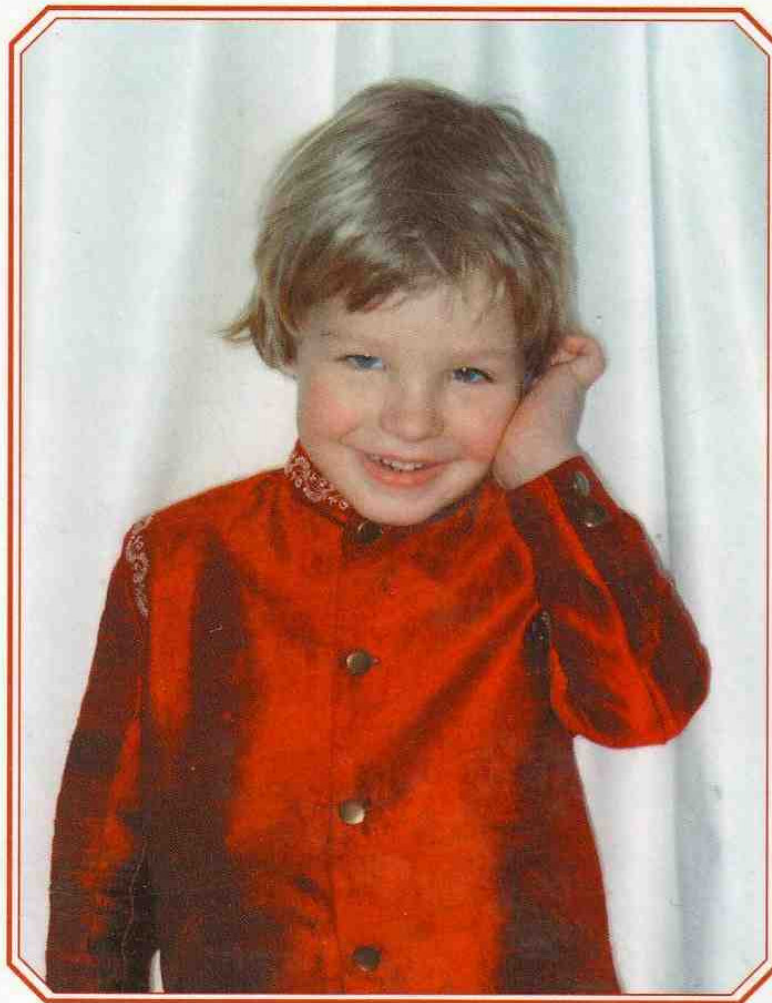


# SAI BABA

## PARLE DE L'EDUCATION

Tome 5

de  
Stephan von Stepski-Doliwa



# SAI BABA

## PARLE

### DE L'EDUCATION

Tome 5

de  
Stephan von Stepski-Doliwa

Titre original : « Sai Baba spricht über Erziehung »

Copyright © 2000 by Govinda Sai Verlag®  
Tous droits de traduction et de reproduction réservés par  
Govinda Sai Verlag  
Römerstraße 6a, D – 86947 Weil  
tél.: \*\*49/81 95/93 18 78, fax : \*\*49/81 95/93 18 79  
e-mail : [verlag@govindasai.de](mailto:verlag@govindasai.de) Internet : [www.govindasai.de](http://www.govindasai.de)

1<sup>ère</sup> édition française 2007

Contact :

**Le Coeur Ouvert**

Costa Zaboukis et Théodora Valsamis

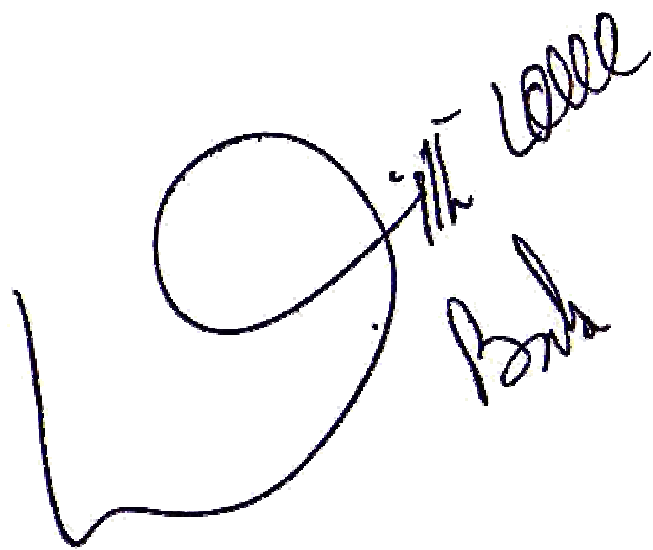
91, Rue de Bohan B-5550 Hérisson, Belgique

