



*Elementele de baza in Voice Dialogue,
Relatia si Psihologia Subpersonalitatilor*

ORIGINILE SI DEZVOLTAREA

Autori Dr. Hal Stone & Dr. Sidra Stone

Traducere de Luana Hartman | voicedialogue@bluemail.ch

Cuprins

3	INTRODUCERE <i>Influentele timpurii</i>
9	PRIMUL ELEMENT <i>Voice Dialogue ca Metodologie :</i> Inceputul Aventurii Comune
11	AL DOILEA ELEMENT <i>Psihologia Subpersonalitatilor :</i> Inceputurile Teoriei
13	AL TREILEA ELEMENT <i>Modelul Constiintei :</i> O Noua Definitie a Constiintei
14	AL PATRULEA ELEMENT <i>Teoria Modelelor de Relationare :</i> Subpersonalitatile si Relatiile
17	AL CINCILEA ELEMENT <i>Psihologia Ego-ului Constient :</i> O Abordare Psiho-Spirituala a Constiintei bazata pe Realitatea Energetica
23	AL SASELEA ELEMENT <i>Energetica Relatiilor :</i> Inveti sa Canti la Propriul Instrument
28	AL SAPTELEA ELEMENT <i>Parteneriat-Relatia de cuplu :</i> Folosirea Relatiilor ca Invatator, Vindecator si Ghid
30	AL OPTULEA ELEMENT <i>Visele Nocturne, Visele Diurne si Inteligenta Inconstientului :</i> Accesarea Invatatorului Interior

Elementele de Baza in Voice Dialogue , Relatia si Psihologia Subpersonalităților

ORIGINILE SI DEZVOLTAREA

Autori Dr. Hal Stone & Dr. Sidra Stone

Povestea se schimbă in functie de cine o spune. Si, pe măsura ce calatoria merge mai departe, ne vedem viețile noastre din diferite puncte de observatie diferite si prin ochi diferiti pe masura ce integram din ce in ce mai multe subpersona-itati. Ceea ce parea a fi important la un moment dat, mai tarziu pare a fi mai puțin important. Ceea ce parea a fi mai puțin important poate capata o importanta mai mare pe masura ce timpul trece.

In acest punct al vietilor noastre- la cei 70 si 80 de ani ai nostri- noi am decis ca este timpul sa privim inapoi si sa spunem povestea, asa cum o vedem noi, a originilor si dezvoltarii metodei Voice Dialogue si a Psihologiei Subpersonalitatilor. Dorim sa-i onoram pe cei despre care avem cunostința ca au contribuit la munca noastra si dorim sa clarificam cateva din conceptiile gresit intelese ce par a fi comune, si sa spunem –asa cum putem cel mai bine- povestile acelor momente in care a fost adaugat un element nou sau cand gandirea noastra s-a schimbat.

Haideti sa incepem cu punctul nostru de vedere asupra procesului creativ. Noi consideram ca influentele din afara si cele interioare se imbina rezultând un amestec omogen, in asa fel incat nu se poate distinge o linie despartitoare concreta intre ele. Noi am trait vieti complexe si bogate, vieti pe care le-am examinat impreuna. Din lumea exterioara am avut invatatori si informatii din multe surse disparate. Noi am avut

multe experiente impresionante cu altii, atat din punct de vedere profesional cat si personal. Din lumea noastra interioara, am avut visele noastre individuale, experiente transpersonale si momentele de claritate instantanee, toate acestea par ca ar fi daruri de la surse de dincolo de experienta noastra personala. Toate acestea sunt digerate de catre fiecare dintre noi, furnizându-ne materialul brut din care noi apoi creăm. Cand o idee sau un concept isi facea aparitia, nu eram niciodata absolut siguri de unde a venit.

Primele reactii pe care oamenii le aveau in trecut la Voice Dialog erau de obicei de genul : “Asta este o tehnica de Gestalt” sau “Este Psihosinteza”. Interesant este inasa faptul ca activitatea lui Hal in Gestalt a inceput dupa ce Voice Dialogue s-a etalat definitiv in viețile noastre, si cu toate ca Sidra a avut de timpuriu contact cu terapia Gestalt, experienta ei cu aceasta terapie a fost extrem de limitata. Cat despre psiho-sinteza, am fost fascinati amandoi de utilizarea imaginilor inasa nici unul dintre noi nu a aprofundat indeajuns aceasta lucrare astfel incat sa ne permita cunoasterea conceptelor diferitelor subpersonalitati. Si nu am fost influentati nici de psihodramă sau TA(analiza tranzactionala), despre aceste tehnici avand doar cunostinta pasagera prin intermediul presei de popularitate.

Noi am onorat intotdeauna aceste abordari variate ca avand o oarecare legatura cu Voice Dialogue devreme ce ele erau foarte clar o parte

din cultura psihologica generala la inceputul anilor 70. In acelasi timp, noi am recunoscut faptul ca procesul nostru creator era bazat pe un



*Hal & Sidra in Anii de Inceput:
Vanatoare de Comori in Bahamas 1978*

set de experiente foarte diferite si unice. Munca noastra isi are radacinile mult mai adanc si mult mai departe decat in contactul nostru cu aceste scoli de gandire mai noi. Noi proveneam din doua fundaluri de baza contrastatoare, ba chiar conflictuale s-ar putea spune.

Influentele cele mai Timpurii- Experientele lui Hal

M-am specializat ca analist Jungian, si in cele din urma in am devenit in 1968 presedintele Societatii de Psihologie Analitica din Los Angeles. In 1975 am studiat cateva luni la Institutul Jung si am avut oportunitatea de a a-

intalni personal pe Jung in vederea unor sedinte individuale. Aceste experiente au patruns adanc in fiinta mea, si m-au informat intr-o oarecare masura in munca mea de-a lungul vietii mele.

Experientele mele cu comunitatea Jungiană si trainingul meu timpuriu de specializare m-au inzestrat cu darul unei intelegeri profunde a viselor, miturilor basmelor si a psihologiei de profunzime (depth psychology). Pe de alta parte stiam insa că ceva lipsește. Nu ma simteam ca un adult. Aceste lucruri le abordez mult mai detaliat intr-o [serie de 5 CD-uri pe care le-am facut anul trecut](#). Rezultatul la toate acestea a fost faptul ca in 1970 am parasit comunitatea Jungiană si am incetat practicarea traditionala a psihologiei analitice. Aceasta s-a intamplat cu doi ani inainte de intalnirea mea cu Sidra. Experienta mea cu toate aceste lucruri a dus la sfarsitul vietii mele personale si profesionale asa cum o stiusesem eu si inceputul unei noi vieti care era inca total nedefinita si necunoscuta mie.

Desi am gasit necesar sa ma despart in 1970 de organizatia profesionala, acum imi dau seama că ar fi trebuit sa mă separ si de oricare alte lucruri, din care eram parte din ele. Aveam nevoie sa plutesc liber si sa nu fiu legat de nici o altă forma profesionala exterioara. Numai in felul acesta as fi putut intra intr-un proces creativ in intregime nou, proces care m-a condus intr-acolo unde sunt astazi. Voi fi etern recunoscator oportunitatii remarcabile de a fi descoperit Psihologia Jungiana, colegilor pe care i-am avut, clienților cu care am lucrat si spiritului inovativ a lui Jung. Inca de la prima mea sedinta analitica inconstientul meu s-a deschis si odata cu el s-a deschis lumea spiritului si s-a declansat si procesul remarcabil de visare, ceea ce m-a ajutat intotdeauna la mentinerea unui anumit fel de claritate obiectiva. Incepand de la acea prima sedinta am inceput sa ma simt ca acasa in lumea simbolica a vietii spirituale

si astfel m-am putut separa de desertul arid al mintii rationale.

Prima mea intalnire cu Voice Dialogue, sau cu ideea de a vorbi subpersonalitatilor mi-a venit candva pe la sfarsitul anilor saizeci. Povestea pe care vreau sa va o spun acum nu este direct despre Voice Dialogue. Este vorba despre o experienta clinica care m-a condus din punct de vedere profesional catre un loc diferit de cel in care ma aflam atunci iar acest fapt a avut impact asupra inceputurilor timpurii din Voice Dialogue.

La sfarsitul anilor saizeci a venit la mine un cuplu sa ma consulte in legatura cu fiul lor, pe care il vom numi Jimmie. Cuplul locuia in sudul Californiei iar fiul lor petrecuse un an precedent intr-un centru rezidential special de tratament aflat pe coasta de est pentru copii cu diverse tulburari de comportament. Se parea ca Jimmie avea un comportament foarte ostentativ la scoala si ca nu putea functiona intr-un cadru scolar obisnuit.

Jimmie avea 11 ani cand parintii lui au venit au prima data la mine. Ei erau foarte suparati deoarece tocmai primisera o scrisoare de la scoala care ii informa despre faptul ca ei facusera o evaluare psihologica completa a baiatului datorita comportamentului lui anormal, ca fusese diagnosticat ca fiind schizofrenic si le recomanda ca baiatul sa fie plasat intr-o institutie speciala din apropiere condusa de un grup de psihoanalisti. Deoarece ei simteau ca baiatul lor era schizofrenic, vedeau ca el are nevoie intr-adevar de o facilitate speciala pentru acest nivel mental perturbat la care el se afla.

In anul precedent parintii se mutasera in Vest si asteptau cu nerabdare ca fiul lor sa li se alature in noua lor casa. Ei erau foarte suparati de aceasta scrisoare si intrebarea lor era daca eu as fi putut sa ii ajut in aceasta situatie. Le-am spus ca eram dispus sa il vad pe Jimmie si ca

as face o evaluare a starii lui, independent de diagnosticul existent, daca il aduceau la L.A. Si ca inainte de a-l vedea aveam nevoie de toate fisele lui medicale. Mai mult de atat nu le-as putea promite.

Doua trei saptamani mai tarziu Jimmie pasea in biroul meu. Era un copil foarte curios, interesat de tot ceea ce vedea. Pe birou aveam un teanc inalt de patru sau cinci inci de rapoarte psihologice si psihiatrice, continand notari, teste si evaluari psihiatrice. Toate conduceau catre diagnosticul de schizofrenie. Rapoartele descriau cum incepuse tulburarea de comportament cu un an in urma si cum evoluase intr-o stare de tulburare avansata. Pe masura ce vorbeam cu Jimmie simteam un conflict imens in mine deoarece experienta mea cu el era foarte diferita, si pozitiva. Il plăceam foarte mult si gandeam ca avea un spirit minunat. Pe de alta parte, aveam acele rapoarte provenite de la o scoala foarte buna si de la cadre medicale foarte specializate, toate punand acealasi diagnostic de schizofrenie.

Cu Jimmie era foarte usor de vorbit si el mi-a povestit despre scoala lui si filozofia ei. In principiu, stilul lor de management era de a nu lasa copiii niciodata singuri ci de a le ocupa tot timpul cu activitati. Ei credeau ca fiind lasati singuri copiii ar cadea prada propriilor imaginatii si fantezii si asta le-ar face rau. Imi dadeam seama ca Jimmie era un baiat cu imaginatie foarte bogata si ca ar fi fost posibil ca scoala obisnuita sa nu fie locul potrivit pentru el.

In cursul discutiei noastre l-am intrebat pe Jimmie daca isi aminteste vreodata visele. Mi-a spus ca tocmai a avut unul seara trecuta. A avut urmatorul vis :

“Stau pe scaun cu rotile in holul scolii mele. Parintii mei ma viziteaza inainte de a se intoarce inapoi in California. Plang si ii implor sa nu plece.

In orice caz, ei simt ca nu au de ales si se ridica sa plece iar eu ma trezesc plangand in hobote ca ei ma lasa aici”

Visul era uimitor. El era intr-un scaun cu rotile. De ce era el acolo ? Insemna intr-adevar ca el era handicapat in felul in care o indicau rapoartele medicale? Altfel de ce ar fi fost intr-un scaun cu rotile ? Totusi toate instinctele mele simteau ca in el se afla un sambure de sanatate care era incompatibila cu diagnosticul. L-am rugat sa inchida ochii si sa se transpuna in vis si sa fie din nou in scaunul cu rotile. Asa cum ma asteptam, a facut acest lucru foarte usor, si dupa aproximativ jumatate de minut l-am intrebat de ce se afla in scaunul cu rotile. Ce era in neregula cu el ? Ar putea sa-mi spuna cum se simtea stand acolo ?

Jimmie mi-a spus apoi un lucru remarcabil. “Simt ca in spatele scaunului cu rotile se afla un magnet care ma tine in scaun”. Am spus deja ca eram uimit cand i-am auzit visul. Raspunsul lui la aceste intrebari m-a uimit de zece ori mai mult. Dintr-o data totul era atat de simplu. Totul avea sens si nelinistea care o simtisem la inceput incepea sa estompeze si ma simteam cu adevarat foarte fericit.

