



Guide d'utilisation

pour 2 à 4 joueurs

TABLE DES MATIERES

Introduction	3
Préparation	4
Le jeu	4
Avant de commencer à jouer	5
Intention personnelle pour le jeu	5
Votre Enveloppe de l’Inconscient	6
La naissance	7
Instructions de jeu	8
À la fin du jeu	9
Prochaines étapes	10
Post-scriptum	11

Édition originale, copyright : © INNERLINKS, Inc. 1987.
Traduction française Le Souffle d’Or 1991, 2008.
sous licence par US GAMES SYSTEMS, Inc.
Tous droits de reproduction interdits dans tous pays.

Éditions LE SOUFFLE D’OR

5 Allée du Torrent
05000 GAP - France
www.souffledor.fr

CONTENU

1 plateau de jeu	16 cartons de niveau :
72 cartes d’Ange	4 rouges (physique)
100 cartes d’Ombre	4 orange (émotionnel)
100 cartes de Lumière	4 jaunes (mental)
12 cartes d’instructions	4 mauves (spirituel)
20 cartes de feedback de l’Univers	
404 jetons de Conscience :	16 jetons de Service
1 feuille rouge de 96 jetons	1 carte de 24 Peines
1 feuille orange de 96 jetons	4 enveloppes de l’Inconscient
1 feuille jaune de 96 jetons	1 bloc de feuilles de prochaines étapes
1 feuille mauve de 116 jetons	1 petit sac en plastique contenant :
	1 pièce, 1 dé et 4 pions de personnalité
	1 guide d’utilisation

INTRODUCTION

Le *Jeu de la Transformation* est un moyen de comprendre et de transformer joyeusement la façon dont vous jouez votre vie.

Il vous permet d'observer votre vie, le type d'événements que vous créez et vos réactions face à ces expériences. Vous pourrez découvrir comment utiliser ces événements pour votre croissance personnelle. Vous serez ainsi plus conscient de vos ressources personnelles, vous apprendrez de vos difficultés et vous pourrez mieux vous comprendre aux niveaux physique, émotionnel, mental et spirituel.

Le Jeu peut aussi être utilisé comme outil relationnel en individuel ou en groupe pour résoudre un problème ou pour réaliser un objectif. En offrant une nouvelle perspective sur des questions courantes de votre vie, le Jeu vous aide à clarifier vos croyances ou attitudes anciennes et transforme vos réactions chroniques. Le *Jeu de la Transformation* ravive votre créativité et vous permet d'actualiser votre plein potentiel, votre pleine puissance.

Le *Jeu de la Transformation* s'adresse à des joueurs de 16 ans et plus. Vous pouvez y jouer seul ou à 2, 3 ou 4 joueurs.

Le Jeu permet de créer un contexte stimulant et enrichissant qui engage à l'ouverture, la coopération et le partage d'expériences. Il est un miroir de votre vie et souligne vos occasions de croissance. Le Jeu donne un feedback clair sur votre usage de l'intuition et du libre arbitre, vous aide à affiner votre jugement et savoir quelles sont vos priorités, à connaître et compter sur vos ressources intérieures.

En jouant au *Jeu de la Transformation*, vous pouvez découvrir et explorer de nouvelles dimensions, accueillir les changements dans votre vie avec plus de compréhension et d'aisance.

Le Jeu peut être utilisé à plusieurs niveaux et dans des contextes variés. Il peut être joué pour le plaisir ou peut être adapté par des thérapeutes ou conseillers et faciliter une expérience profonde tant pour des particuliers que pour des groupes.

Les instructions qui suivent sont pour « débutants ».

D'autres produits ou services d'INNERLINKS sont présentés plus loin dans la partie « Post-scriptum ».

PRÉPARATION

Chaque joueur doit se munir de papier et d'un crayon pour le Jeu.

Mise en place : placez le plateau de façon que chaque joueur soit assis en face d'un sentier.

Battez les cartes de chaque pile – Anges, Lumière, Ombre, Feedback de l'Univers – et placez chaque pile, faces cachées, à leur place comme indiqué sur le plateau.

