

Conférence

« Du couple attachement au couple éveillé
« De l'amour égotique à l'Amour créateur »



En avant ! ...

L'amour, c'est quoi ?

La construction de la personnalité amoureuse

Maman – Bébé, 1er couple

Et Papa dans tout ça ?

L'héritage familial et nos lignées

Nos blessures fondamentales de l'enfance

Le couple intérieur – La danse animus anima

Féminin, Masculin kesako ?

Féminin Masculin sacrés, oui et quand, comment ?

Animus – Anima, l'autre couple

Le couple : Pourquoi ? Comment ? Quel couple ?

Hasard ? Choix conscient ? Outil d'évolution ?

Le petit théâtre du couple

Vous avez dit liens d'âme ?

Ou l'autre famille...

Et des blessures encore

La communication, clé de voûte du couple, oui mais laquelle ?

Quand Archaius l'aligator s'en mêle

Quelques clés pour une écologie relationnelle en couple

La sexualité : pulsion ? création ? outil d'évolution ? source d'éveil ?

Le couple éveillé, l'Amour Créateur : c'est quoi ?

Des pistes sur le chemin de l'Amour Créateur

L'amour, c'est quoi ?

- **VOS 4 questions :**

1 – « C'est quoi l'amour pour moi ? »

2 – « Comment est – ce que je veux être aimé(e) ? »

3 - « Puis – je aimer l'autre comme je veux être aimé(e) ? »

4 – « Qu'est – ce qui me sépare de l'amour ? »

La construction de la personnalité amoureuse

VOS Questions pour avancer :

- Quel est le contexte (connu) de votre venue au monde ? Et votre place dans la famille ?
- Quel est (ou était) l'état de la relation avec votre mère ?
- Quel est (ou était) l'état de la relation avec votre père ?
- Comment s'est – on aimé sur vos lignées ?
- Quels scénarios en héritage ?
- Quels ont été les modèles de couple sur les lignées et notamment celui du couple parental ? Harmonie - dans affrontement – indifférence – perfection (apparente), réciprocité ?

Nos 5 blessures fondamentales de l'enfance

BLESSURE	CROYANCE	INJONCTION	PEUR	STRATEGIE
Trahison	On ne peut se fier qu'à soi	« Méfie - toi »	Peur de faire confiance	Contrôle
Rejet	Je n'ai pas de valeur, pas le droit d'exister	« Ne te laisse pas envahir »	Peur de s'attacher	Fuite
Abandon	J'ai besoin d'autrui, je ne peux pas m'en sortir seul	« Fais plaisir »	Peur d'être seul	Dépendance
Humiliation	J'ai honte de moi, je suis mauvais, indigne	« Sois limité »	Peur d'être libre	Masochisme
Injustice	Je dois être parfait	« Sois parfait »	Peur de ne pas être à la hauteur	Rigidité

BLESSURE	Attitude / autrui	Reproche d'autrui	Sexualité
Trahison	Gère et édicte les règles	« Laisse – moi faire à ma façon ! »	Définit quand, comment
Rejet	Rejette avant d'être rejeté	« Tu ne t'investis pas dans la relation ! »	Inexistante, imaginaire, masturbatoire
Abandon	Donne pour s'attacher l'autre	« Je ne t'ai rien demandé ! »	Moyen d'attacher l'autre, simuler / faire plaisir à autrui
Humiliation	Se sent responsable du bonheur de l'autre	« Pense à toi »	Ressentie coupable, honteuse, « sale », défendue
Injustice	Peur de l'intimité qui dévoilerait ses imperfections	«Tu n'es pas comme je croyais »	Performance plutôt que authenticité, Distance / intimité

VOTRE QUESTION

- Avez – vous identifié les blessures dites fondamentales de l'enfance (travail de Lise Bourbeau) ? Si oui, lesquelles ?