Am realizat ca Jimmie era extrem de creativ, extrem de inzestrat, un copil cu o imaginatie extrem de bogata care fusese plasat din greseala in aceasta scoala. Sunt sigur ca teoria lor functiona pentru multi dintre copiii de acolo, inasa pentru un copil ca acesta, era total contra productiva. Era un copil magic si lumea imaginatiei era esentiala pentru el. Il impinsese pur si simplu intr-un comportament schizofrenic pentru ca nu avea unde sa se duca in alta parte. Era o stare indusa artificial si simteam ca aceasta stare ar putea fi schimbata.

I-am spus apoi ca daca el era tinut in scaun de catre acest magnet, mie mi se parea ca el ar fi putut face ceva sa rupa puterea acelu magnet.

Am facut asta impreuna. Mai intai a intrerupt puterea magnetului in imaginatia lui si apoi s-a ridicat din scaun in biroul meu (ca si cum era intr-un scaun cu rotile) si a mers prin camera. Acest lucru a fost facut utilizand metodele simple de imaginatie activa. Dupa cinci sau zece minute ne-am dus in studioul meu artistic unde a inceput sa lucreze cu nisip (terapia sand play) si sa picteze. Am avut cu el cam 12 sedinte. Acum era pregatit sa inceteze munca cu mine si sa s-a dus la o scoala publica din apropierea casei lui in sudul Californiei. Am mai avut cu el doua sedinte cand era la Liceu si atunci a vrut sa discute cu mine despre unele lucruri cu care se confrunta acolo. Din alte surse va pot spune ca pana la urma Jimmie a intrat in bransa filmului unde avea o viata profesionala de succes.

O luna mai tarziu am primit un telefon de la Dr. Hedda Bolgar de la spitalul Manastirea Sinai. Hedda era o femeie incantatoare, un terapeut si analist inzerstrat ; ea era directorul departamentului de psihologie la spitalul Mt. Sinai din Los Angeles. Hedda era deasemenea afiliata la grupul de psihoanalisti care se ocupa de scoala unde Jimmie fusese elev. Aparent ei erau foarte suparati ca Jimmie era acum intr-o scoala publica si nu isi puteau imagina cum s-ar fi putut intampla asta. Au contactat-o pe Hedda si au rugat-o sa discute cu mine si sa afle ce s-a intamplat defapt. I-am spus Heddei ca era o poveste lunga si poate era mai bine sa ne intalnim personal la un pranz si astfel i-as fi putut impartasi cele intamplate.

Hedda a fost dintotdeauna o femeie remarcabila. Era deschisa intotdeauna la idei si posibilitati noi. Cand ne-am intalnit si i-am relatat fundalul pe care s-au intamplat lucrurile cu Jimmie, ea a inteles cu adevarat ceea ce s-a intamplat la un nivel foarte profund. La scurt timp dupa intalnirea noastra ea m-a sunat si m-a invitat sa devin membru consultant al departamentului de psihologie la spitalul Mt. Sinai ca apoi sa devin

si membru consultant al deparatmentului de psihiatrie tot la spitalul Mt.Sinai. Acesta a fost inceputul catorva ani nemaipomeniti de munca cu Hedda si cu alti membri si studenti in formare in aceste doua domenii.

Era cam la un an dupa ce incepusem munca de consultanta, cand Hedda mi-a povestit despre o demonstratie clinica la care a fost martora si care a fost facilitata de catre un profesor de la Universitatea Californiana Santa Barbara. Ea il vazuse lucrând cu un client utilizand diferite scaune pentru diferite parti, aspecte, fatete ale subiectului. Dupa spusele ei ceea se petrecuse in acea sedinta era fascinant. L-am contactat pe profesor si l-am intrebat despre acea demonstratie, si mi-a spus ca el defapt in momentul acesta nu era interesat in mod real in acest experiment si ca nu il deranja deloc daca oricine altcineva dorea sa exploreze mult mai profund aceasta lucrare. Indiferent de ceea ce facuse, lucrarea nu avea nici un nume, desi cu siguranta semana intr-un fel cu modul de lucru al unui terapeut de Gestalt, cu toate ca acel profesor nu avea nici o legatura cu munca de Gestalt.

Am inceput apoi sa ma joc cu aceasta idee acasa folosind drept subiecti pe fiica mea Tamar, pe fiul meu Joshua (acum decedat) si pe sotia mea de atunci, Thea. Ne facilitam unii pe altii si era amuzant, iar uneori pareea a fi important, insa niciodata nu am mers mai departe, si in decurs de aproximativ un an acest lucru a incetat de la sine. Reinsufletirea acestui experiment s-a produs dupa aproximativ doi ani cand eu si Sidra ne-am intalnit prima data.

Influentele Timpurii- Experientele Sidrei

Influentele mele cele mai timpurii in psihologie dateaza de la inceputul anilor 50 de la Colegiul Barnard. Pe atunci eram un behaviorist(terapeut comportamental) devotat si in principiu faceam

parte din “grupa lui Skinner”. Eu si prietenii mei eram fascinati pe atunci de teoria conditionarii operative ca explicatie a comportamentului uman si ne-am fi dus sa-l ascultam pe Skinner de fiecare data cand ar fi venit la New York. Instructorul nostru preferat de psihologie a aranjat un seminar special pentru noi cei patru care aratam un interes particular fata de aceasta lucrare. Acolo am investigat posibila legatura dintre gandirea psihoanalitica (Freudiana) din acea vreme si conditionarea operativa.

Eram intrigata de ideea ca un psiholog putea desface in bucati un comportament complex si ca putea vedea cum pana la urma fiecare parte functiona intr-o maniera sensibila si previzibila. Aceasta era numai una din ariile de fascinatie in care se putea vedea cum functioneaza lucrurile. Fascinatie, care m-a facut sa iau in serios ideea de a deveni eventual fiziciana.

Inca vad acea influenta timpurie Skinneriana in felul in care ma uit la evolutia subpersonalitatilor primare-la modul cum ele ies la suprafata, cel putin partial, ca rezultat al conditionarii operative. Vroiam sa descopar intotdeauna caile lor de adaptare si cum ele, ca subpersonalitati, faceau tot posibilul sa ne protejeze si sa castige iubirea pentru noi. Ca fost Skinnerian de odinioara, eu onorez pe deplin o subpersonalitate primara.

Cealalta influenta majora pe care am adus-o cu mine din vremurile timpurii erau scriitorii Hermann Hesse si Nikos Kazantzakis. Ca femeie a anilor 1950, nu ma simteam in largul meu cu modul in care institutiile psihologice si psihiatrice se relationau la femei. Pe vremea aceea nu stiam ce anume era acel lucru care nu se simtea in regula, insa simteam ca era important- si cumva mai in siguranta- sa-mi tin profesorii la distanta si sa fiu mult mai impersonala cu ei.

Hesse si Kazantzakis erau barbati a caror viata era in slujba evolutiei constiintei si a caror scrieri contineau-cel putin asa simt eu-o li-

carire de adevăruri universale. Toate cartile lor au explorat lupta dintre forțele opuse care se aflau în fiecare dintre noi și pe care Hal și cu mine le numim acum “tensiunea opusilor/opuselor”. Fiecare dintre ei are o pasiune pentru anumite polarități. Hesse a lucrat primar cu mintea (intelectualul) și cu sentimentele (romanticul) în timp ce Kazantzakis era interesat în tensiunea dintre pamântesc și spiritual.

Amandoi au fost influențați la rândul lor de către Henry Bergson și modurile lor de a privi lumea erau bazate pe existența unui “elan vital”, un impuls creativ și evoluționar aflat în fiecare dintre noi, o forță puternică care ne mișcă în direcția unei evoluții continue și a unei conștiințe mai mari. Acel concept se simțea ca un adevăr profund și devenise o parte a felului meu de a privi viața. Recunosc ecouri ale acestui lucru în ceea ce noi acum numim “inteligenta interioară” sau “inteligenta universului”.

Dintre toate cartile citite de mine vreodată, cartea *Lupul de Stepă* a lui Hesse, a avut impactul cel mai mare asupra mea. A fost introducerea mea în lumea numeroaselor subpersonalități și a “Teatrului Magic” în care am început să-mi vadă adunatura tumultuoasă a propriilor mele personaje interioare. Din momentul în care am aruncat o privire înăuntru în Teatrul meu Magic, prin ușile deschise de către această carte, felul meu de a vedea viața mea și a altora s-a schimbat definitiv. Nu mă mai puteam uita la nici unul dintre noi ca la niste entități singulare. Din acel moment am început să fiu fascinată de numeroasele subpersonalități pe care le-am putut vedea în mine însumi și în cei din jurul meu. Pur și simplu iubeam lucrul asta! Citatul care urmează rezumă toate acestea :

“Harry nu consta din două ființe ci dintr-o sută, o mie. Viața lui oscilează, ca la fiecare dintre noi de altfel, nu numai între doi poli, precum între trup și spirit, sfânt și păcatos, ci între mii și mii de poli. În realitate nici un Eu nu este o unitate, ci este o lume diversificată la gradul cel mai înalt, un mic cer instelat, un haos de forme, de stări și stagii, de moșteniri și posibilități.”

—Din *Lupul de Stepă* de Hermann Hesse

Interesant este faptul că Hesse a fost profund influențat de către Jung și acest lucru întărește, așa simt eu, mai mult puntea de legătură dintre felul meu de a gândi și fundalul de bază Jungian al lui Hal. Pe de altă parte, Kazantzakis era un Crețan prin naștere și Grec în suflet. Gandurile lui, la fel de mult ca cele ale Jungianilor, nu erau departe de zeii și zeițele antice. El cunoștea importanța onorării tuturor acestor zei și zeițe-am simțit aceasta era ca un fel de leitmotiv în toate scrierile lui. Cartea lui cea mai grozavă, *Odiseea, O Continuare Modernă*, a fost ca o biblie pentru mine în peleginarile mele intelectuale și spirituale.

Calatoria vieții mele a fost una exterioară în acei ani timpurii. Am călătorit foarte mult și m-au interesat în special culturile antice. Am vizitat locurile sfinte ale Greciei și am onorat zeii și zeițele vizitându-le templele. Hal îl vizitase pe Jung, eu l-am onorat pe învățătorul meu, Nikos Kazantzakis, la mormântul lui în Creta. Și așa se face că din aceste fundaluri disparate—acești poli opuși purtați de fiecare dintre noi doi—s-a născut ceva nou. Acum haideti să ne uităm la elementele de bază ale muncii noastre și să vedem cum au evoluat fiecare dintre ele.

PRIMUL ELEMENT

Voice Dialogue ca Metodologie

INCEPUTUL AVENTURII COMUNE

Era la inceputul anului 1972 cand Sidra citise un articol de Assagioli despre Imageria (imagistica) Ghidata. Fusesse fascinata si decise sa o incerce in sedintele de psihoterapie. Avea un succes uimitor si era total diferit de orice altceva ce facuse vreodata mai inainte. Un soi nou de universalitate si profunzime- traire pe care ea anterior a avut-o numai cand venea in contact cu opere de arta deosebite sau in literatura- era acum la dispozitia amandouora, a ei si a clientilor ei. Oamenii aveau trairi, experiente atat de minunate incat ea vroia sa invete mai mult despre aceasta metoda si- cel mai important- vroia sa mearga ea insasi intr-una din acele "calatorii". A intrebat un prieten, Dr. Jean Holroyd, seful programului intern de psihologie de la UCLA, unde ar fi putut sa invete mai multe despre aceasta tehnica.

Hal invatase aceasta metoda care era parte centrala in cursurile lui de specializare in Psihologia Jungiana. Recent el facuse la UCLA o demonstratie foarte impresionanta a acestei metode la care participase si Jean. Ea ii recomandase Sidrei sa-l contacteze pe Hal si sa se intalneasca cu el pentru cateva sedinte de specializare. Era in februarie 1972 cand Sidra s-a dus sa-l vada pe Hal facandu-i foarte clar faptul ca ea nu era interesata in terapie pentru ea insasi, nu era interesata in nimic care i-ar fi schimbat viata, ci dorea numai cateva sedinte de training ca sa devina mai eficienta in facilitarea acestui proces.

In primele sedinte Sidra a patruns foarte adanc pe taramul imaginatiei creative. Experienta ei initiala a fost initierea in misterele zeitelor antice. In aceste adancimi, s-ar putea spune, ca fusese locul unde noi doi ne intalniseam. Aproape imediat a devenit clar ca explorarea care avea loc era o explorare comuna- nu o relatie de men-

tor/student-si Hal a putut sa continue numai pe aceasta baza. In profunzimea unei astfel de munci, nu ar fi putut exista intre noi altceva decat egalitate. Incepusem sa ne impartasim reciproc procesul viselor additional procesului de vizualizare, si in cursul uneia dintre aceste sedinte incepusem sa vorbim despre cat de vulnerabili ne simteam amandoi si cat de nefamiliar ne era acest simtamant fiecaruia dintre noi.