Placez la pièce d'**Éclair d'Intuition** au centre de la Source, le symbole de l'éclair apparent.

Mettez en place les pièces suivantes :

- Les jetons de Conscience de chaque niveau rouge, orange, jaune, mauve. (vous pouvez utiliser d'autres boîtes plus grandes, pour faciliter le tirage)
- Les cartes de Peines
- Les cartes de Service
- 16 cartons de Jeu (4 de chaque couleurs : rouge, orange, jaune, mauve)
- 4 Enveloppes de l'Inconscient personnel
- 4 pions de Personnalité, vous pouvez utiliser votre propre pierre ou cristal comme pion si vous voulez
- 1 dé
- 11 cartes d'instructions. Étalez-les de façon que les symboles soient visibles.

LE JEU

À lire à voix haute

Au début, chaque joueur choisit une Intention de Jeu particulière qui sera la base de ce Jeu. Chaque joueur remplit son Enveloppe de l'Inconscient avec différentes cartes.

Le jeu peut commencer.

Chaque joueur reçoit un carton de jeu rouge : il naît au niveau physique. En avançant sur votre sentier, sur le plateau de Jeu, vous ferez différentes expériences, selon les cases traversées. Pour chaque case vous trouverez une carte portant le symbole correspondant et donnant les instructions.

Petit à petit vous allez développer votre conscience, recevoir des jetons de Conscience et remplir ainsi votre carton de Jeu, au niveau physique.

Une fois que vous êtes passé maître à ce niveau et que votre Carton de Jeu rouge est rempli, vous passez au niveau des Émotions, puis du Mental et enfin au niveau mauve qui représente la dimension Spirituelle. Tout en passant d'un niveau à l'autre, vous mettez à jour les cartes de votre Enveloppe de l'Inconscient, et guérissez vos peines.

Lorsque vous êtes libre de toutes peines, que vous avez vidé votre Enveloppe de l'Inconscient et rempli tous vos cartons de Jeu, vous avez terminé votre jeu.

AVANT DE COMMENCER À JOUER

La première fois que vous jouez, vous allez apprendre à utiliser le Jeu.

Une fois que vous savez y jouer, vous pouvez continuer à l'utiliser comme outil d'inspiration, de clarification. Il est important de lire les instructions avec attention, clairement et à voix haute, en particulier la première fois que vous jouez. Pensez à suivre les étapes jusqu'au bout et dans le bon ordre. Les instructions peuvent sembler compliquées au départ mais vous arriverez rapidement à vous en rappeler. La première fois que vous jouerez, cela peut prendre plusieurs heures car vous apprendrez en même temps les instructions.

Au cours du jeu, parlez de votre expérience et de votre vie personnelle. Vous pouvez avoir un accord avec le groupe et décider jusqu'à quel point chacun peut partager, se révéler. Partager de façon concise et profonde permet de garder la dynamique du jeu.

Avant de continuer, décidez ensemble combien de temps vous allez jouer.

Gardez 15 minutes pour conclure le jeu et penser à vos prochaines étapes.

INTENTION PERSONNELLE POUR LE JEU

Commencez en choisissant un sujet personnel particulier avec lequel vous êtes en prise en ce moment dans votre vie et que vous désirez résoudre en jouant au *Jeu de la Transformation*. En gardant cela à l'esprit pendant le Jeu, les différentes expériences proposées vous donneront plus de clarté et de compréhension, un feedback sur votre attitude et de nouvelles directions en rapport au sujet choisi.

Le Jeu cible le problème et vous touchera aussi profondément que vous êtes prêt à l'être. Votre intention pour le Jeu est très importante et doit être choisie avec soin ; elle est la base de tout le déroulement du jeu.

Voici quelques exemples d'Instruction personnelle de jeu pour vous aider. Et bien sûr, trouvez-en une qui vous corresponde.

