

L'imaginaire, un mode de communication révolutionnaire!

Article de Sylvain Bélanger pour le journal Soleil Levant du mois de février 2006

Il existe une multitude de livres expliquant comment mieux communiquer avec son entourage. Mais qu'en est-il de notre capacité à communiquer avec nous-même? Et si cette relation avec soi-même permettait de mieux communiquer avec l'autre? Et si l'imaginaire en était l'ingrédient secret?

Nous vivons dans une société où les outils de communication (téléphone, journaux, télévision, internet, livres, radio) circulent comme jamais. Sans que l'on s'en rende compte, ces voies de communications contrôlent notre esprit et notre imaginaire en nourrissant notre esprit rationnel. Nous disposons de moins en moins de temps pour habiter notre corps, communiquer avec notre intérieur, imaginer notre futur. C'est un peu comme si nous étions dans une pièce de théâtre et qu'il fallait jouer un rôle déjà écrit à l'avance. Dans ce rôle, on retrouve de façon caricaturale, un individu bien élevé ayant appris à être rationnel et épris d'un désir d'être responsable (famille, travail) et significatif en société. Cet individu n'existe pas pour lui-car il doit constamment s'ajuster aux demandes extérieures. En fait, il est souvent dissocié de ses besoins et n'a plus d'espace pour communiquer avec lui-même et créer sa vie. Pour remédier à cette situation, pourquoi ne pas utiliser un outil de communication souvent négligé : L'IMAGINAIRE. Bien que très simple à développer, le langage imaginaire nécessite un certain entraînement pour découvrir l'extraordinaire sagesse qu'il dissimule. Voici quelques notions qui permettent de mieux comprendre comment l'imaginaire se révèle un outil essentiel pour rétablir la communication avec soi.

Votre corps vous parle, écoutez-le !

L'imaginaire est d'une simplicité infantile et accessible à tous. Il permet de quitter la référence rationnelle pour s'imprégner d'une nouvelle forme de communication qui se manifeste à soi par le biais d'images, de sensations et de voix intérieures. Par exemple, vous avez un désordre au foie et vous décidez d'utiliser votre imaginaire pour communiquer avec lui. Vous percevez alors votre foie comme un ballon crevé. Votre rationnel pourrait alors être tenté d'interpréter ce que vous percevez. Par exemple, vous pourriez attribuer l'image du ballon à vos habitudes alimentaires.

Piège. Vous venez de couper la communication avec votre foie. Que faire pour rétablir la communication ? Vous devez d'abord accepter que la représentation imaginaire de votre foie a un message à vous transmettre. Et oui, votre imaginaire est intelligent, immensément intelligent. Il suffit d'oser lui faire confiance pour le découvrir. Par exemple, vous pourriez vous adresser à l'image du ballon crevé et lui demander quel est son message. Une image de vous dans un état d'impuissance pourrait alors surgir dans votre imaginaire. Vous pourriez aussi ressentir une violente douleur au foie ou encore entendre une voix vous dire que vous êtes perdu. Il serait facile de vous identifier à l'émotion que cela génère et de perdre contact encore une fois avec votre foie. Une bonne communication requiert d'adopter un rôle de témoin actif et de faire confiance à la volonté de communiquer de l'imaginaire. Comment ? Vous pourriez poser d'autres questions à la manifestation imaginaire afin d'approfondir votre compréhension de son message.

Par exemple, vous pourriez demander à l'image d'impuissance quelle est sa raison d'être. Une voix pourrait vous répondre que vous êtes découragé car vous êtes trop empressé de concrétiser vos projets. Vous devez prendre votre temps, faire un horaire, planifier. Bravo ! Vous avez réussi à communiquer avec votre foie et à prendre conscience de ses besoins.

Rétablir les voies de communication

Maintenant que vous avez appris à communiquer avec votre corps, vous êtes en mesure d'intervenir sur les déséquilibres que vous percevez dans l'imaginaire afin de les équilibrer. Ces perturbations affectent la circulation d'énergie et sont le reflet de pensées et d'émotions que vous n'avez pas su entendre. Pour rétablir l'équilibre, vous devez accepter que l'imaginaire est créateur et qu'il peut créer dans l'immédiat tout ce qui est nécessaire pour harmoniser votre corps. À mesure que votre corps trouve un nouvel équilibre, vous allez constater que de nouveaux messages se manifesteront à vous. Reprenons l'exemple du foie. Une voix intérieure

vous dit que votre foie est rigide. Vous pourriez alors questionner votre foie afin de lui poser la question clé : que puis-je faire pour t'aider ? Aussitôt, votre foie pourrait vous communiquer qu'il souhaite que vous soyez plus doux avec lui. Vous pourriez alors décider d'utiliser votre imaginaire afin d'envoyer de la douceur vers votre foie. L'image de votre foie pourrait se transformer en une image de votre enfance où vous pleurez car vous ne vous sentez pas à la hauteur. Vous pourriez alors demander à cette image de l'enfant comment vous pourriez l'aider. L'enfant pourrait vous répondre qu'il a besoin d'estime de soi. À l'aide de votre imaginaire, vous pourriez créer une énergie d'estime de soi et la diriger vers l'enfant. Cette interaction pourrait alors rendre l'enfant heureux et l'image pourrait se transformer encore une fois, vous montrant à votre travail, empreint d'un sentiment de valorisation. En accueillant cette image, vous pourriez subitement comprendre que vous êtes beaucoup trop exigeant envers vous-même. Vous pourriez aussi constater que vos douleurs sont disparues et qu'une grande détente se manifeste dans tout votre corps. Vous mériteriez alors de vous féliciter car vous auriez rééduqué votre foie en rétablissant la communication énergétique et psychique entre celui-ci et votre cerveau. Vous auriez donné la permission à de nouvelles pensées et émotions de se manifester, permettant à la vie de mieux se manifester en vous.

Les multiples possibilités de l'imaginaire

À mesure que nous apprenons à faire confiance à notre langage imaginaire, nous découvrons peu à peu que nous sommes comme une antenne que nous pouvons faire vibrer à volonté. On découvre qu'on peut communiquer avec tout : un organe perturbé, un événement de notre enfance ou de notre vie adulte, une relation interpersonnelle, des mémoires provenant d'autres vies, des énergies transpersonnelles se manifestant sous la forme de guides, etc. L'imaginaire peut aussi être utilisé dans un cadre thérapeutique afin de décoder les besoins d'une autre personne et de l'aider à rétablir ses propres voies de communication. Les possibilités sont pratiquement infinies. Sylvain Bélanger, le créateur de l'Écoute Imaginaire offre une formation personnelle, un cours par correspondance avec CDs audio et appels individuels, une formation professionnelle. Il est également auteur de plusieurs livres et cd sur le sujet.

Pour informations : www.ecouteimaginaire.com ou 01-72-81-33-67