Era in timpul acestei discutii, cand Hal sugerase Sidrei sa se mute in alt loc si sa devina acea vulnerabilitate in loc sa vorbeasca numai despre ea. A fost momentul resurectiei acestei metode de a vorbi subpersonalitatilor, partilor din noi. Termenul de Voice Dialogue nu exista inca. Asta a venit mai tarziu. In acest moment, jocul pe care Hal il jucase in trecut devenise ceva destul de diferit si astfel incepuse procesul de nastere a metodei Voice Dialogue.

Sidra isi aminteste acea prima experienta astfel :

Hal ma rugase sa ma mut intr-un loc si sa devin vulnerabilitatea. Stiam ca era lucrul potrivit. Aveam incredere in el. Aveam o incredere in el atat de profunda incat ma mutasem de pe canapeaua unde staturam, pe podea si mi-am asezat capul pe masuta joasa de cafea. Intr-o liniste deplina, mi-am permis mie insami sa patrund in (acel loc din mine care se simtea vulnerabil) vulnerabilitatea mea, si devenisem literalmente alcineva. Devenisem un copil mic care traia lumea intr-o maniera noua. Era o nemiscare deplina. Aveam sentimentul ca acea "Eu" care statea acolo fusese ascunsa toata viata intr-o pechera adanca si ca aceasta era prima data cand ea se simtea in siguranta indeajuns sa iasa afara. Lumea in jurul meu se schimbasesc, perceptiile mele devenisera mult mai acute, culorile si sunetele erau diferite, si puteam simti cum energia lui Hal sustinea un spatiu pentru mine(cu toate ca aveam sa mai treaca ceva ani, inainte ca noi aflam despre energetica relatiei). Acesta era un lucru total strain

mie ; eram obisnuita sa percep lumea intr-un mod rational, sensibil, si controlat. Am simtit ca in sfarsit intrasem in Teatrul Magic a lui Hermann Hesse!

Insusi Hal a fost copleșit de aceasta experienta. A putut simti ca se afla in prezenta unui copil si stia ca cea mai buna cale era sa nu spuna nimic. El era cu un copil pre-verbal- copilul era real, si subpersonalitatile erau reale. Cand Sidra a parasit locul ei de pe podea si s-a intors la locul ei de pe canapea- intoarcere catre ceea ce noi mai tarziu l-am numit Ego-ul Constient- am ramas amandoi in liniste. Realizasem amandoi ca se petrecuse ceva monumental.

Hal a trebuit sa astepte o saptamana pana ce Sidra i-a facilitat copilul lui. Experienta lui a fost foarte profunda. A fost inceputul aparitiei Micutului Harry, un element din viata sa total necunoscut lui pana atunci, si astfel se facea ca in



Colaborare din Anii de Timpurii 1983

loc de Sidra si Hal care explorau impreuna, eram acum patru la munca. Erau Sidra si Lisa, si erau Hal si Micutul Harry. Povestile si ideile

fiecaruia erau diferite.

Astfel ca munca incepuse cu ceea ce noi numisem Copilul Interior-dupa cunostinta noastra cel putin , noi eram primii care foloseau acest termen. Aceasta munca luase nastere dintr-o relatie in care evolua o iubire profunda si nu dintr-un context terapeutic. Acesti copii ai nostri erau reali si munca continua pe care am facut-o cu ei ne-a oferit posibilitatea de a largi si aprofunda explorarea noastra in comun. Nu eram numai extraordinar de uimiti de ceea ce se intampla, eram si extrem de entuziasmati. Daca acesti copii interiori erau reali cine altcineva se mai afla acolo ? La urma urmei, acolo in holul lung al Teatrului Magic erau multe usi de deschis. Iar noi ne-am pus in miscare eram pregatiti sa intalnim miriadele de subpersonalitati care incepeau sa-si faca aparitia in constiinta noastra.

Cativa ani ce au urmat noi am explorat foarte mult in aceasta maniera. In acest stadiu timpuriu nu exista practic nici teorie, nici Ego-ul Constient. Eram pur si simplu doi exploratori care erau foarte indragostiti si care nu aveau nici o idee incotro se indreptau vietile noastre. Stiam numai ca ceea ce se intampla era creativ, de o mare bogatie si original, si aceasta a aprofundat legatura pe care o avem unul cu celalalt la fiecare pas de-a lungul drumului. Noi inca mai foloseam procesul de vizualizare si ne impartaseam visele, insa in acest stadiu timpuriu entuziasmul procesului de dialogare ne posedase complet. Teoria avea sa vina mai tarziu.

Munca noastra cu relatia de cuplu incepuse cu o experienta foarte puternica si foarte devreme in aceste explorari. Una din vizualizarile de inceput ale Sidrei era cea a unei corabii Minoiane antice care naviga pe mari mitice. Ne aflam amandoi pe aceasta corabie. De sus de pe catarg, blazonul corabiei, un ochi de aur-ochiul lui Dumnezeu-veghea si ne proteja calatoria. In aceasta vizualizare ni s-a spus ca ne aflam intr-o calatorie

care nu ar avea sfarsit.

Aceasta insemna ca pentru noi nu exista o siguranta reala sau previzibilitate. Nu ne era permis sa ne stabilim un camin permanent ; nu ne era permis nici macar sa petrecem mai mult de o noapte pe uscat. Era cu adevarat inceputul calatoriei in relatia noastra- calatorie in care relatia a devenit invatatorul nostru.

Acesta nu este locul unde sa discutam munca noastra in detaliu ci doar sa relatam povestea si cum a evoluat, si care- dupa parerea noastra-sunt cele mai importante elemente implicate. Pentru a afla si a invata mai multe despre munca in sine, va sugeram cartea clasica, [Embracing Our Selves](#) ; sau daca preferati sa ascultati CD-uri, [An Introduction to Voice Dialogue, Relationship, and the Psychology of Selves](#) ; si, in final daca preferati sa ne vedeti si sa ne auziti, documentarul, [The Voice Dialogue Series](#).

AL DOILEA ELEMENT

Psihologia Subpersonalitatilor

INCEPUTUL TEORIEI

Este dificil sa ne amintim cum si cand consideratiile noastre toeretice au inceput sa se interpuna cu munca noastra profunda personala. Amandoi eram psihologi si practicam psihoterapia. Se intamplau lucruri si aveau loc schimbari cu o viteza remarcabila si, destul de natural incepusem sa ne organizam modul de a gandii in legatura cu evenimentele care se iveau.

Prima realizarea pe care o avusem era aceea ca aceste subpersonalitati din launtrul nostru se comportau ca niste oameni reali si ca ele trebuiau tratate cu cu respectul cel mai mare. Daca simteau ca erau judecate sau manipulate in vreun fel, ele se retrageau. Deasemenea devenise clar de la inceput ca pentru ca o subpersonalitate sa ramana cu facilitatorul, acel facilitator trebuia sa fie total prezent- subpersonalitatea necesita o

conexiune energetica puternica, legatura capabila sa il retina acolo. Aceasta am stiut-o amandoi cu mult inainte de dezvoltarea ulterioara mult mai sofisticata a energeticeii in Voice Dialogue. Era, in orice caz, un inceput.

Subpersonalitati Primare si Renegate

Foarte devreme in inceputul explorarilor noastre incepusem sa vedem ca noi suntem alcatuiti din subpersonalitati primare (primary selves)- un grup de subpersonalitati care defineste personalitatea noastra. Aveam cateva nedumeriri, intrebari, daca sa le numim subpersonalitati primare sau dominante si ne-am oprit la termenul de primare. Ni se parea atunci ca era o idee atat de simpla. Cum de nu fusesem capabili sa vedem aceasta mai devreme ? Cine credem noi ca suntem, este defapt un grup de subpersonalitati cu care ne-am identificat si aceste subpersonalitati au devenit persona (persoana) sau felul in care noi ne aratam lumii.

Urmatorul pas parea destul de natural si evident pe masura ce ne continuam munca unul cu celalat. Ori de cate ori ne identificam cu o subpersonalitate, de partea cealalta, egala si opusa se afla opusul acelei subpersonalitati. Aceasta subpersonalitate am numit-o subpersonalitatea renegata (disowned self). Nathaniel Brandon a fost primul care a inventat acest termen: the disowned self (subpersonalitatea renegata). Cand el vorbise despre subpersonalitatea renegata, el facea in orice caz referire la aceasta subpersonalitate ca reprezentand emotiile ce sunt renegate de catre oamenii care se identifica cu mintea si au in principiu o maniera rationala de abordare a vietii. Am discutat cu Nathaniel despre toate acestea si el era de acord ca noi sa folosim acest termen in munca noastra. Ii eram recunoscatori pentru aceasta larghete in chestiunea aceasta deoarece

termenii de renegat (disowned) si primar (primary) se potriveau impreuna atat de perfect.

In decursul primilor cativa ani, aceste idei incepuse sa se inchege destul de bine. La inceput, cativa ani am folosit ideea ca "Protectorul-Controlorul" este o subpersonalitate primara principala, subpersonalitate care a stabilit regulile de baza si era gardianul ce pazea portile de intrare in lumea noastra interioara. Noi vedeam "Protectorul/Controlorul" ca pe o subpersonalitatea ce aduna si organiza informatia despre lumea din jurul nostru astfel incat noi sa o putem intelege, subpersonalitate care ne proteja, si controla atat comportamentul nostru cat si mediul nostru inconjurator. Ne-a luat ceva timp pana ce am realizat ca fiecare subpersonalitate era un protector si un controlor in felul sau, ca fiecare isi avea modul propriu de a descifra lumea din jurul nostru, si ca fiecare subpersonalitate trăia conform unui set propriu de reguli. Protectorul-Controlorul ca atare este inca folosit de catre multi facilitatori si este inca foarte bine sa fie folosit cand se incepe sedinta de Voice Dialogue. Ne ofera imaginea a ceea ce clinicienii obisnuiesc sa numeasca structura de aparare fundamentala a personalitatii.

Noi, oarecum, nu gandim in termeni de aparare ; in schimb noi ne gandim la subpersonalitatile primare in termeni de adaptabilitate si creativitate a acestora- noi onorăm incercările lor de a contribui la starea de bine a unei persoane. Noi le-am vazut ca pe niste subpersonalitati care au fost parte centrala din supravietuire, obtinerea de rezultate, si abilitatea (oarecum limitata) de a ne relationa la ceilalti si, prin urmare trebuiesc privite mereu cu cel mai mare grad de respect.

Lucrul cu Opusele

Dupa entuziasmul de inceput al explorarii subpersonalitatilor individuale, si dupa ce ideile despre subpersonalitatile primare si cele renegate au inceput sa apara, incepusem in munca noastra impreuna sa lucram din ce in ce mai mult cu opusele (perechi de subpersonalitati opuse, contrarii). Aceasta s-a intamplat treptat, pentru ca in faza initiala a muncii noastre noua ne-a placut se ne concentram numai pe o singura subpersonalitate. Am petrecut o foarte mare parte din timp lucrând cu, Copilul Interior, Criticul Interior, Parintele Responsabil, Mintea Observatoare, si Protectorul/Controlorul. Si perioada de timp petrecuta vorbind cu subpersonalitatile renegate a fost grozava. Acele subpersonalitati erau mult mai aventuroase si furtunoase- adesea destul de intense-si de obicei necuviincioase.

In orice caz, am inceput sa vedem ca darul adevarat al muncii noastre nu era simpla discutie cu subpersonalitatile. In schimb am inceput sa simtim ca scopul real al muncii noastre era sa lucram direct cu subpersonalitatile opuse. Parea important sa invatam cum sa ne separam de subpersonalitatile primare, sa vorbim cu subpersonalitatile renegate, si apoi sa invatam sa stam intre cele doua subpersonalitati opuse (subpersonalitatea primara si cea renegata) si sa le simtim in același timp clar pe amandoua. Opusele erau cele care erau importante.

A fost nevoie de timp pentru ca aceasta schimbare sa apara in mod distinct deoarece discutia cu numeroasele voci, si in special cu cele renegate, era atat de amuzanta. Odata cu trecerea timpului, am pus din ce in ce mai mult accentul pe

munca dintre subpersonalitatile opuse. *Ceva insa lipsea- trebuia sa abordam tema unui model de constiinta care ar fi putut include toate acestea.*

AL TREILEA ELEMENT

Modelul Conștiinței

NOUA DEFINITIE A CONSTIINTEI

Vechile modele ale constiintei nu prea se potriveau pentru ceea ce vroiam noi. Stiam ca aveam nevoie de ceva nou, insa nu eram prea siguri ce anume era sa fie. Ne amintim cum strabatand cu masina o vale mare, ne intrebam cu glas tare ce anume ar putea fi acel lucru care s-ar putea afla in spatele subpersonalitatilor care sa preia conducerea vietii ; si ce anume am putea noi face sa includem si dimensiunea spirituala in acest model. Am tot incercat, insa nimic nu ne oferea ceea ce cautam. Acest lucru avea de asteptat.

In final ne-am uitat la termenul "Ego". Ego-ul fusese vazut dintotdeauna ca agentul director al personalitatii si este un termen excelent, cu o istorie lunga. El este descris adesea ca fiind functia executiva a psihicului. Este acel "Eu" la care noi ne referim, atunci cand vorbim despre noi insine.