- Comment puis-je me libérer de la tension liée à mon travail ?
- Comment innover dans ma relation de couple pour y être pleinement heureux ?
- Je veux changer en moi ce qui m'empêche d'être joyeux, créatif et en paix.
- Comment faire usage de mon temps avec le plus d'efficacité pour terminer mon travail, tout en me sentant bien ?
- Comment être plus prospère financièrement ?
- Je veux trouver et éliminer ce qui m'empêche d'être confiant.
- J'ai l'intention de comprendre et de me libérer de mon intolérance envers les autres.
- Je veux trouver les moyens d'établir un meilleur équilibre entre travail et loisir, afin de jouer plus pleinement de ma vie.
- J'ai l'intention de connaître et d'éliminer les obstacles qui m'empêchent de servir, pleinement et créativement la planète.



Avant de continuer, choisissez votre intention personnelle particulière pour ce jeu.

Gardez à portée de main un papier et un crayon.

Prenez un moment en silence pour clarifier ce que vous souhaitez recevoir en jouant le *Jeu de la Transformation*.

Choisissez un sujet important pour vous maintenant et notez-le.

Lorsque tout le monde a noté son Intention de Jeu, chacun l'exprime au groupe.

VOTRE ENVELOPPE DE L'INCONSCIENT

Chaque joueur prend une Enveloppe. Cette Enveloppe représente votre **Inconscient personnel**. Vous la remplissez avec des cartes des ANGES, de Lumière et d'Ombre. Prenez les cartes comme il est indiqué ci-dessous et placez-les dans votre Enveloppe sans les lire.

1. Chaque joueur lance le dé. Le chiffre le plus grand indique qui commence. Puis, pendant tout le jeu, chacun prendra son tour en suivant le sens contraire des aiguilles d'une montre.
2. Celui a tiré le plus grand chiffre commence. Restez en contact avec votre Intention et lancez à nouveau le dé. Le chiffre sorti indique le nombre de **cartes des ANGES** que vous prenez, où vous voulez dans la pile, pour les mettre directement, sans les lire, dans votre Enveloppe de l'Inconscient. Chacun fait cela à son tour.
3. Gardez toujours présent à l'esprit votre intention et recommencez le même processus pour les **cartes de Lumière**.

4. Même processus pour les **cartes d'Ombre**.

Quand tous les joueurs ont rempli leur Enveloppe de l'Inconscient avec ANGES, Lumières et Ombres, le groupe est prêt à commencer à jouer.





LA NAISSANCE

Chaque joueur prend maintenant un **pion de Personnalité**. Prenez votre propre pierre ou cristal comme pion si vous voulez. Placez-le sur une case blanche du cercle de la Source, à la pointe supérieure du sentier en face de vous.

Ce pion représente votre identité ou votre personnalité dans le jeu. Sachez toujours avec précision sur quelle case il se trouve au cours du jeu.

Le premier joueur commence, gardez présent à l'esprit votre Intention et lancez le dé. Déplacez votre pion de personnalité d'autant de cases qu'indique le dé, autour de la Source dans la direction de la flèche.

Quand vous serez tombé sur une case de la Source représentant un Ange, vous serez né et prendrez place sur votre sentier

Si votre personnalité tombe sur une case blanche, vous restez à la Source et réfléchissez à votre Intention de Jeu, jusqu'au tour suivant. Si vous arrivez sur une case déjà occupée, partagez simplement cette case avec l'autre, en attendant votre prochain tour. Rappelez-vous où vous êtes. Si au troisième lancé de dé, vous ne tombez pas sur une case avec un Ange, votre ange gardien vous aide et vous attire : à votre quatrième tour vous allez naître automatiquement par « Césarienne Spirituelle » !

Quand votre personnalité arrive sur une case avec un Ange, vous naissez.

