos actuel.

Nous espérons que notre travail continuera d'amener sa contribution à cette évolution et nous sommes profondément satisfaits de savoir que ceux qui nous suivent amènent la leur.

Avec nos meilleurs vœux à tous pour un bon voyage!

Sidra & Hal