tél./fax : 0032/61/ 50 34 10

e-mail : [lecoeurouvert@skynet.be](mailto:lecoeurouvert@skynet.be)

Internet : <http://www.e-monsite.com/lecoeurouvert/>

SAI BABA PARLE DE L'EDUCATION

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'S' shape followed by the words 'Sathya Sai Baba' written in a cursive script.

Signature de Sathya Sai Baba  
Copie de l'original du livre allemand

# TABLE DES MATIERES

|   |    |
|---|----|
| REMERCIEMENT  | 6  |
| PREFACE   | 7  |
| INTRODUCTION  | 10 |
| LA SITUATION DU MONDE   | 11 |
| La trahison, la peur et leurs conséquences                                | 12 |
| La trahison et la peur dans l'environnement                               | 13 |
| La trahison envers les animaux et la peur des animaux et des plantes      | 14 |
| La trahison envers l'être humain et la peur de celui-ci                   | 16 |
| L'EDUCATION, LA TRAHISON ET LA PEUR                                       | 18 |
| Comment naît la peur ?  | 19 |
| Les parents sont déjà eux-mêmes des victimes de la peur                   | 20 |
| Les relations qui manquent de clarté, les relations changeantes           | 21 |
| Absence de décision claire pour les enfants                               | 23 |
| Pas le temps  | 25 |
| Manque d'empathie et manque d'estime de soi                               | 27 |
| Pas de bonheur  | 30 |
| LES SOLUTIONS   | 32 |
| La trahison et la peur se résolvent par le fait qu'on les regarde en face | 32 |
| La pensée active, <i>consciente</i> , positive                            | 33 |
| La jalousie en tant que test  | 34 |
| Le défi qui mène à la liberté intérieure                                  | 37 |
| L'éducation sévère n'est pas une solution                                 | 39 |
| LES DEVOIRS DES PARENTS   | 42 |
| Les devoirs des hommes  | 42 |
| Les devoirs des femmes  | 43 |
| - Des images négatives, des images positives                              | 44 |
| - Le grand travail des filles   | 45 |
| Conserve la joie des enfants  | 46 |
| La gaieté et le succès  | 47 |
| Enseigner des solutions   | 49 |
| Enseigner des valeurs   | 50 |
| La compagnie de personnes bonnes  | 52 |
| Les fêtes et coutumes   | 54 |
| Le <i>kairós</i>  | 56 |
| Etre un exemple d'amour   | 59 |
| Critiquer   | 61 |
| L'éducation par les conséquences des actes                                | 64 |
| Développer la confiance   | 66 |
| Tenir les promesses   | 68 |
| La gestion de l'argent  | 70 |
| Principes concernant l'argent   | 74 |
| LES DEVOIRS DES ENFANTS   | 75 |
| Respecter les parents   | 75 |
| La fraternité des êtres humains et la paternité de Dieu                   | 76 |
| Les enfants doivent être une lumière pour le monde                        | 78 |