Alors :

1. Placez votre Personnalité sur la case représentant un Ange au sommet du sentier qui vous fait face.
2. Prenez un Carton de Jeu rouge pour indiquer que vous jouez maintenant au niveau physique.
3. Gardez votre Intention à l'esprit et prenez une carte des ANGES sans la regarder de votre Enveloppe de l'Inconscient. Ce sera votre Ange Gardien ou votre note fondamentale pour le Jeu. Mettez cet Ange particulier, face visible, sur le cercle extérieur du plateau de jeu, à l'endroit marqué Ange Gardien d'où il va illuminer votre Sentier. Les Anges tirés dans le Jeu par la suite seront toujours placés dans la partie basse de votre Carton de jeu.
4. Accueillez votre Ange Gardien. Laissez votre cœur et votre esprit s'emplier de sa qualité particulière. « Respirez-le » en vous. Soyez ouvert et demandez d'être inspiré pendant le Jeu par son énergie particulière. Si vous le souhaitez, partagez avec le groupe vos pensées, sentiments ou impressions au sujet de votre Ange Gardien.

Cela termine votre tour. Passez le dé au joueur suivant. Au prochain tour, vous commencerez à vous déplacer sur votre sentier selon les Instructions de Jeu qui suivent.





INSTRUCTIONS DE JEU

Si c'est la première fois que vous jouez, nous vous suggérons de lire ce qui suit à voix haute quand le premier joueur est prêt à se placer sur son sentier.

Vous lancez les dés une fois par tour et vous vous déplacez sur votre sentier dans le sens des flèches. *Vous arrivez sur une case et vous prenez la Carte d'instructions correspondante, celle qui porte le même symbole que la case, et vous en suivez les instructions.*

Au cours du Jeu, vous prendrez des cartes de votre Enveloppe de l'Inconscient et des piles de cartes disposées sur le plateau, vous les poserez aux places indiquées sur votre Carton de Jeu.

Le Carton de Jeu donne une image de votre processus de Transformation.

Vous passez au niveau suivant dès que vous n'avez plus de jetons de peine sur votre sentier et que vous avez rempli soit la partie supérieure de votre carton de Jeu avec 6 jetons de Conscience et un de Service, soit la partie inférieure avec 3 Anges. La seule exception est quand votre personnalité s'arrête sur la case de Transformation au centre de votre sentier.

Dans ce cas, vous passez immédiatement au niveau suivant, que vous ayez ou non rempli votre Carton de Jeu.

Quand vous passez au niveau suivant, vous placez votre nouveau carton de Jeu sur l'ancien. Vous laissez toutes vos cartes d'expériences en place et continuez simplement à déplacer votre Personnalité sur votre sentier, et jouez à un niveau différent.

Votre Jeu est terminé quand vous remplissez les trois conditions suivantes :

- 1 – Vous avez vidé votre Enveloppe de l'Inconscient.
- 2 – Vous êtes « maître » des 4 niveaux de Jeu.
- 3 – Vous n'avez pas de peines.

Gardez votre Intention de Jeu à l'esprit pendant le Jeu, laissez votre créativité s'exprimer et votre compréhension grandir à travers la structure du Jeu.

Les cartes que vous tirez vont éclairer votre Intention.

Réfléchissez à la façon dont chaque carte se rapporte à votre Intention ou à votre vie en général.

Les jetons de Conscience donnent des mots clefs pour soutenir votre croissance personnelle et votre compréhension du processus d'évolution.

Les cartes d'Ombre mettent en valeur les blocages à chaque niveau, qui vous empêchent d'accomplir votre Intention.

Les cartes de Lumière disent des vérités dont vous devez vous souvenir et indiquent certains pas à faire pour accomplir votre Intention.

Les cartes des Anges nomment des qualités spirituelles qui sont là pour vous aider dans



vosre Transformation. Leurs énergies sont subtiles mais si vous êtes ouverts à leur présence, les Anges peuvent travailler avec vous dans le Jeu, dissoudre les problèmes et apporter leur éclairage.

Le groupe entier peut décider d'arrêter de jouer quand un joueur a terminé son Jeu personnel, ou les autres joueurs peuvent souhaiter continuer à jouer jusqu'à ce que tout le monde ait fini. À la fin du Jeu, vous pouvez avoir une idée de vos prochaines étapes en suivant les instructions de la page, après le jeu.

Maintenant lancez le dé et bon jeu !

À LA FIN DU JEU

Quand le Jeu est terminé, revoyez toutes vos cartes sur chaque niveau, pour avoir un sens général de votre Jeu.