Le Couple Intérieur – La danse animus anima

Définition du Principe Féminin dans ses qualités et vertus

C'est le Yin du Tao

Etre

Soi / Ame

Réception / passivité

Intériorité

Créativité

Profondeur

Sagesse

Ecoute

Monde des émotions

Intuition

Corps / sexualité

Sensualité

Sensorialité (connexion aux sens et sensations)

Sensibilité

Douceur

Lenteur

Prudence

Coopération

Capacité à unifier

Sédentarité

Puissance

Lunaire

Vertus du cœur (empathie, compassion, pardon...)

Relié à la Terre et à l'élément Eau

Le Féminin est relié au bas ventre, il est la coupe Sacrée, la Source de la pulsion créatrice

C'est le principe qui initie, révèle à soi et à l'autre

Il invite le Masculin à la Vie en enracinant dans la matière le germe ainsi déposé, que le Féminin fera grandir en sa grotte intérieure sous la protection d'un Masculin bienveillant dont la charge sera, à terme, de porter la création au monde extérieur

Définition du Principe Masculin dans ses qualités et vertus

C'est le Yang du Tao

Faire

Moi / Ego

Don

Extraversion

Action

Légèreté

Humour

Parole

Pensée

Raison

Esprit / spiritualité

Mental, analyse

Protection

Dureté, tranchant

Vitesse

Capacité au changement, aventurier

Individualisme, la différenciation

Pouvoir, performance

Nomade

Solaire

Relié au Ciel

Le Masculin a le rôle de protéger le Féminin et parfois il le surprotège, notamment en posant des jugements, croyances et ce jusqu'à l'étouffer et créer une coupure avec le Féminin qui ne parvient plus à se manifester

Le Masculin met dans la forme extérieure la création du Féminin

Principe du Féminin dans quelques – unes de ses distorsions

Manipuler
Culpabiliser
Enfermer – attacher
Se fermer – rejeter
Se percher (être déraciné)
Castration psychique
Utiliser son intuition sur les faiblesses de l'autre pour le
couper de ses forces
Jouer à la psy
Oui « paillason » (plutôt que d'acceptation)

Principe du Masculin dans quelques – unes de ses distorsions

Dominer
Donner – marchander
Mentaliser - analyser
Convaincre – prêcher
« Je sais » « J'ai compris »
Hyperactivité
Non « hérisson » (plutôt que de positionnement)

Vos Questions pour avancer

- Lequel des Principes Féminin ou Masculin m'attire le plus ?
- Quel principe prédomine en moi ? Le Féminin ou le Masculin ? Et pourquoi ?
- « Comment mon intuition va t-elle inspirer mon action ? »
- « Comment mon action va t-elle suivre mon inspiration ? »
- « Comment mon mental peut -il se mettre au service de mon cœur ? »
- « Comment mon Féminin peut -il servir mon Masculin ? »
- « Comment mon Masculin peut -il servir mon Féminin ? »

Passer du paradigme Faire – Avoir – Etre
à
Etre – Faire (Créer) – Avoir (Recevoir)

Le Couple : pourquoi ? Comment ? Et quel couple ?

- **Stratégies relationnelles :**

- attirer ton attention
 - te fuir
 - te dominer
 - installer un rapport de force
 - lutter pour sa place
 - influencer
 - accepter l'emprise
 - se soumettre
 - interpréter tes propos / actes
- ou le fameux « puisque tu m'aimes, tu dois m'accepter comme je suis »

- **Techniques dites d'appropriation :**

« je t'aime donc tu es à moi »
« je fais tout tout pour te garder »
« tu es mon univers, tout pour moi »

La communication, clé de voûte du couple, oui mais laquelle ?

- **Quand Archaius l'aligator s'en mêle, des pistes...**

- 1 – Etre en conscience
- 2 – Moins de blessures, moins de réactivité / réactionnel
- 3 – Ce qui est touché en soi est à guérir et non la faute de l'autre
- 4 – Quitter le champ de bataille pour protéger la relation
- 5 – 20 mn en solo
- 6 - Renouer avec l'autre
- 7 – Ouvrir un échange authentique
- 8 – Communication bienveillante en 5 points
 - Observation :
 - Ressenti :
 - Besoin fondamental :
 - Demande :
 - Solution ensemble :

- **Des clés pour une écologie relationnelle en couple et ailleurs**

- Le OUI précède le NON car c'est parce que j'accueille (et non accepte / approuve) la situation que je peux la transmuter
- Nos reproches parlent d'abord de nos besoins non comblés et c'est à nous de les identifier et de les combler d'abord
 - On accepte que l'autre ait un langage d'amour différent du nôtre :
- Apprendre à écouter l'autre de tout notre être (oreilles, yeux, cœur, esprit, corps)
 - Pratiquer ensemble l'écoute profonde
 - Se souvenir que « j'ai raison et t'as pas tort »

Le couple éveillé, l'Amour Créateur : c'est quoi ?