|  |     |
|--|-----|
| L'EDUCATION ET LES FORMATIONS                                      | 80  |
| Le but, c'est la formation du caractère                            | 80  |
| Les écoles maternelles   | 82  |
| Le devoir des écoles   | 83  |
| Les valeurs, la religion, la spiritualité                          | 84  |
| La méditation est la religiosité « mise en pratique »              | 85  |
| Les enseignants doivent être des personnes exceptionnelles         | 86  |
| La motivation  | 88  |
| Noter les buts   | 91  |
| Encourager la créativité, le chant et le théâtre                   | 92  |
| Les langues et les dialectes                                       | 93  |
| Les enfants surdoués   | 94  |
| La dyslexie  | 97  |
| Le syndrome de déficit de l'attention                              | 98  |
| - Méthodes de thérapie   | 103 |
| Les formations   | 105 |
| Les universités  | 107 |
| DANS LA PRATIQUE   | 110 |
| Des conceptions et des décisions claires <i>avant</i> la grossesse | 110 |
| Une orientation positive pendant la grossesse                      | 111 |
| La place des frères et sœurs                                       | 112 |
| Les enfants adoptés  | 113 |
| L'accouchement sans violence                                       | 114 |
| Beaucoup de contact corporel                                       | 115 |
| La laine, la soie, le coton  | 117 |
| L'alimentation   | 117 |
| - Ce que tu ne devrais pas manger                                  | 118 |
| - Ce que tu devrais manger et boire                                | 120 |
| Ergoter  | 123 |
| Devenir propre   | 124 |
| Dormir d'un trait la nuit  | 125 |
| L'ostéopathie  | 125 |
| L'alopathie et l'homéopathie                                       | 126 |
| Les antibiotiques  | 126 |
| Les vaccinations   | 127 |
| Le pansement Emla  | 128 |
| L'hospitalisation  | 129 |
| Le dentiste  | 131 |
| La phase d'opposition  | 132 |
| La colère  | 133 |
| Les encouragements   | 134 |
| Les règles de conduite   | 135 |
| S'il vous plaît et merci   | 137 |
| Les enfants sont-ils les amis de leurs parents ?                   | 139 |
| La puberté   | 140 |
| Les relations de couple  | 142 |
| La Gâyatrî   | 144 |
| Les thérapies  | 144 |
| La communication   | 147 |
| ANNEXE   | 150 |
| BIBLIOGRAPHIE  | 151 |

# REMERCIEMENTS

Tout d'abord j'aimerais – évidemment – remercier de tout cœur Sai Baba. Je peux dire que tout ce que j'ai, c'est à Lui que je le dois.

**Sans Lui, ce livre n'aurait pas vu le jour, car je n'aurais jamais écrit un livre sur l'éducation !**

Sans Lui, je ne serais pas marié. Sans Lui, je n'aurais pas eu de fils ou alors un fils malade.

En outre, il y a longtemps que je ne serais plus en vie sans Lui, car Il m'a sauvé à plusieurs reprises. Tout comme hier, lorsqu'une voiture m'a coupé la priorité et je n'ai survécu que grâce au fait que la circulation venant en sens inverse était si lointaine que j'ai pu obliquer sur la voie gauche de la route.

Sai Baba m'a-t-Il sauvé la vie ou était-ce un hasard ?, pourrait-on demander.

Était-ce un hasard lorsque, sur l'autoroute du Brenner, juste au moment où je dépassais un camion, j'ai pu éviter un automobiliste, roulant à contresens, uniquement parce que je l'ai vu à temps ? Était-ce un hasard que juste après, un arc-en-ciel magnifique était visible dans le ciel bleu ?

Était-ce un hasard lorsque, sur la route vers Kiel où nous allions animer un séminaire, mon épouse Constanze<sup>1</sup> dit : « Le paysage est si beau, il ne manque que la signature de Baba ! » que subitement les nuages formèrent en grandes lettres le mot « Sai » ?

Et les innombrables livres qui me parviennent toujours au bon moment, est-ce aussi un hasard ?

Je ne peux que dire : Merci, merci beaucoup Baba !

Je suis également très reconnaissant envers mon épouse Constanze qui, non seulement a été à mes côtés durant toutes ces années, mais m'a aussi sans cesse et avec amour fait participer à l'éducation de notre fils Gopala. Constanze a été aussi la première à lire et à juger ce livre avec beaucoup d'engagement et de professionnalisme. L'éducation est en outre son violon d'Ingres ; c'est pourquoi elle a accompagné l'écriture de ce livre en posant de nombreuses questions intelligentes à Sai Baba.

Elle m'a été – tout comme dans de nombreux autres domaines – d'un grand, très grand soutien.

Je dois aussi énormément à mon fils Gopala. C'est grâce à lui que j'ai découvert le trésor que représente le fait d'être père, c'est-à-dire parent. J'ignorais que cela allait m'ouvrir un monde tout à fait nouveau. Il m'a appris combien il était important de traiter les enfants avec un grand respect. Et que l'amour est « l'objet d'échange » le plus important.