Écrivez le texte de vos cartes si vous souhaitez vous rappeler du détail de votre Jeu. Puis remettez les cartes dans leur pile.

Il n'y a pas de façon prédéterminée pour interpréter les Jeux.

Les différentes cartes ont les fonctions citées plus haut.

Celles qui restent dans votre Enveloppe de l'Inconscient représentent des possibilités particulières et des potentiels non actualisés des parties de votre « Moi » pas encore intégrées à votre vie.

Revoyez l'ensemble de vos cartes en relation avec votre Intention de Jeu et tirez-en le message qui vous correspond personnellement. Votre processus interne de Transformation ne s'arrêtera pas avec le Jeu. Dans les jours qui suivent, il peut vous être utile de vous relier avec votre Ange gardien et de revoir vos cartes de Jeu.

Soyez conscient de la manière dont vos habitudes se manifestent et apportez une attention et une énergie particulières aux points qui en ont besoin.

Revoyez et notez vos cartes maintenant.

PROCHAINES ÉTAPES

Si vous voulez avoir un panorama de vos prochaines étapes, suivez les instructions ci-dessous :

1 – Remettez toutes les cartes dans leur pile et battez les cartes de chaque pile.

2 – Revoyez votre Intention de Jeu, et jusqu'à quel point vous avez pu avancer, quels éclairages vous avez reçus.

Puis passez quelques minutes à considérer le futur tranquillement et contacter votre prochaine étape.

Vous pouvez soit utiliser votre Intention du départ, en la réaffirmant à la lumière de ce que vous avez appris, soit choisir une nouvelle Intention en fonction du futur. Notez par écrit sur la feuille de prochaine étape le point que vous souhaitez éclairer avant de continuer.

3 – Quand vous l'avez écrit, vous pouvez prendre des cartes de Lumière, d'Ombre et d'Ange selon les indications qui suivent :

- Prenez une **carte de Lumière** donnant des indications clefs pour votre prochaine étape.
- Prenez une **carte d'Ombre** pour indiquer un obstacle à surveiller, ou une limitation qui pourrait vous ralentir.
- Prenez une **carte de Lumière** qui indiquera une de vos ressources intérieures qui pourra vous aider face à cet obstacle.
- Prenez une **carte d'Ange** pour vous soutenir et vous inspirer dans votre prochaine étape.

4 – Recopiez le texte de vos cartes. Notez aussi les points particuliers, réalisation ou engagement, que vous voudriez mettre en oeuvre immédiatement. Si vous êtes perplexe par rapport à une des cartes que vous avez tirée, ou si vous n'en tirez aucun message immédiat, laissez-vous imprégner plus profondément du texte de la carte. Demandez à votre être intérieur de vous donner une compréhension claire de ces cartes dans les jours qui viennent. Restez ouvert. Reliez-vous à votre Ange et donnez-lui le temps et l'occasion de communiquer avec vous.

5 – Si vous le désirez, lisez vos cartes aux autres joueurs et prenez le temps d'échanger votre ressenti, vos réflexions avant de ranger le Jeu.

Vous pouvez recopier la feuille de prochaines étapes et l'utiliser pour être éclairé sur un point particulier de votre vie, sans jouer le Jeu en entier.

C'est un très bon outil de communication entre vous-même et votre être intérieur ou votre « Moi Supérieur » et il vous donne un cadre idéal pour mettre à plat les étapes de votre évolution.

POST-SCRIPTUM

Le Jeu de la Transformation solo et le Jeu de la Transformation Terre solo :

Lot supplémentaire de cartes d'instructions et de règles pour jouer seul. Jouer seul avec les règles vous permet d'explorer en profondeur vos possibilités de changement. En réponse à une intention de jeu, le jeu suit votre chemin personnel et éclaire votre problème particulier. Il met en valeur vos domaines de croissance et vos ressources nécessaires à votre avance, il donne de nouveaux éclairages et une meilleure compréhension de votre processus.

