

Réinventer ses relations

Vers une vision nouvelle du masculin et du féminin

L'époque que nous vivons est en pleine mutation ce qui favorise l'émergence d'une nouvelle conception des relations tant affectives que sociales. Une véritable réflexion sur l'identité de l'homme et celle de la femme peut nous éclairer et nous aider à mieux comprendre nos souffrances et conflits actuels. En effet combien d'entre-nous vivent des ruptures à répétitions, la perte du désir, la solitude sans saisir le sens profond de ces situations.

Dans notre quête du bonheur nous sommes à la recherche d'un modèle de relation qui n'existe probablement pas encore. Il semble que nous ayons à l'inventer car celui de nos parents et de nos ancêtres ne fonctionne pas et ne peut plus nous convenir aujourd'hui. C'est ainsi que le déclin du patriarcat ouvre sur l'expérience d'une nouvelle manière d'aimer où chacun pourrait exister dans un respect mutuel.

Pour cheminer dans cette dynamique il nous faut tourner notre regard vers notre monde intérieur afin d'y découvrir les fondations de notre identité. Pour sortir de la spirale domination/soumission nous avons également à déceler puis à transformer les schémas négatifs encore mémorisés intérieurement.

L'idée que chacun soit porteur à la fois du masculin et du féminin apporte une nouvelle conscience de soi et ouvre donc des possibles dans la relation à l'autre.

Quels sont ces personnages intérieurs ?

Nous sommes animés par l'énergie primordiale du masculin et du féminin quel que soit notre sexe. Cela est inscrit au cœur de notre humanité et infuse dans nos cellules, le cerveau néo-cortex, dans notre structure énergétique... et jusque dans notre âme véritable mémoire du tout.

La femme intérieure peut être représentée ainsi : réceptive et créative, elle est empathique, ouverte et accueillante, intuitive et contemplative, à la quête du sens des choses... toute en rondeur et mouvement circulaire elle prend place dans le côté gauche de notre corps. **Le masculin**, lui, possède l'énergie pénétrante qui favorise toute concrétisation dans le matériel, logique et mental, il agit dans une conception linéaire des choses, volontaire et puissant, il s'inscrit dans notre côté droit du corps.

Ces deux polarités universelles cohabitent en nous et en prendre conscience nous permet d'envisager une complétude pour tendre vers une union des inverses. Nous portons l'essence du couple intérieurement.



Le choix amoureux existe-t-il ?

Malgré notre idéal de l'autre et du couple, nos décisions mentales, nous sommes irrésistiblement attirés par la personne qui peut nous faire grandir. Cet Autre éclaire certaines facettes de nous-même non révélées. Ensemble nous créons la dynamique relationnelle qui va mettre en évidence ce que nous aimons et ce que nous détestons ou nions en nous. C'est à cet endroit même que le passage au véritable lien peut se faire. En parfait miroir du couple intérieur nous créons le couple réel et vice versa.

Aussi chaque rencontre favorise-t-elle notre évolution si nous sommes en réflexion, en questionnement sur soi et animé du désir de progresser.

Le but d'une relation

C'est une aventure extraordinaire que la rencontre avec l'autre car il nous renvoie à la rencontre avec nous-même pour mieux vivre sa présence dans toute sa différence. L'essentiel dans une relation ne réside pas dans le fait de vivre au mieux avec un minimum de souffrance mais plutôt dans le maintien du lien intime avec nous-même. Nous générons ainsi l'authenticité dans nos rapports avec les autres. Rappelons-nous que toute relation est porteuse de sens et de messages féconds si nous les acceptons.

Des clés pour changer...

- Parlez en « Je » est un principe de base pour établir une communication claire et saine avec votre entourage. Lorsque vous employez le « on » pour parler de vous, vos paroles et vos réflexions englobent l'autre et lui ôte sa liberté...

Le « tu » si répandu pour s'adresser à l'autre peut vous mettre en position de domination. Au lieu de dire « tu me fais souffrir et tu ne me respectes pas quand tu fais... », je peux m'exprimer à partir de mon vécu et cela donne « je ne me sens pas respecté(e) dans telle situation et je ressens... je souffre de... »

Malgré notre idéal de l'autre et du couple, nos décisions mentales, nous sommes irrésistiblement attirés par la personne qui peut nous faire grandir.

- Osez dire ce que vous pensez et ressentez même si cela n'est pas évident à partager. Les

non-dits sont source de malentendu et génèrent au fil du temps haine et isolement.

- Renoncez à vouloir changer l'autre pour vous occuper de votre propre développement. En cessant de projeter sur l'autre vos souffrances et vos faiblesses, vous créez un véritable espace de rencontre. Apprenez à reconnaître ce qui dans la relation active vos « blessures du passé » et demandez-vous :

* Dans quelles situations je me sens devenir vulnérable, hypersensible ou sur la défensive ?

par Vanessa Mielczareck

* Quelles remarques ou critiques m'agacent ou m'irritent le plus ?

* Qu'est ce que je n'accepte pas de moi et que je ne veux surtout pas montrer ?

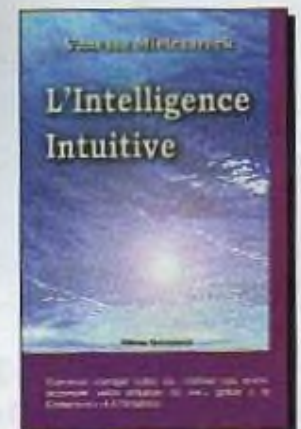
* Qu'ai-je à modifier en moi pour aller dans une véritable rencontre ?

- Soyez concerné(e) par la vie de l'autre car l'aimer c'est lui assurer une présence bienveillante et espérer son bonheur...

Au-delà de tous conseils extérieurs et si vous alliez voir dans votre intériorité comment réinventer votre vie ? Bon voyage.



Vanessa Mielczareck
auteur des livres "L'Intelligence intuitive" et "Des actions pour Changer votre Vie".
Elle anime les stages :
"Plus d'amour dans vos relations"
du 1^{er} au 6 août 2005 et
"L'Intuition pour guider votre vie"
du 17 au 21 avril 2005.
Renseignements :
04.32.52.18.99



* L'Intelligence intuitive *
Editions Quintessence