Ceea ce am inceput sa realizam era ca acest Ego-atotputernic este defapt un grup de subpersonalitati primare care impreuna ne conduc vietile noastre si ne guverneaza personalitatea fara ca cineva sa stie lucrul acesta. Poate fi Minte Rațională, Stimulatorul (Pusher)- cel care ne determina sa efectuam o actiune-; Serviabilul (Pleaser), Parintele Responsabil, Independentul, Rebelul-este acela/aceea care credem noi ca suntem- este oricare dintre subpersonalitati care ne dirijeaza vietile noastre. Noi ne-am decis sa denumim acest grup de subpersonalitati-

traditionalul Ego- "Ego Operator".

Apoi a trebuit sa elaboram un nume nou care sa descrie ceea ce se intampla in Voice Dialogue cand noi ne separam de o subpersonalitate primara si ne reintoarcem in centru. Acel centru, acel spatiu, nu mai era ocupat de catre Ego-ul Operator traditional. Noul termen pe care l-am folosit era Ego-ul Constient. Am constat ca Ego-ul Constient este defapt un Proces si ca acest proces evolueaza si devine din ce in ce mai puternic odata cu munca continua. Ceea ce ne-a devenit din ce in ce mai clar era ca Ego-ul Operator este si va fi aici mereu insa isi v-a ceda treptat puterea Procesului Ego-ului Constient pe masura ce noi ne separam din ce in ce mai mult de subpersonalitatile primare si integram din ce in ce mai mult subpersonalitatile renegate.

Acum, un nou mod de a privi constiinta incepu-se sa-si faca aparitia.

Noi am observat trei nivele in procesul constiintei. *Primul a fost nivelul de Constientizare (Awareness). Acesta exista de foarte mult timp. Adesea se face referire la el ca fiind starea de martor in meditatie. Aceasta stare ne da abilitatea de a face un pas inapoi, a ne distanta, si de a privi imaginea intreaga. Acest martor nu actioneaza. Nu este nici atasat de rezultat.*

Al doile nivel in procesul constiintei incepu-se sa-l vedem ca fiind defapt experimentarea subpersonalitatilor, experienta, trairea vietii insasi. Constientizarea nu traieste ceva, nu experimenteaza. Ea este martora. Constientizarea fara experienta, fara traire, ne izoleaza de viata. Experienta, trăirea fara constientizare, ne ține inchisi in regatul animal. Amandoua, constientizarea cat si trairea, sunt esentiale in procesul continuu al constiintei.

Apoi a aparut elementul cel nou. Cineva trebuie sa ne traiasca vietile ; cineva trebuie sa ne conduca masina noastra (psihologica). Cineva trebuie sa utilizeze darul constientizarii si comoara experientei si, pentru noi,

acel cineva sau ceva a fost Egoul Constient sau, si mai acurat, Procesul Egoului Constient. Ne-am dat seama ca acesta era un proces dinamic continuu care se schimba mereu, ca nu exista un asemenea lucru static ca si un Ego Constient.

Practic, peste ani am ajuns sa vedem cum constiinta insasi este un proces- cu toate cele trei nivele ale constiintei, reprezentand un proces evolutiv distinct si individual.

Onorarea Subpersonalitatilor Primare

In acei ani de inceput noi am invatat foarte multe despre subpersonalitatile primare iar invatarea nu a incetat niciodata. De la inceput noi am inteles un lucru care ne-a fost de mare folos in toti acesti ani. Subpersonalitatea primara trebuie intotdeauna onorata. In practica de Voice Dialogue aceasta este probabil una dintre cele mai importante recomandari pe care o putem face. Subpersonalitatea primara este aliatul facilitatorului. Amandoi au la inima interesele si starea de bine a clientului si trebuie sa existe un respect reciproc si o intelegere profunda intre subpersonalitatile primare si facilitator.

Ceea ce am invatat inca de la inceput practicand Voice Dialogue, are insa implicatii mult mai profunde in viata de zi cu zi. Avem de a face intotdeauna cu oameni, si in esenta avem de a face intotdeauna cu subpersonalitatile lor primare. Stiind acest lucru ne poate scuti de multa nefericire.

Cu multi ani in urma chiar la inceputul muncii noastre impreuna, ne aflam la o adunare sociala si un psiholog mai degraba traditional, ne-a intrebat despre munca noastra. Neapreciind inca cu adevarat cat de important era sa onoram subpersonalitatile primare in "lumea reala", ne-am deschis lui si i-am impartasit ideile si munca noastra. El a devenit foarte judecator pe masura ce ne chestiona agresiv in legatura cu baza empirica a muncii noastre, si a vrut

vrand sa stie exact ce tip de experimente am creat si am pus in practica. Ne-a acuzat ca am inventat aceste subpersonalitati si ne-a amenintat vag de practicare neglijenta a meseriei, rau intentionata. Noi suntem dintre cei care invata repede si din aceasta experienta am invatat sa simtim oamenii mult mai atent si sa exploram natura subpersonalitatilor lor primare inainte de a ne impartasi ideile si sentimentele noastre. Noi am incercat cat se poate mai bine sa nu ne impartasim munca noastra la oameni care nu sunt pregatiti sa asculte. Dupa cum spunem mereu, "Noi ne ducem numai acolo unde usa este deja deschisa". Dupa aceasta experienta am fost mult mai precauti. Am inceput sa verificam invitatiile primite si inainte de a vorbi unui grup nou, ne-am dat silinta sa sa determinam natura sistemului subpersonalitatilor primare care domina in acel grup, clinică sau centru. Acest gen de senzitivitate a fost important in mod particular cand lucram in alte medii culturale. Este important sa cunosti regulile si sa folosesti limbajul si conceptele care nu polarizeaza cu subpersonalitatile primare. Aceasta atentie indreptata catre subpersonalitatile din mediul nostru inconjurator ne-a scutit de nenumarate neplaceri- atat profesional cat si personal.

AL PATRULEA ELEMENT

Teoria Modelelor de Relationare

SUBPERSONALITATILE SI RELATIA

Noi redam o varianta scurta a cadrului nostru teoretic. Acest material este disponibil mai detaliat in [cartile noastre](#), [CD-uri](#) si [DVD-ul](#) nostru documentar. In acest articol noi facem o tentativa de a va oferi o imagine de ansamblu a originii muncii noastre. Cineva care a lucrat cu noi numai pe la sfarsitul anilor 70 sau in anii 80 poate avea acum doar o idee foarte limitata despre ceea ce facem noi astazi. Nici noua si nici

inconstientului nostru nu-i place stagnarea. Cand se ivesc idei noi sau metodologia se schimba noi le lasam sa se schimbe. Cateodata nici nu am fost constienti de o schimbare, a evoluat pur si simplu natural. Pentru multi oameni care privesc aceasta intâmplându-se este derutant. Pentru noi este foarte incitant sa vedem cum aceasta munca evolueaza, si sa lasam pe fiecare sa fie parte integranta a acestui proces.

In 1972 ne-am intalnit si in 1977 eram casatoriti. Acest articol nu se refera la viata noastra personala. Am crescut cinci copii care se aflau la mijloc si munca personala pe care o faceam unul cu celalalt ne-a ajutat sa ne intelegem rolurile noastre parentale. Acestea se intamplau in acei ani cand Sidra era Directorul Executiv al Casei Hamburger, un centru rezidential de tratament pentru fete adolescente si Hal era Directorul Executiv al Centrului de Arte Vindecatoare. Vietile noastre profesionale erau complet separate, inasa munca noastra impreuna si evolutia gandirii noastre

erau aspecte centrale in vietile noastre.

Acei cinci ani de munca au clarificat relatia noastra si au facut posibila casatoria noastra. Foloseam Voice Dialogue in practicarea profesiei noastre iar Hal incepuse sa tina cursuri despre acest proces la Centrul unde lucra. Ne devenise din ce in ce mai clar ca subpersonalitatile proprii interactionau constant cu subpersonalitatile celeilalte persoane. Odata cu casatoria noastra, in orice caz, unele dintre interactiunile dintre noi luase o intorsatura destul de acra. Vechile dinamici, vechile tipare de comportament au inceput sa apara pe neasteptate, inasa cu noul partener-un partener care era total diferent de cel anterior. Ne adresam unul celuilalt cu numele fostilor parteneri. Ne judecam unul pe celalalt-adesea, pentru aceleasi calitati care la inceput ne atrasesera la celalalt. Literalmente devenisem doi oameni diferiti : plini de judecata, inchisi, si fara umor. In spatele tuturor acestora era un sentiment vag de tradare, neputinta si disperare.



Cursuri in Olanda 1987

Ce se intampla ? Era casatoria neaparat sfarsitul iubirii ? Trebuia sa fie o cale de a intelege aceste interactiuni dureroase si divizive, de a le controla intr-un oarecare fel. Ne vroiam relatia noastra de la inceput inapoi. Stiam ca subpersonalitatile cu care lucrasem cu cativa ani in urma aveau de a face cu aceasta. Pentru noi era evident ca un set de subpersonalitati luasera conducerea relatiei noastre. Nu mai exista nici un “noi”, nu mai era nici o conexiune, si copiii vulnerabili care erau o parte a relatiei noastre inca de la bun inceput nu mai erau nicaieri de gasit.

Acesta a fost inceputul a trei luni remarcabile de explorare intr-o noua maniera. Am examinat subpersonalitatile care luasera conducerea in relatia noastra si am incercat sa ne dam seama ce se intampla defapt. Am notat si am diagramat toate interactiunile negative care au avut loc intre noi. Am facut aceasta in repetate randuri pana cand un model, un tipar incepuse sa iasa la iveala. Incepusem sa vedem cum aceste interactiuni negative urmau un tipar, un model de baza prestabilit, simplu, care se repeta.

Hal s-ar fi infuriat pe Sidra si subit el nu mai era deloc Hal, el era un tata rece si judecator care ii vorbea ei. Ea devenea o victima/fica defensiva si se certa inapoi cu el. Apoi, cat ai clipi din ochi, ea devenea o mamă judecatoare-retrasa, critica si rece- si desi Hal devenea fiul ranit si vulnerabil al mamei sale crude, totusi tatal cel judecator din el o ataca. Erau intotdeauna patru subpersonalitati (sau seturi de subpersonalitati) implicate. Rejucasem acest scenariu in repetate randuri inasa acum incepeam sa vedem tiparul, sablonul dupa care se desfășura scenariul. Am cautat apoi toate subpersonalitatile implicate in aceste interactiuni. Unele erau mai evidente decat altele. Dar intotdeauna erau toate acolo.

Noi am numit acest model, “model de relationare” - bonding pattern- recunoscand faptul ca acesta era in principiu un set de

interactiuni parinte/copil. Deasemena am simtit ca numindu-l asa era o cale de a-l onora,ca fiind ca fiind un model de relationare normal in contrast cu unul patologic. In acei ani, am privit aceste modele, in principiu ca pe o interactiune dintre subpersonalitatile puternice si subpersonalitatile lipsite de putere. Pe masura ce timpul trecea, punctul nostru de vedere asupra acestei chestiuni s-a clarificat ; natura interactiunii parinte/copil devenea mereu si mai aparenta si am ajuns sa privim acest model de relationare ca fiind modelul standard de baza din toate relatiile, de orice gen.

Am descoperit si alte constante in aceste interactiuni. Toate modelele de relationare luase nastere din negarea, sau renegarea vulnerabilitatii. Aceasta negare lua multe forme, inasa era intotdeauna prezenta. Cand interactiunile noastre deveneau negative, puteam depista urma unui moment anterior cand noi pierdeam contactul cu nucleul vulnerabilitatii noastre (sau ceea ce noi am numit Copilul Interior). Ceva se intamplase, si l-a ranit, l-a speriat si noi am ignorat acest fapt ; in schimb reactionasem mai degraba intr-o maniera de adult. Renegasem in principiu copilul nostru vulnerabil. Daca am fi putut mentine contactul cu acel copil, (sau cu vulnerabilitatea noastra) si puteam avea grija de acest lucru direct, aceste modele negative (negative patterns) si-ar fi pierdut puterea ; nu ar fi fost nevoie intre pe rol.

Cealalta constanta era un truism, pe care il recunoscusem inca de la primele explorari ale subpersonalitatilor. Indiferent ce judeci, acel lucru este o subpersonalitate renegata care face parte din tine. In interactiunile acelea negative, sau in tiparele de relationare, judecatile noastre izbucnesc ca o flacara si acapareaza centrul atentiei. Ne-am uitat cu mare atentie la acest lucru. Treptat ne-a devenit clar ca in timp ce reactionam negativ unul catre celalalt, dadeam

expresie defapt subpersonalitatilor proprii renegate. Daca am fi recunoscut acest lucru, l-am putea folosi ca pe o invatatura in relatia noastra personala- si puteam ajuta si pe altii sa vada acest lucru in relatiile lor.