Jouer le *Jeu de la Transformation Terre solo* relie votre expérience personnelle aux événements planétaires, et met en valeur votre contribution particulière au monde. Les instructions en anglais sont disponibles auprès d'INNERLINKS. Lorsque les instructions pour chaque case de ce Jeu « débutant » vous sont devenues très familières, demandez la version solo (prix disponible à Innerlinks sur demande).

LA FORMATION D'ACCOMPAGNATEUR :

Une formation spécialisée pour les conseillers, thérapeutes ou autres qui souhaitent utiliser le *Jeu de la Transformation* plus profondément pour des sessions individuelles ou de groupe. Cette formation permet d'utiliser les règles avancées du Jeu.

Les participants qui terminent avec succès la formation seront certifiés par Innerlinks, pour utiliser les règles avancées et accompagner des ateliers avec le jeu.

L'ATELIER DU JEU PLANÉTAIRE :

Une expérience dynamique et inspirante : plusieurs dizaines de participants habillés en Lumière, Ombre, Anges ou joueurs jouent sur un seul sentier, grandeur nature. Le Jeu Planétaire se déroule sur 4 soirées consécutives et un week-end.

FRAMEWORK FOR CHANGE®

Framework for change est un outil d'apprentissage accéléré destiné aux équipes de travail pour acquérir de nouveaux modes de pensée et des atouts pour un succès durable. C'est un système de miroir structuré qui aide les participants à identifier et remodeler des attitudes stériles, et à augmenter la clarté de groupe, la cohésion et la compétence. Des formations pour consultants en entreprise sont disponibles auprès d'INNERLINKS.

Pour plus de renseignements à propos des Jeux de la Transformation solo, de la formation d'accompagnateur, du Jeu Planétaire, ou de Framework for change®, écrire ou téléphoner à INNERLINKS, P.O. Box 16225, Seattle, WA 98116.0225. USA – (206)9370783.

Les Cartes des ANGES sont également vendus séparément. Vous pouvez les commander aux Éditions Le Souffle d'Or, 5 allée du Torrent - 05000 GAP- France.
www.souffledor.fr – Tél. 0033 (4) 92 65 10 61.



ATELIERS avec le *Jeu de la Transformation* :

- ateliers d'un jour ou d'un week-end pour 4 personnes accompagnés par un Guide certifié par INNERLINKS Inc.;
- ateliers d'un jour « Découverte et expérience » : plusieurs groupes de 4 personnes avec un Guide certifié par INNERLINKS Inc. ;
- cycle de connaissance approfondie du Jeu ;
- atelier avec un sentier au sol accompagné par deux Guides certifiés par INNERLINKS Inc. pour des groupes de 12 à 25 personnes. Durée : 2 jours et 2 soirées.

REMERCIEMENTS

Le *Jeu de la Transformation* a été créé et développé par Joy Drake et Kathy Tyler, alors membres de la fondation Findhorn en Écosse. La création du jeu s'est affinée pendant plus de 10 ans et un grand nombre de personnes ont participé à ce projet et contribué à son aboutissement.

Nous vous remercions tous, Amis du monde entier, pour votre aide et votre soutien, et nous remercions particulièrement la Fondation Findhorn et les guides de l'atelier du *Jeu de la Transformation* pour leur consécration et leur joie dans l'engagement.

Nous sommes profondément reconnaissants aux joueurs volontaires qui ont donné leur temps et leur énergie si généreusement au projet.

Enfin la gratitude s'élève de notre cœur pour tous les Anges. Merci pour la grâce et l'inspiration.

Graphisme Mary Herman Design

Pour toute information sur le *Jeu de la Transformation* ou sur les séminaires au cours desquels les Cartes des ANGES sont utilisés, veuillez consulter le site www.souffledor.fr et la fiche détaillée du *Jeu de la Transformation* ; la liste des facilitateurs français y figure, ou la demander par courriel à contact@souffledor.fr, ou envoyer une enveloppe timbrée aux Éditions Le Souffle d'Or.

Pour commander les Cartes des ANGES, veuillez vous adresser à votre librairie spécialisée ou à :

Éditions Le Souffle d'Or - 5 allée du Torrent - 05000 GAP- France
www.souffledor.fr
Tél. 0033 (4) 92 65 10 61.

