

La CNV permet-elle un changement en profondeur de l'être ?

Une question cruciale pour moi est de savoir si la CNV permet un changement en profondeur de l'être et une remise en question fondamentale des schémas, conditionnements, croyances et attachements constituant la personnalité ? Si elle s'inscrit dans la longue liste des pratiques de développement personnel qui rendent de plus en plus fins nos schémas mais permettent leur survie dans des niveaux subtils, alors elle ne m'intéresse pas. Elle m'intéresse si les changements qu'elle induit peuvent être décisifs et amener une transformation irréversible vers la liberté de l'être.

J'aimerais poser quelques premiers éléments de réponse.

Pour quitter le cercle vicieux du développement de la personne et entrer dans une transformation qui la transcende, je questionne d'abord **qu'est-ce qu'est la personnalité ?**

Elle consiste en

une densification de la conscience

et/ou (un seul critère suffit pour maintenir sa pernicieuse emprise)

une réduction de l'espace intérieur

et/ou

l'acceptation du déroulement d'une temporalité

et/ou

une dispersion excentrique de l'énergie

et/ou

une focalisation de l'attention

et/ou

une préhension à partir des événements

et/ou

la recherche de la satisfaction des besoins individuels

et/ou

la fixation sur un devenir

et/ou

la fixation sur la guérison de blessures du passé

et/ou

la croyance en une séparation entre les êtres

et/ou

un attachement à des croyances ou des désirs.

A partir de là, elle se défend, se plaint ou se justifie.

Mon interrogation suivante est alors est-ce que la CNV peut œuvrer à un niveau non personnel ?

Il me semble que oui, si la conscience

est dans l'accueil de ce qui est

et (tous les critères sont nécessaires)

est posée dans l'instant présent

et

est détachée des croyances

et
met l'attention sur les ressentis sans s'attarder aux histoires
et
donne une considération équivalente à tout ce qui compose son environnement
et
crée une connexion directe avec les émotions et les besoins.
A partir de là, la conscience est le plus souvent sans défense, plainte ou justification ; emplie
de joie, de paix et de reconnaissance.