



## **Faites les bons choix avec le Dialogue Intérieur – Isabelle Demeure**

Un très beau livre que j'ai eu l'honneur de préfacier, incontournable et riche sur le Dialogue. Isabelle nous livre un précis détaillé de la technique qui nous permet de suivre les pas de C.G. Jung et de Hal et Sidra Stone qui ont, ces derniers, eu l'intelligence de montrer comment appliquer les références du premier dans notre vie quotidienne... Ma préface :

« Si le souffle de vie est lien à l'univers, la personnalité est lien à l'autre.

Carl Gustave Jung a su décrire la complexité des sous-personnalités qui nous habitent et qui s'assemblent tel un orchestre !

Deux psychologues chevronnés, Hal et Sidra Stone, ont eu la clairvoyance de créer la baguette qui permet à chacun de composer sa propre musique : C'est le Voice Dialogue (Dialogue Intérieur). C'est ce rôle de chef d'orchestre qu'Isabelle Demeure veut nous inviter à explorer de façon très pédagogique, permettant ainsi à la fois une véritable métamorphose et un accès au sens de notre vie.

Ce souffle venu d'Outre Atlantique est aujourd'hui porté par de nombreux praticiens européens qui font preuve à la fois du respect de l'enseignement et d'une grande créativité dans leur approche. Il ne cesse de se transmettre et est aujourd'hui de plus en plus utilisé comme une véritable exigence de vie.

Alors que j'avais rêvé d'écrire ce livre, je rends hommage à celle qui l'a fait avec simplicité et brio.

Pour survoler ce monde avec légèreté, il nous faut les ailes de la relation : à soi (se connaître), à l'autre (communiquer) et à son environnement (résonner).

Prenez votre envol, il n'est jamais trop tard ! »

Cette préface n'est qu'un appel à réaliser ce rêve de se retrouver au travers du DI/VD. C'est l'expérience que j'en ai fait depuis nombres années, cherchant également à le prodiguer à qui veut au travers de l'Association Francophone du Dialogue Intérieur ([www.afdialogue.eu](http://www.afdialogue.eu)), Je ne peux que remercier Isabelle de nous avoir donné un recueil facile à lire sur le sujet.

La didactique est parfaite, commençant par un historique remarquable, qui nous emmène vite dans la pratique des sous-personnalités primaires en dominantes, ou reniées sous le boisseau ! Les polarités que nous avons à vivre au quotidien sont de telles oppositions qu'il vaut mieux les travailler dans le dur... que de les laisser miner notre vie quotidienne !

Il ne faut pas en rester sur la théorie, mais passer clairement à la pratique et donner de cette application quelques règles simples qui nous permettent d'avancer à petits ou grands pas, chacun son choix. L'intelligence d'Isabelle se retrouve dans sa capacité à nous guider dans ce travail qui peut être personnel comme il peut être accompagné.

Comme je le préfaçais, la relation commence, avant tout, par la relation à soi et une ouverture sur le monde qui est fondamentale. Alors, nous pouvons nous ouvrir à l'autre et à l'Univers. Les relations sont, toutes, sources de croissance et de développement personnel. Elles vont nous mener à un parterre coloré qui nous permet de jouir pleinement de la vie !

A l'heure où nous vivons un incroyable défi face à une pandémie, se pose la question de l'universalité de nos propos. Isabelle conclut à la complexité de nos relations individuelles comme sociétales. Elle se place, naturellement, à la croisée des chemins que nous traversons aujourd'hui ; que ce Dialogue Intérieur permette à chacun de retrouver le sien !