A fost aproape dureros sa realizam acest lucru. Speraseram sa fi trecut de asta. In afara de asta, judecatile noastre erau amuzante. Era un sentiment atat de minunat sa-l pui pe celalalt la zid cu o critica brilianta si cu faptul ca ai dreptate fara nici o indoiala. Era atat de minunat sa simti ca ai dreptate absoluta. Daca insa judecatile noastre sunt reflectari ale propriilor subpersonalitatilor renegate, atunci unde mai este amuzamentul? Cum sa simti ca ai absoluta dreptate in mijlocul unui “dans in care Eu am dreptate”, in totala cunostinta de cauza a faptului ca tu defapt iti ataci propria subpersonalitate sau propriile parti renegate ?

Am avut cateva schimburi furtunoase si retrospectiv amuzante in perioada de lucru la teoria modelului de legatura. Intr-o seara pe la ora 23 :00 inca ne certam asupra unui anumit model de legatura si Sidra in final a spus ca era extenuata si se duce la culcare. Hal a continuat sa lucreze la acel model, mocnind in sufletul sau de judecatile lui si furiros pe comentariul Sidrei ca, el nu era in Ego Constient. Dupa 10 minute Hal a dat buzna in dormitor si cu mare gratie si demnitate a strigat la ea : “Si eu sunt deasemenea intr-un Ego Constient”. Am ras amandoi si asta a fost sfarsitul aceluia sablon. Asa de serpuitor este drumul co-explorarii constiintei.

In timpul acesta entuziasmul nostru era enorm. Ceea ce incepea sa-si faca aparitia era ceva destul de nou. Era ceva care era eficace in viata noastra zilnica. *Teaching in Holland 1987*
Era o cale simpla, precisa si eleganta de a privi relatia noastra, care emana o siguranta si balanta matematica. Mai tarziu am inceput sa ne gandim la

aceasta ca fiind un fel de tehnologie a relatiei.

Entuziasmul nostru in legatura cu toate acestea a fost amplificat cand am realizat ca teoria modelului de relationare ne-a oferit un mod foarte creativ (si non-patologic) de a aborda transferul (transference). Aceleasi principii operau si in tranfer. Singura diferenta este ca o numim transfer pentru ca suntem platiti (ne practicam meseria de psihoterapeut) si o numim model de relationare cand nu suntem platiti. Noi am numit aceasta, “Psihologia Transferului” (Psychology of the Transference). Gratificarea provenita din descoperirea modelelor de relationare a venit imediat. Ne-am simtit mai bine. Sentimentele de iubire si intimitate au revenit. Bineinteles, a trebuit sa ne obisnuim cu pierderea sentimentului “Eu am dreptate” (sentiment atat de delicios si seductiv) dar eram mult mai fericiti unul cu celalalt.

Evadarea dintr-un mod de interactiune negativa are in sine ceva minunat de eliberator. Si a schimbat total natura felului de a lucra cu cei in cuplu, facandu-l mai degaraba o bucurie decat un cosmar. Prin invatarea oamenilor despre modelele de relationare si apoi lucrând cu subpersonalitatile, se crease o cale minunata de schimbare pe care am folosit-o pentru noi insine cu o eficienta crescatoare.

Mult mai tarziu am inceput sa ne ocupam de modelele de relationare pozitiva si sa realizam cum adesea acestea aranjeaza, pregatesc scena pentru aparitia celor negative.

AL CINCILEA ELEMENT

Psihologia Ego-ului Constient

O ABORDARE PSIHO-SPIRITUALA A CONSTIINTEI BAZATA PE REALITATEA ENERGETICA

Avand acum stabilita teoria modelelor de relationare si re-definirea constiintei care ne furniza un model ce parea efectiv in timp, am inceput sa ne gandim printre altele la schimbarea titlului muncii noastre in Psihologia Ego-ului Constient.

Realizam din ce in ce mai mult ca nucleul, esenta muncii noastre nu era de a vorbi subpersonalitatilor. Acest lucru era important dar nu atat de mult precum dezvoltarea unui Proces al Egoului Constient. Acest lucru era cu adevarat cheia genului de schimbare pe care o cautam noi.

Noi am vazut ca oamenii puteau vorbi la nesfarsit cu subpersonalitatile dar pana nu era o separare reala si o dez-identificare de subpersonalitatea primara, schimbarile obtinute se pierdeau foarte usor. *Am vazut ca fara un Proces al Egoului Constient, subpersonalitatea primara ar recastiga in mod automat controlul. Procesul Egoului Constient se desfasoara in orice pereche de subpersonalitati opuse.* Cateva din seturile comune de subpersonalitati opuse sunt, putere si vulnerabilitate, activ si pierde vara, gandire si simtire, control si degajare.

Exista o multitudine de perechi opuse iar Procesul Egoului Constient se iverse de fiecare data dintr-un set de perechi opuse. Claritate intr-o arie nu inseamna claritate in toate ariile. De exemplu, cineva dezvolta un proces al Egoului Constient care este capabil sa mentina tensiunea dintre doua subpersonalitati opuse cum ar fi mentalul si simtirea- si in acelasi timp- sa nu detina un Proces al Egoului Constient cand este vorba de spiritualitate. Acelasi individ care face o treaba atat de buna imbratisand atat sentimentele cat si gandirea, sa fie inca total identificat cu spiritualitatea si sa respinga subpersonalitatile obisnuite sau instinctuale.

Pentru ca o persoana care este identificata cu spiritualitatea sa dezvolte un Proces al Egoului Constient in legatura cu spiritualitatea, el sau ea ar trebui sa lucreze la separarea de subpersonalitatea spirituala astfel incat sa existe un Proces al Egoului Constient care sa vada si sa experimenteze spiritualitatea dar sa nu fie identificat cu ea. Aceasta separare poate fi foarte dificila insa noi am descoperit o subpersonalitate cu adevarat fas-

cinanata pe care o numim “stimulatorul spiritual” care conduce viata multor cautatori spirituali.

Dupa separarea de aceasta subpersonalitate spirituala (sau cautatorul spiritual) ar urma incercarea de a descoperi si de a integra “lenevia” spirituala, subpersonalitatea “obisnuita”, si instinctualul.

Invers, cineva care respinge spiritualitatea dintr-o subpersonalitate primara care este rationala si mentala trebuie sa invete sa se separe de mintea rationala astfel incat Egoul Constient sa inceapa sa vada mintea rationala ca pe o subpersonalitate /sistem energetic separat. Aceasta separare face loc pentru ca subpersonalitatile spirituale sa poata iesi la iveala si sa poata fie imbratisate cum se cuvine. La acest moment avem un Ego Constient care sta intre mintea cu reguli si experiente mai mult pamantene si, regatul numinos si experientele lumii spiritului.

Din cand in cand aceasta se simtea ca si cum am fi condus tribunalul de divort. In acest cadru de lucru noi ajutam oamenii sa invete cum sa “divorteze” de subpersonalitatile lor primare. De indata ce o persoana este divortata de o subpersonalitate primara, Egoul Constient poate invata cum sa foloseasca acea energie intr-un mod constient. Nimic nu se pierde. Subpersonalitatea primara incepe sa opereze sub egida unui Ego Constient care detine toate informatiile si inputul de la subpersonalitatea primara dar, aditional la acestea, are informatia si inputul de la subpersonalitatea sau subpersonalitatile opuse.

Noi am incercat sa va redam sentimentul unui proces continuu in care ne aflam noi in timp ce munca noastra se dezvolta. Focusul pe Egoul Constient a schimbat dramatic natura procesului lui Voice Dialogue. Indiferent ce munca am face cu subpersonalitatile, focusul primar este acum de a sustine Egoul Constient si procesul lui evolutiv. Aceasta transformare a muncii, este cea care misca sistemul spre scena mai mare a lumii. Devine acum mai mult o filozofie a vietii. Totusi,



Cursuri in Franta 1989

ramane in acelasi timp un sistem pe care oricine il poate integra in munca lui si care nu este opus si nici nu luptă impotriva vreunui sistem psihospiritual.

Importanta Procesului Egoului Constient

Speranta noastra este ca toti facilitatorii si indrumatorii (teachers) de Voice Dialogue sa detina o intelegere de baza a Procesului Egoului Constient. Daca aceasta intelegere este acolo, atunci aplicarea Psihologiei Subpersonalitatilor si utilizarea in sine a metodei Voice Dialogue va fi mult mai efectiva. Activarea deliberata a unei subpersonalitati sau a unui sistem energetic este un mod foarte captivant de a face uz de Psihologia Subpersonalitatilor. Insa noi nu privim acest lucru ca fiind Voice Dialogue. Pentru noi, Voice Dialogue- aditional lucrului direct cu subpersonalitatile- include o experienta a perechilor de

subpersonalitati opuse si un Proces al Egoului Constient.

In final, acum cativa ani in urma, ne decidem sa nu schimbam oficial numele muncii noastre in Psihologia Egoului Constient. Voice Dialogue, Relatiile si Psihologia Subpersonalitatilor au dobandit o recunoscunoastere a numelui atat de mare incat ne decidem sa le lasam asa. Perceptia noastra este ca printre practicienii profesionisti si invatatori are loc o crestere progresiva de uz al termenilor “Procesul Egoului Constient sau Psihologia Egoului Constient” si poate ca in cele din urma aceasta schimbare de nume ar putea avea loc de la sine.

Egoul Constient si Spiritualitatea

Suntem intrebati adesea: “Care este relatia dintre Egoul Constient si spiritualitate ?” sau “Cum abordeaza Voice Dialogue tema spiri-

tualitatii ?” Am dori sa profitam de aceasta oportunitate si sa abordam aceste intrebari.

Pentru noi, este important de inteles ca spiritualitatea are doua componente diferite care trebuie sa fie luate in considerare separat. O componenta a spiritualitatii are de a face cu regulile. A doua componenta are de a face cu experientele transcendente- experienta lui Dumnezeu, experienta Inteligentei Supreme, experienta Transpersonala sau oricare alt nume ce exprima cel mai bine experienta, trairea care trece dincolo de constiinta obisnuita si, pe care cuvintele nu o pot descrie.

In general, in dezvoltarea institutiilor religioase exista la inceput experienta transcendentală si apoi lua fiinta un ansamblu de reguli care sustin aceasta experienta si care o fac accesibila si celorlalti. Aceste reguli devin de obicei mult mai numeroase si puternice pe masura ce timpul trece si in cele din urma ele ar putea camufla experienta originala. Pentru noi, experienta transcendentală este un dar foarte real si glorios. Cine anume in noi primeste acest dar si ce anume face cu el, poate varia. Cand o subpersonalitate primeste acest dar- sa presupunem ca e o subpersonalitate spirituală- atunci acea subpersonalitate dezvolta de obicei o serie de reguli si asteptari cu privire la aceasta experienta. Si acea subpersonalitate judeca alte subpersonalitati care sunt diferite si polarizeaza impotriva oricui si a orice care nu se incadreaza in acele asteptari si nu urmeaza acele reguli.

Noi vedem aceasta ca fiind un mod in care evolueaza numeroase institutii religioase sau oameni spirituali. Experienta originala este preluata de o subpersonalitate primara (sau de subpersonalitatea primara a grupului) care o pazeste si tine la distanta orice ar putea sa o distruga. Numai energia acelei subpersonalitati specifice este considerata buna si trebuie sa te

daruiesti, acestei subpersonalitati si regulilor ei. Noi stim ca se poate obtine mult prin acest mod de daruire, de cedare ; aceasta este premiza de baza a relatiei Guru/discipol. Discipolul se daruieste Gurului si- facand aceasta- poate primi darul experientei transcendente.

In contrast, Egoul Constient cedeaza tuturor energiilor si subpersonalitatilor. Aceasta este destul de diferit de a ceda numai energiilor spirituale. Aceasta inseamna foarte simplu ca Egoul Constient se angajeaza sa asculte, sa vada si sa simta toate subpersonalitatile diferite. Nu exclude pe nici una. Cand o subpersonalitate incepe sa domine, este treaba Egoului Constient sa gaseasca opusul sau opusele din partea cealalta si sa ia deasemena in considerare si inputurile acestora. In acest sens Egoul Constient este, ca un dirijor de orchestra care ureaza bun venit tuturor instrumentelor si apoi foloseste contributia lor individuala pentru a canta cantecul sufletului.

A invata sa ne lasam in grija tuturor subpersonalitatilor, sa le acceptam pe toate, necesita o munca constanta cu judecatile noastre negative catre oameni (si lucruri) si inseamna sa ajutam Egoul Constient in evolutia lui constanta catre claritate. Ori de cateori noi simtim judecata catre cineva sau ceva, stim ca suntem intr-o subpersonalitate primara pentru ca judecatile provin dintr-o subpersonalitate, nu din Egoul Constient.

Ati putea intreba “Dar cum stii cand esti in Egoul Constient ? Cum stii ca este un Ego Constient acela care cedeaza in orice moment ? Nu s-ar putea sa fii pacalit de Minte care iubeste sa actioneze ca si cum ar fi Dumnezeu sau orice alta subpersonalitate primara” ?