VOTRE QUESTION POUR AVANCER :

- **Qu'est ce qu'un couple éveillé pour vous ? Et l'Amour créateur pour vous ?**
 - **Amour créateur ? 1 + 1 + 3 Toi, Moi, Nous**

Ni amour réparation ni ni amour béquille ni amour idéalisé ni amour reproduction ni amour opposition ni amour révolté ni amour aseptisé
Un amour mature et en paix

Un amour d'Etre à Etre
Donc au delà des egos et ses blessures, peurs, ombres, freins
Au delà de toi et moi pour aller vers le Nous (pas un Nous fusion – avalement) –
Un Nous – alliance, un Nous – Alchimie
ENSEMBLE au Service de l'Amour
Le couple, espace Sacré d'un processus alchimique profond

2 partenaires qui ont réglé les points suivants et etc... :

- Conscience du but « caché » de la relation : guérir en soi par soi
- Voir le partenaire dans sa vérité et non dans le filtre de nos projections
 - Responsabilité de ses besoins, de sa communication
 - Sortir du fantasme que l'autre va nous deviner
 - Sortir du réactionnel
- Conscience que les besoins de notre partenaire ont la même valeur que les nôtres (réciprocité et non dictature du « l'autre doit prendre soin de moi »)
 - Accueillir les parts d'ombre en soi et les transmuter si besoin
- Sortir des stratégies et des luttes de pouvoir (« j'ai raison et t'as tort »)
 - Conscience que le couple est implication
- Connexion à nos propres ressources pour aller vers notre complétude
 - Conscience de l'Amour Universel et de l'Unité en Tout

L'équilibre est atteint en chacun des partenaires entre :

- action et réception
- raison et intuition
 - faire et être
- mental et cœur
 - corps et âme
- ombre et lumière

Au sein de leur relation, l'équilibre peut donc être atteint entre :

- fusion et indépendance
 - sécurité et liberté
 - solitude et partage
 - donner et recevoir
- amour de soi et amour de l'autre
- communion sexuelle et communion spirituelle
 - stabilité et évolution

• **La vision de Paule Salomon**

Couple matriciel = Femme solaire inconsciente et Homme lunaire inconsciente

Couple Patriarcal = Femme lunaire dominante et Homme solaire dominant

Couple conflictuel = Femme solaire révoltée et Homme solaire tyrannique

Couple éclairé = Femme lunaire éclairé et Homme solaire éclairé

Couple éveillé = Femme solaire – lunaire et Homme solaire – lunaire conscients

Des pistes sur le chemin de l'Amour Créateur

- **Créez le SACRE de votre couple**

S commesincérité, sexualité, sérénité, savourer....

A comme..... amour, attention, alliance, alchimie...

C comme.... communication, confiance, célébrer, créativité, complicité....

R comme.... rire, responsabilité, (se) réjouir....

E comme.... émerveillement, écoute, encouragement, engagement....

Et au quotidien !

N'attendez pas le véritable amour, soyez l'Amour dans votre vie

Liens Ressources citées

Méditations Regard du Coeur et Réharmonisation Féminin Masculin par ce lien :
<http://www.en-route-vers-soi.fr/pages/gratuits.html>

Playlist Vidéos Féminin Masculin :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLF8v4G3Af9FIdEQAvxJsJlmtmZInFIEiQ>

Programme Féminin Masculin La Réconciliation

<http://www.en-route-vers-soi.fr/pages/programme-feminin-masculin-la-reconciliation.html>