Raspunsul este ca, nu stim. Cu exceptia unor momente scurte, nu stim cand suntem intr-un Ego Constient. Daca subpersonalitatea

ta responsabila tocmai fusese facilitata si poti simti separarea de ea, cel mult poti spune ca in acest moment are loc un process al Egoului Constient in legatura cu responsabilitatea ; in acest moment aveti un anumit nivel de intelegere a subpersonalitatii responsabile si o oarecare separare de ea.

Un al doilea raspuns este acela ca, atunci cand suntem convinsi ca actionam dintr-un Ego Constient, defapt nu actionam din el. Cel mai probabil, suntem identificati cu o subpersonalitate spirituala, mintea rationala sau controlorul. Toate aceste subpersonalitati au un simt de autosiguranta, si le place sa deghizeze in Ego Constient.

Pe masura ce Egoul Constient se pleaca adanc in fata diferitelor zei si zeite, la lumina si la intuneric, la cer si la pamant, la bun si rau, la trup si spirit, la cunoscut si necunoscut, el imbratiseaza cele doua opuse. El este mai

cu adevarat Calea de Mijloc.

Noi vedem Egoul Constient ca urmand principiile Inteligentei Universului. Aceasta inteligenta se poate manifesta in diverse moduri. Nu este in nici un caz personala, cu toate ca pentru unii dintre noi se poate manifesta prin relatiile noastre personale. Altii o pot vedea cu extrema claritate in procesul de visare. Pentru altii ea se poate manifesta in meditatie sau practica spirituala. Pentru multi oameni de stiinta ea se manifesta in principiul organizator care actioneaza in lumea materiala si- la o scara mare- in galaxii. In tot cazul, Egoul Constient trebuie sa se supuna realitatii acestei inteligente superioare si cum poate fi ea perceptuta atunci cand actioneaza in universul personal al lui sau al ei.

Pentru noi, Egoul Constient trebuie deasemenea sa cedze modului prin care aceasta inteligenta superioara opereaza in relatiile

In Australia Centrala 2002



degraba “si” decat “sau/ori/nici”. El reprezinta umane. El trebuie sa accepte idea ca oricine

din viata noastra este pentru noi un potential invatator. Reactiile oamenilor trebuie luate in serios, asa intelegem noi. Si invatam sa folosim judecatile noastre negative asupra oamenilor ca pe un mijloc de a invata sa descoperim propriile noastre subpersonalitati renegate.

Egoul Constient este o expresie a procesului constiintei psiho-spirituale. Egoul Constient are slujba de imbratasa lumea Spiritului in toata gloria lui si, pe de alta parte, lumea materiei fizice, a emotiei, a pasiunii, si a realitatilor psihologice si mentale.

Pentru noi, este important sa nu confundam constiinta cu spiritualitatea.. Procesul constiintei include spiritualitatea. Spiritualitatea nu contine neaparat procesul constiintei. Spiritualitatea nu include materia sau energiile instinctuale. Din aceasta cauza atat de multi oameni din traditia spirituala pierd legatura cu instinctele si corpurile lor. Un Ego Constient ne cere sa facem munca spiritului, munca relatiilor si a lumii fizice. In ceea ce ne priveste pe noi insine, putem spune ca a fost si continua sa fie o incantare sa ne petrecem vietile in acest gen de explorari.

Aplicabilitatea din Diverse Domenii

Oamenii folosesc Voice Dialogue si Procesul Egoului Constient in numeroase cadre de lucru foarte diferite si cu diverse genuri de clienti. Consultantii manageriali au gasit o cale de a folosi tehnica Voice Dialogue si conceptele Psihologiei Subpersonalitatilor si a modelelor de relationare (bonding patterns) in cadrul de lucru al afacerilor, cu indivizi care nu sunt absolut deloc interesati de tema constiintei. Ei au tradus limbajul pe care noi il folosim aici astfel incat el sa functioneze intr-un cadru de referinta diferit si pentru un set diferit de subpersonalitati primare.

Coaches sau consultantii manageriali ar putea de exemplu, sa vorbeasca despre “obisnuite (traditionale)” sau “strategii familiare” versus “potential

creator neexplorat” in loc sa vorbeasca in termeni de subpersonalitati primare versus subpersonalitati renegate. Probabil ca ei nu folosesc un termen ca “Ego Constient” pentru ca un asemenea limbaj nu ar putea fi acceptat in lumea businessului. Asa ca ei improvizeaza- destul de brilliant- si multi au inregistrat un mare succes.

Unul dintre indrumatorii nostri majori se focuseaza pe ceea ce noi numim energia “a fi” pentru ca ea simte ca aceasta este extrem de importanta. Altii folosesc aceasta energie “a fi” ca pe un vehicul in declansarea, energiilor spirituale.

Alti indrumatori sunt specializati in munca cu subpersonalitatile implicate in adictie. In domeniul medicinei Vestice, exista cercetatori care au inceput sa investigheze aspectele neurobiologice ale constiintei, meditatiei si ale subpersonalitatilor.

Intr-un alt domeniu cu totul diferit, aceasta munca s-a dovedit extrem de valoroasa pentru trainingul actorilor. Acolo, deasemenea, sunt folosite cuvinte diferite care se potrivesc cerintelor unei anumite situatii. Exista chiar un instructor de Tango de renume international care foloseste energetica acestei munci in trainingurile sale cu dansatorii competitivi.

Exista nenumarate moduri de a lucra cu subpersonalitatile si noi suntem incantati sa privim creativitatea si diversitatea acestor moduri noi de abordare.

Body Dialogue-Dialogul Corpului : Munca J. Tamar Stone

Acesta este locul ideal de a introduce inovatiile **J.Tamar Stone**, fica lui Hal, care a adaugat o noua dimensiune la aceasta munca. Pe cand avea 20-30 ani Tamar lucra la Blue Cross (Crucea Albastra) si era foarte angajata intr-o cariera de afaceri. Planurile ei au fost intrerupte cand s-a imbolnavit de artroza reumatoida. Simptomele ei erau atat de severe incat ea a abandonat planurile acele profesii si s-a devotat procesului propriu de

vindecare.

Tamar a ales la vremea aceea sa nu urmeze calea medicala ortodoxa care este in general prescrisa pentru aceste genuri de artrite. Ea a gasit un medic care era deschis la ideea ca ea sa incerce diferite modalitati de tratament si astfel incepuse o remarcabila calatorie de explorare si vindecare care a durat cinci ani in faza activa, dar care in realitate a continuat pana in ziua de azi.

Tamar a fost deschisa pentru psihoterapie pe termen nedelimitat, diverse forme de medicina complementara si, anumite aspecte ale medicinei Vestice (traditionale). Ne-a luat pe toti cu ea in calatoria ei. Hal, in special, a fost incantat de munca cu multi dintre oamenii pe care Tamar i-a descoperit in explorarile proprii. Fara recomandările ei, date lui Hal in mod constant in privinta sanatatii de-a lungul anilor, este foarte posibil ca el sa nu fi fost atazi aici.

Treptat, din experienta profunda prin care ea trecea in procesul vindecării, Tamar a inceput sa dezvolte un gen de conexiune foarte speciala si diferita cu trupul ei. Corpul ei devenea mult mai real pentru ea decat pentru multi dintre noi care nu petrecem prea mult timp in a ne simti corpul. Ea incepuse sa-si mute centrul atentiei profesionale catre psihologie si sa foloseasca Voice Dialog ca pe una din modalitatile centrale in calatoria ei spre vindecare. Peste ani ea a devenit una din indrumatoarele seniore de Voice Dialogue.

Ceea ce deasemenea incepuse sa evolueze, era un aspect nou si diferit in Voice Dialogue, aspect pe care Tamar l-a numit Body Dialogue (Dialogul Corpului). Ceea ce realizase ea din experienta proprie, era faptul ca trupul avea o voce care putea vorbi pentru sine. Deasemenea ea a descoperit ca multe parti individuale ale corpului erau capabile sa vorbeasca si sa dea informatii specifice si indrumari.

Mult mai semnificant este ca, Tamar incepuse

sa receptioneze faptul ca, corpul fizic poarta o inteligenta si ca noi putem activa aceasta "inteligenta a corpului" si astfel putem primi informatii si indrumari remarcabile. Procesul muncii cu corpul in acest mod, incepuse lent si peste ani s-a dezvoltat in ceea ce noi consideram o contributie majora in Voice Dialogue si Psihologia Subpersonalitatilor.

AL SASELEA ELEMENT

Energetica Relatiei

INVETI SA CANTI LA PROPRIUL INSTRUMENT

Au existat foarte multe perioade de mare entuziasm in aventurile noastre impreuna din timpul dezvoltării acestei munci. Unul dintre cele mai profunde si mai gratificatoare lucruri a fost cu siguranta Energetica in Voice Dialogue si a Psihologiei Subpersonalitatilor. Hal a fost introdus pentru prima data in lumea energeticii in 1974 prin intermediul lucrării lui William Brugh Joy cand el isi facuse prima sa aparitie publica la conferinta de vara de la Centrul de Arte Vindecatoare. A fost cu adevarat un moment seminal in lumea constiintei, un numar mare de studenti se adunase ciorchine in jurul lui Brugh si le-a fost prezentat domeniul energeticii corpului si li s-a aratat cum sa lucreze cu energiile.

La timpul acela, energia avea de a face cu vindecarea. Hal nu era interesat sa devina un vindecator per se, inasa prin Brugh i s-a deschis lumea energiei si, in decurs de cativa ani, el a dezvoltat un stil propriu de lucru cu energia pe care el l-a numit curatarea campului (field clearing). Munca cu energiile a fost dintotdeauna o parte semnificativa din vietile si munca noastra si ne-a ajutat sa trecem prin incercari dificile atat acasa cat si, probabil mult mai important, in calatoriile noastre.

De-abia dupa ce noi doi ne intalnisem am inceput sa luam in considerare ca lumea vindecării se aplica si in relatiile personale. De timpuriu la inceputul explorarilor noastre impreuna, incepusem

sa observam ca diferite subpersonalitati se simteau, le percepeam, defapt in mod diferit decat alte subpersonalitati. Fiind intr-un copil vulnerabil sau un parinte iubitor se simtea in incapere ca fiind cu o masina de energie care emana o caldura incandescenta ce putea fi perceputa, si care realiza o conexiune palpabila. Noi am numit-o “energie personala”. Cand facilitam mintea era cu totul diferit. Mintea in general nu emana nici o energie si nu simteam nici o conexiune. Am numit-o pe aceasta “energie impersonala”. Una era calda si conectata, cealalta era rece cu granite clare si dure. Acestea sunt doua cai de a intalni lumea, foarte diferite.

Incepusem sa dam din ce in ce mai multa atentie la ceea ce noi incepusem sa numim “energetica” in Voice Dialogue. Diferitele subpersonalitati erau insotite de energii diferite. Daca facilitam energia senzuala (pe care noi o numim energia Aphroditei) simteam o furnicatura pe pielea intregului corp. Daca facilitam sinele superior puteam simti o senzatie puternica in crestetul capului, energia coroanei (la nivelul chakrei capului). Cu toate ca Hal invatase despre realitatea energetica prin munca de la Centru, Sidra parea sa aiba o conexiune total naturala cu aceasta realitate energetica. Incepusem sa vedem ca unele dificultati din interactiunile noastre erau bazate pe realitatea energetica de care nu stiuam in prealabil. Subpersonalitatea primara a Sidrei era in acei ani de inceput, subpersonalitatea personala si subpersonalitatea primara a lui Hal era impersonala.

Incepusem sa recunoastem ca unele dintre judecatile cele mai vehemente pe care le aveam unul catre celalalt erau bazate pe aceasta diferenta. Cand am inceput sa tinem cursuri de Voice Dialogue prima data impreuna, aceasta diferenta devenise o problema reala. Sidra ii spunea lui Hal ca daca cineva din audienta aflat in randul din fata ar fi lesinat sau ar fi cazut pe podea, Hal nu ar fi observat. Hal ii spunea Sidrei ca daca cineva din audienta in randul din spate s-ar fi ridicat sa

mergea la baie, Sidra s-ar fi suparat pentru ca ea s-ar fi simtit abandonata si jignita.

Odata tineam cursuri impreuna, si la sfarsitul primei ore, in pauza Sidra l-a intrebat pe Hal daca el vazuse cuplul din randul din fata, chiar din fata lui. Hal nu stia despre ce vorbeste ea. Atunci ea i-a aratat lui Hal, si aparent acest cuplu era implicat in practici S&M. Fata purta in jurul gatului o zgarda foarte mare din metal si benzi de metal la incheieturi in care erau incastrate inele metalice de constrangere. Hal fusese destul de sigur ca el era singurul din incapere care nu vazuse lucrul asta.

Altatdata Sidra si Hal se plimbau pe plaja in apropiere de Santa Barbara si Hal-in energia de natura impersonala deplina- era scufundat in ceea ce ei discutau. Sidra se oprise din mers si, cu un zambet, l-a intrebat pe Hal : “Hal, te-ar deranja sa te uiti imprejur si sa vezi unde te afli ?” Spre marea lui mirare a descoperit ca se aflau in mijlocul plajei de nudisti si ca toti cei din jurul lui erau nudisti iubitori de soare. Nu era numai energia de natura impersonala cea care crease aceasta perceptie diminuatata, insa energia impersonala era cu siguranta o mare parte din acest proces. Subpersonalitatile primare de baza erau de natura impersonala si pur si simplu nu se conecta energetic cu lumea inconjuratoare.

In cursul anilor mai recenti, noi incepusem sa folosim cuvantul “linkage”(conectare) sau “linkage energetic”(conectare energetica) cand vorbeam despre aceasta legatura energetica. Cand intram in modele negative de relationare (negative bonding pattern), atunci cand judecatile preluau conducerea, pierdeam linkage-ul nostru (legatura enrgetica dintre noi). Se simtea ca si cum lucrurile pareau fara speranta intre noi. Apoi faceam munca noastra unul cu celalalt. Hal descoperea ca poate isi retinea unele reactii. Sidra descoperea ca poate avea prea mult elan si “impingea” lucrurile prea tare. Indiferent de situatie, facand munca noastra unul cu celalalt obtineam



Colaborare din Anii mai Recenti-Apus de Soare pe Veranda din saptete Casei Noastre

inapoi linkage-ul nostru. Ne-am fi simtit din nou conectati energetic. Ne simteam ca proaspat casatoriti. Aceasta se intampla in repetate randuri. Incepusem sa vedem cu claritate absoluta ca nu casatoria era cea care distrugea iubirea si intimitatea. Cauza era dezvoltarea unor modele de interactiune negativa urmata de pierderea legaturii energetice.

Aceasta se intampla in mod repetat. Hal ar fi fost poate ranit in sentimentele lui. Poate ca el era gelos pe Sidra la o petrecere cand ea era conectata energetic cu alti barbati. Daca el nu isi impartasea gelozia, vulnerabilitatea- indiferent de felul cum o facea-copilul lui vulnerabil disparea din vedere. Cand se intampla acest lucru el obisnuia sa glumeasca despre disparitia lui in univers la o suta de ani lumina departare. Ceea ce realizasem era ca linkage-ul lua sfarsit

in acel moment. Legatura energetica este reala. Cand ea lipseste, este o relatie singuratica si se simte teribil. Si,-numai daca stii ce ai pierdut-nu este asa de usor sa o restabilesti. Incepusem sa examinam natura linkage-lui la oameni. Poti fi conectat energetic la pisica sau cainele tau. Poti fi conectat energetic la un copil. Poti fi conectat energetic la munca ta, computerul tau, cartea ta, programele tale de televiziune, cu secretara ta, sau la banii tai. Sau la grijele tale, sau la lista ta "de rezolvat". Sau la alcool, droguri, la mancare, sau la sport. Poti fi conectat energetic chiar la practicile tale spirituale sau la procesul constiintei tale.

In munca cu relatia de cuplu incepusem sa vedem ca daca conectarea energetica primara nu era intre cei doi parteneri aflati in acea relatie, atunci acolo existau probleme. Conectarea

energetica primara s-ar putea indrepta catre copii, creând un fel de mariaj psihologic intre parinte si acel copil. Aceasta se intampla foarte frecvent si, daca mariajul se destrama si parintele intalneste pe cineva pe care il/o iubeste, exista o desconectare dureroasa de fiul sau fiica care a purtat conectarea energetica primara inainte de sosirea noului partener. Constientizarea conectarii energetice a introdus o noua dimensiune in consideratiile noastre privind relatiile familiale si ne-a condus la o intelegere mai profunda a durerii intense implicate in situatia de parinte vitreg sau cind un nou partener este introdus intr-un sistem familial existent.

Munca noastra cu energetica era impartita in doua arii de baza. Prima, era faptul propriu-zis ca orice subpersonalitate putea fi perceputa energetic si constientizarea acestui lucru era de importanta maxima. Am vazut clar ca eficienta facilitatorului depindea de abilitatea de a recunoaste energia si de a o mentine. Am observat ca cei mai buni facilitatori lucrau mai cu seama la un nivel energetic decat la unul verbal. Ei acordau atentie mai mare in mentinerea integritatii energetice a unei subpersonalitati decat in a-i pune intrebarile "adecvate". Mai exista un alt aspect al senzitivitatii energetice a facilitatorului. Daca facilitatorul era capabil sa folosesca energetica, atunci ea sau el puteau adesea ajuta aparitia unei subpersonalitati printr-un proces de inductie energetica. Acest lucru functioneaza ca un diapazon-lovesti diapazonul si il pui pe o cutie de rezonanta. Apoi cutia de rezonanta vibreaza cu aceiasi frecventa-emitand aceiasi nota. Facilitatorul opereaza ca un diapazon, apeleaza si emite o energie specifica din el sau ea iar subiectul raspunde cu aceiasi energie. In felul acesta, si daca este adecvat, facilitatorul poate ajuta la inducerea unei energii dorite. Aceasta este indeosebi de ajutor cand invatam oamenii cum sa utilizeze

energiile de natura personala si impersonala.

Aceasta era o lume noua de explorat. Asa ca noi incepusem sa invatam Egoul Constient cum sa aduca in el sau sa canalizeze prin el, diferite energii si, din nou aici, a avut loc trezirea unei lumi noi. Literalmente, noi invatam oamenii cum sa "canta la instrumentele proprii", cum sa influenteze campurile proprii de energie. Aceasta munca era indeosebi importanta pentru ca era un mod de a intari Egoul Constient si de a imputernici persoana respectiva.

A doua arie de lucru cu energetica era explorarea si experimentarea cu legatura energetica. Noi am privit conectarea energetica ca fiind legata de modelele de relationare si am vazut cum duce la o intelegere din ce in ce mai mare a dinamicii sistemelor familiale.

Hal are in legatura cu aceasta o amintire vie, a unei experiente cu Sidra care l-a catapultat intr-o intelegere noua si apreciere a conectarii energetice. O buna parte din modelele de relationare negativa pe care le-a avut cu Sidra aveau de a face cu sentimentul de a fi lasat pe dinafara cand ea era cu copiii ei. Din moment ce energiile ei de baza erau de natura personala, conectarea energetica cu ficele ei era foarte puternica. Odata ei erau singuri la casa lor din Sudul Californiei ; era prima zi cand toti copiii erau plecati. Fiecare statea pe cate un capat de canapea si intre ei era prezenta o conectare energetica foarte puternica-ei puteau simti un zumzait intre inimile lor. Hal era in momentul acela un om foarte fericit. Acest proces a durat aproape cinci minute si deodata a incetat complet.

Hal a intrebat-o pe Sidra ce se intamplase. Sidra a spus ceva care lui Hal i s-a parut cu adevarat remarcabil. Ea a spus ca facea un experiment. Vroia sa vada ce s-ar intampla daca ar incerca sa vizualizeze pe fiica ei in camera de alaturi. Cand ea a facut acest lucru, conectarea energetica dintre ei disparuse total si energiile ei

se indreptatse in mod automat (sau inconstient) catre flica ei.

Hal muncise mult timp la judecatile lui asupra felului cum Sidra isi dadacea copii. Bruscel a inteles la un nivel foarte profund cum functiona acest proces. Daca o mama are copii, si unul sau mai multi dintre acei copii erau in apropierea ei, atunci conectarea ei energetica primara isi schimba directia catre copii. Nu inseamna ca aceasta se intampla de fiecare data inasa de cele mai multe ori. Ceea ce vazuse Hal era, ca mama este de asa natura incat se conecteaza energetic cu copilul ei. Aceasta nu este o alegere constienta si ca sa fim foarte clari, noi o numim "conectare energetica inconstienta".

Daca Hal vroia sa fie cu Sidra fara ca aceasta sa se gandeasca la copii ei, el trebuia sa invete

cum sa o abordeze pe ea in legatura cu nevoile sale intime, nu ca un copil plangaret si victimizat si nici ca un tata judecator ucigator (el avea centura neagra si la aikido si la aceasta subpersonalitate, dar nu-i erau prea folositoare). Astfel devenea si ea constienta unde erau indreptate energiile ei si le putea manevra intr-o maniera mai constienta. Ea ar fi putut restabili conexiunea ei energetica cu Hal- si ar fi putut chiar mentine in acelasi timp legatura energetica cu un copil. Noi numim aceasta "conectare energetica constienta". Acesta a fost un punct de cotitura in viata lui Hal si destul de interesant, dupa cum ne-am putea asteptat in acest gen de proces a relatiei de cuplu, Sidra era capabila sa analizeze mult mai efectiv tema legaturii energetice cu copii ei. Pentru ca ea stia acum ce se intamplase, putea in sfarsit sa



Dimineata Cetoasa in Albion, La Noi Acasa

aiba controlul asupra directiei unde se indreptau energiile ei.

Acest gen de experiente schimbuse totul in munca noastra si in teorie. *Pentru o persoana mai noua, Voice Dialogue s-ar putea foarte bine sa para o tehnica simpla ; pui intrebarea potrivita si ajungi la o subpersonalitate. Pentru oricine care percepe energetica muncii, devine ceva destul de diferit. Facilitatorii experimentati au abilitatea de a lucra la nivele din ce in ce mai profunde pe masura ce ei devin mai familiari cu realitatile energetice care se afla in noi si care determina atat de mult ceea ce se intampla in vietile si in relatiile noastre.*

Asa se face ca am inceput sa ajutam oamenii sa-si dezvolte maiestria in lumea energiei. Sidra descrie acest proces ca fiind invatarea oamenilor cum sa cante la propriile instrumente astfel incat ei sa poata percepe, cu un nivel cat mai ridicat de subtilitate si imaginatie, lumea interioara si lumea din afara. Si pe masura ce imbatranim, gasim ca aceasta abilitate de a dansa cu energiile este cu adevarat unul dintre darurile cele mai fermecatoare imaginabile.

Sidra a avut recent un vis in care trei femei in jur de 95 ani venise la casa noastra sa ne invete despre procesul imbatranirii. Ceea ce ele in principiu ne-au invatat, este ca pe masura ce imbatranim relatia noastra cu energetica este din ce in ce mai importanta. Trebuia sa invatam mereu la nivele mai profunde cum sa ne dirijam energiile proprii, cum sa chemam energiile necesare pentru a face ceea ce este necesar de facut.

Astfel ca, a invata sa cantam la instrumentul nostru energetic devine parte integranta din Voice Dialogue si Psihologia Subpersonalitatilor. Noi nu am scris o carte separat pe tema energeticii relatiilor inasa ea este inclusa in cartea noastra [Partnering](#) si in setul de CD-uri "[The Aware Ego](#)"

si "[Partnering: The Art of Conscious Relationship](#)". Pentru energetica in Voice Dialogue, vezi [The Energetics of Voice Dialogue](#) de Robert Stamboliev.

AL SAPTELEA ELEMENT

Parteneriat-Relatia de cuplu

FOLOSIREA RELATIEI CA INVATAOR, VINDECATOR, SI GHID

In utimii zece ani am inceput sa ne gandim la genul relatiei noastre ca fiind un parteneriat in cuplu. Un model de parteneriat in relatia de cuplu este o cale non-ierarhica de a fi cu cineva. Acest mod de gandire poate fi aplicat tuturor tipurilor de relatii, dar focusul primar este aplicarea ei in mod particular in relatia de cuplu. Pe langa non-ierarchie, noi vedem relatia de parteneriat ca fiind o Aventura Comuna (Joint Venture) serioasa, atat in sensul personal cat si cel al businessului de convietuire.

Fiind parti componente ale acestei Aventuri Comune, amandoi oamenii trebuie sa se daruiasca la un oarecare nivel procesului spiritual din vietile lor personale si, deasemenea sa se daruiasca unui astfel de proces si in viata lor de cuplu. Aici este important de inteles ca, nu cedam, nu ne daruim celeilalte persoane, ci relatiei in sine.

Abilitatea si bunavointa de a te darui acestui proces al relatiei are numeroase consecvente majore. Una dintre ele este ca, partenerul/prietenul tau devine invatatorul tau asa cum si tu devii invatatorul lor. Un alt fel a de gandi despre Modelul de Parteneriat este in sensul de: [Relatia ca Invatator](#).

Mai exista alta consecventa al acestui proces. Invatam treptat sa imbratizam subpersonalitatile renegate pe care le purtam unul pentru celalalt. Acest lucru se intampla pe o perioada de timp

foarte indelungata. La urma am ajuns sa descoperim ca in fiecare dintre noi insine traieste introiectul partenerului nostru. Sidra invata despre configuratiile energiei din ea insasi care corespund lui Hal. Hal invata despre configuratiile energiei care corespund Sidrei. Acesta este un proces extrem de incitant si care permite separarea continua si constienta a doi oameni si totodata o claritate mai profunda referitoare la intreaga tema a modelelor de relationare.

Este un proces de invatare extensiv, continuu unde amandoi oamenii trebuie sa invete bazele psihologiei subpersonalitatilor, Procesului Egoului Constient, modelului constiintei, muncii cu modelele de relationare, intelegerii realitatilor energetice, si a relatiei cu corpul fizic. Are loc o evolutie continua si profunda a legaturii cu dimensiunea spirituala si, poate ca exista si o conectare la procesul de visare care este impartasit cadrul relatiei de cuplu. Noi am vazut ca peste timp, visele pot deveni un invatator interior din ce in ce mai puternic atat in vietile cat si in relatiile noastre.

Conceptul de Aventura Comuna are si el o consecventa majora. Orice aspect al relatiei de cuplu implica un proces decizional comun. Nu este nimic in neregula daca una din persoane este responsabila de finante. Insa cealalta persoana nu poate abdica pur si simplu de la aceasta responsabilitate. Cealalta persoana nu trebuie sa devina inconstient fiica sau fiul numai pentru ca altcineva isi asuma responsabilitatea majora pentru un anumit domeniu al convietuirii. Intr-un parteneriat, amandoi partenerii sunt raspunzatori- chiar daca unul dintre ei are o competenta speciala sau interes deosebit intr-unul din aspectele necesare vietuirii.

In aceasta lumina, o relatie de parteneriat indelungata poate fi vazuta, in parte, ca o serioasa aventura de afaceri dintre doi oameni, parte care cere mult timp si energie. Noi recomandam

intalniri de "afaceri" unde pot fi dezbatute temele implicate in vietuirea zilnica. Aceasta ar putea suna cam neromantic, inasa daca aceste intalniri nu au loc regulat, atunci aspectele necesare vietuirii-cerintele din viata zilnica-au tendinta de a invada tot spatiul disponibil din relatie si de a fi tratate in mod inconstient.

Cea mai mare parte a timpului ne traim vietile de pe pozitia subpersonalitatilor primare. Acest lucru se schimba pe masura ce facem munca psiho-spirituala. Incepem sa putem alege cine ne traieste viata -sau, dupa cum ne place sa spunem, cine sa ne conduca masina noastra psihologica. Ca parteneri trebuie sa decidem mereu, de fiecare data, cine face ce si cand. Cine va suna prietenii pentru petrecere ? Cine va duce hainele la curatat ?

Tot ceea ce partenerii nu decid in mod constient impreuna va fi decis intr-un mod standard (automat) si inconstient. Aceasta este o analogie cu pozitia standard (default position) a unui computer. Computerele pe care le folosim au deja setari standard (default settings) pentru fiecare aplicabilitate ; exista sute de setari standard. Aceste setari functioneaza, sunt inasa generice. Daca vrei sa folosesti computerul intr-un mod mai personal, mai creativ si mai artistic, atunci trebuie sa inveti cum sa schimbi aceste setari astfel incat sa poti alege cu adevarat in mod liber cum va opera computerul.

Daca vreti sa aveti o legatura unul cu celalalt mai creativa, imaginativa si senzuala, trebuie sa va ocupati in mod constant de deciziile aspectelor vietuirii zilnice si a celor personale- determinand ce anume apartine fiecaruia la un anumit moment de timp si stabilind cine face ce anume. In acest fel, nu va trairi relatia din pozitia standard, ceea ce simplu inseamna, ca va trairi relatia in mod automat de pe pozitia subpersonalitatilor primare. In schimb, sunteti o echipa- care munceste impreuna in mod constant sa sprijine

Procesul Egoului Constient in fiecare dintre voi. Integrarea treptata a oricarei subpersonalitati pe care partenerul o poarta pentru noi, sporeste simtitor abilitatea noastra de a lua decizii constiente si de a face alegeri constiente.

Munca psihologica este esentiala in a descoperi cine ne conduce vietile noastre si cine ne traieste relatiile noastre. Munca spirituala este esentiala pentru ca fara simtul realitatii spirituale/ Dumnezeu/Inteligența Superioara, vietile noastre nu pot expanda dincolo de consideratiile pur personale. Munca cu realitatea energetica este esentiala deoarece, ca o relatie sa fie cu adevarat satisfacatoare, trebuie sa existe o conectare energetica primara intre cei doi oameni implicati in acea relatie.

Toate acestea reprezinta un proces in continua desfasurare si care poate dura pentru totdeauna. Una dintre surprizele cele mai mari si incantari ale procesului nostru de imbattranire este acea cantitate de schimbare, creativitate, si intimitate care se creeaza intr-o relatie de parteneriat adevarat. Sprijinul continuu pe care il primim de la vise este cu adevarat impresionant, si puterea profunda a Inteligentei Psihului devine din ce in ce mai mult o chestiune zilnica care ne acompaniaza dansul nostru permanent si vesnic prezent, cu lumea modelelor de interactiune.

AL OPTULEA ELEMENT

Visele nocturne, Visele diurne si Inteligența Inconstientului

ACCESAREA INVATATORULUI INTERIOR

Dupa cum am mentionat mai devreme in acest articol, visele si vizualizarea au jucat intotdeauna un rol important in explorarile noastre. Chiar de la inceput, o serie de vizualizari au avut un impact profund asupra Sidrei in particular, si care au initiat-o in cateva dintre apele adanci ale inconstientului. Cu timpul, lucrul cu vizualizarea devenise mai putin important, in timp ce Voice

Dialogue si procesul de visare deveneau mai primare. Si, in anii mai recenti am constatat ca puneam un accent tot mai mare pe procesul de visare atat pentru noi cat si la clientii nostri. Ne-a placut deasemenea sa lucram si cu visele diurne, de cand descoperisem cum fanteziile din timpul zilei furnizau o mina de aur plina de informatii despre ceea ce se intampla in viata oamenilor (inclusiv a noastra).

Primul lucru de care devenisem constienti era faptul ca pe masura ce oamenii incepeau sa dezvolte un Proces al Egoului Constient si aveau abilitatea de a sta intre cele doua opuse, natura viselor incepea sa se schimbe. Ele deveneau mai clare. Deveneau mai organizate. Stiussem din totdeauna acest lucru la un anumit nivel, insa intelegerea si aprecierea acestui proces se schimbasese oarecum. Am vazut clienti care incepeau sa-si decodeze singuri visele intr-o perioada de timp relativ scurta, si asta depindea in mare masura de forta Procesului Egoului Constient.

Pe masura ce acest proces continua, am vazut ca inteligența inconstientului incepea sa se manifeste intr-o maniera mult mai puternica cu fiecare data, si am constatat ca procesul de visare insusi devenea un invatator pentru oameni. Noi avusesem aceasta experienta mai devreme in vietile noastre, in timp ce vedeam cum inconstientul se autoorganiza si parea ca el are agenda lui proprie pentru dezvoltarea noastra.

Ce anume este aceasta inteligența ? De unde vine ea ? Ce vrea ea de la noi ? Si cum se manifesta ea in vietile noastre ?

Devenisem constienti de faptul ca egoul care visa, sau felul cum subiectul care viseaza apare in visul ei sau al lui, ne reda o imagine despre cum se comporta subpersonalitatea primara. Aceasta parea sa fie adevarat in majoritatea viselor, desi nu in toate. Ocazional, egoul (eul) care viseaza nu ar fi fost reprezentat de sistemul curent de subpersonalitati primare (sau egoul operator), ci de

subpersonalitatea renegata. Atunci am inceput sa intrebam oamenii despre visele lor diurne (visele cu ochii deschisi din timpul zilei) sau fanteziile din timpul zilei. Acestea sunt diferite de vizualizari sau imageria ghidata. Ele nu sunt cautate in mod deliberat, precum vizualizarile, ci se deruleaza mai tot timpul chiar daca multi oameni nu sunt constienti deloc defapt ca ei viseaza cu ochii deschisi. Aceste vise din timpul zilei sunt ca o muzica de fundal-si nimeni nu stie cine a pus acea muzica.

De exemplu, imagineaza-ti ca esti la volanul masinii tale si cineva te depaseste din scurt si iti taie calea. Esti furios, si in mintea ta incepi sa te adresezi acelui sofer exprimindu-ti mânia in legatura cu cele intamplate. Aceasta convorbire imaginara poate dura foarte mult si te poate destabiliza total. Unii oameni vor continua acest vis cu ochii deschisi si isi imagineaza ca sunt pe urma acelui sofer si in mod deliberat il tamponeaza si il raneste. Alti vor avea doar un flash scurt de furie sau o imagine efemera de distrugere.

Acel "tu" din visul diurn ne reda in general imaginea subpersonalitatii tale renegate. Subpersonalitatea ta primara poate fi calma, controlata si rationala. Subpersonalitatea renegata care apare in visul tau diurn este o energie care poarta furie, suparare, si resentiment si care in general sunt tinute sub control. Noi am constatat ca ascultand visele de zi ale oamenilor si facandu-i atenti la acest fapt, ei au inceput sa-si faca o imagine despre subpersonalitatile lor renegate.

Odata ce imaginea devine clara, exista sansa de a explora acea subpersonalitate. In acest exemplu, exista sansa de a invata cum sa stai intre controlul si rationalitatea subpersonalitatii primare care continua sa conduca atent masina, si partea mai necivilizata din noi, subpersonalitatea suparata, furioasa, distructiva care poate fi atat de inspaimantatoare pentru partea rationala si controlata.

Decat sa incercam sa ne schimbam- ceea ce este intotdeauna un lucru problematic-se pare ca ceea ce se cere de la noi, este sa ne predam inconstientului insusi, invatand sa avem incredere ca acea inteligenta care se face disponibila noua, are un plan si o directie pentru noi. Predarea, daruirea, la care noi ne referim, nu este aceea a unui copil pasiv care abandoneaza toate responsabilitatile. Este mai curand, o acceptare profunda, este un mod de a te lasa in voia unui fel de cunoastere, unui fel de a sti, care in mod obisnuit nu ne este disponibil. Problemele profunde ale vietii pot fi rareori rezolvate numai de catre mintea rationala. Avem nevoie de minte, este adevarat, dar ea este numai una dintre resursele noastre.

Insufletirea acestei inteligente nu este aceiasi cu a avea o anumita experienta religioasa, sau de iluminare. Ci este un proces in curs de desfasurare continua care se pare ca face ca Egoul Constient sa devina mai profund si mai clar. Aceasta inteligenta vrea sa ne ajute sa vedem cine anume se afla in noi si ne traieste vietile, ca sa putem invata sa preluam conducerea de la acea parte (sau subpersonalitate) si sa ne traim viata avind o libertate de alegere mereu si mai mare. Aceasta nu este o munca pe termen scurt. Dupa cum noi am spus, este un proces care continua permanent !

Noi suntem bineinteles constienti de faptul ca nu oricine isi aminteste visele si nu putem fi decat recunoscatori faptului ca exista atat de multe si diferite moduri de a aborda constiinta, care pot fi utilizate in calatoria dezvoltarii personale. Totusi, nu ne putem retine uimirea fata de cum actul de a sta intre cele doua opuse, adesea initiaza procesul de visare sau il aprofundeaza pe cel deja existent. Toate acestea conduc catre o miscare naturala si organica din interiorul nostru prin care inconstientul insusi devine invatatorul nostru, si treptat se diminueaza taria legaturii cu invatatorul extern. Rolul invatatorului exterior se schimba in cel a unui consultant in procesul tau. In final, nici acest

lucru nu mai este necesar si invatatorul interior preia complet conducerea. Noi am avut satisfactia profunda de a vedea cum aceasta se intampla din ce in ce mai multor oameni. Asa se face ca Hal si-a revizitat radacinile sale Junghiene, si aceasta munca cu visele si reveriile a devenit unul din elementele de baza in Voice Dialogue si Psihologia Subpersonalitatilor.

Una dintre surprizele cele mai mari pentru noi, pe masura ce Hal se apropie de a 80a aniversare iar Sidra se apropie de a 70a aniversare, este natura acestei inteligente, in permanenta desfasurare care continua sa se deplieze si sa ne aduca noi intelegeri in chestiuni atat personale cat si transpersonale.

Dumnezeu, Inteligenta Superioara, elanul vital, Principiul Organizator al Universului, indiferent cum preferi sa o numesti, ea se manifesta in multe feluri. Noi ne simtim privilegiati sa fi fost o parte a acestei manifestari in munca pe care am impartatsit-o timp de mai mult de 35 de ani. Si, in timp ce observam variatele manifestari ale acestei inteligente si simtim principiul organizator din spatele acestor manifestari, nu putem altfel decat sa simtim ca Dumnezeu este intr-adevar un matematician.

Altii au descoperit acest mister organizator in munca lor-indiferent daca era in matematica, cosmos, lumea subatomica, "campul", corpul fizic, structura celulelor-sau intr-o varietate de practici spirituale stravechi cat si moderne. Noi simtim ca aceasta inteligenta ne-a gasit pe noi precum si noi am gasit-o pe ea, in profunzimile, in complexitatea si in bogatia infinita a relatiei umane.

© Albion, 2007