Je remercie Charlotte Kügler et Kristina Tendel de me donner sans cesse tout l'appui possible. De même, je remercie de tout cœur Corinna Pfisterer, Dr Irene Müller, Detlev Stolle et Hanna Thyssen pour leur correction précise et engagée.

Je voudrais encore tout particulièrement mentionner et remercier Mme Marianne Glaßer qui, par son grand professionnalisme en tant que lectrice, a découvert jusqu'aux plus petites fautes d'inattention, d'orthographe et de grammaire.

Ulrike Wolter est un autre pilier de ce livre. Son aide est merveilleuse. Elle est toujours prête à aider avec son savoir étendu, sa compréhension et son immense engagement. Sans elle, la réalisation de ce livre n'aurait pas été aussi belle.

Venise, le 9 août 2003

Dr Stephan von Stepski-Doliwa

---

<sup>1</sup> Ndt. : Par respect, nous avons conservé l'orthographe des noms allemands.

## PREFACE

Lorsque, grâce à la thérapeute Jungienne Phyllis Krystal, j'ai fait la connaissance des parents cosmiques, donc des parents idéaux, j'ai su tout de suite que j'en avais déjà eu une notion claire dans mon enfance. Car j'ai trouvé ces « parents cosmiques » dans les environs de Venise où j'avais déménagé à l'âge de quatre ans.

Ma relation par rapport à l'Italie est ambivalente, comme c'est souvent le cas pour l'objet de nos amours. Je souffre du manque de précision, du manque de planification et du fait que les villes admirables et les paysages magnifiques sont enlaidis par des constructions horribles.

Mais j'aimais et j'aime la cordialité des personnes, leur gaieté, leur capacité de comprendre l'autre, la chaleur et la lumière – à l'intérieur et à l'extérieur.

Les villes magnifiques, les paysages variés avec les bœufs blancs, les raisins jaune or et bleu foncé, la belle terre brune, les prairies vertes et les peupliers frémissants dans le vent. La bonne odeur du pain, du fromage frais et les pâtes fumantes.

J'ai trouvé les parents idéaux sous la forme de fermiers que j'aimais beaucoup et auprès desquels j'ai en partie grandi. Les employés de mon père m'ont également donné énormément et, aujourd'hui encore, je porte cela comme un trésor précieux dans mon cœur. Il me reste tant d'images qui me procurent une joie profonde comme, par exemple, ces nombreux hivers passés dans l'étable auprès des fermiers. C'est là que se rencontraient les familles, que les enfants faisaient leurs devoirs, que le grand-père sculptait un manche en bois, que le fils fabriquait une chaise, que la mère faisait de la couture et que la grand-mère tricotait – de cette façon italienne si particulière, c'est-à-dire une aiguille coincée sous l'aisselle. Ici, j'étais chez moi. Ici, mon âme fut nourrie.

Ensuite, je suis revenu en Allemagne – et ce fut horrible. J'ai dû aller dans un internat, qui plus est dans une école située sur le Obersalzberg où il y avait de la neige dès la fin octobre jusqu'au début du mois de mai.

Ce fut un choc, mais qui fut bénéfique en ce sens que j'ai commencé à poser des questions et à lire.

Mais comme je ne supportais pas la neige et que j'avais une immense nostalgie de mon chez-moi italien – de la fenêtre, je fixais jour et nuit les montagnes dans le sud en pensant : 'Par delà ces montagnes se trouve la liberté !' – ma mère, qui me comprenait bien, chercha une autre solution.

C'est ainsi que j'ai fréquenté l'internat d'Ising au lac Chiemsee. Je trouvais ce paysage beaucoup plus beau car, grâce à Venise, j'aimais l'eau.

Mais le directeur de l'internat était épouvantable. Par exemple, chaque matin il passait son doigt sur le menton des garçons plus âgés pour vérifier s'ils étaient bien rasés. Et gare si ce n'était pas le cas !

A cette époque, le beau café « Zum Goldenen Pflug »<sup>2</sup>, qui se trouvait juste devant l'internat, représentait la liberté. C'est là que j'ai passé des heures merveilleuses en compagnie de mes camarades de classe, devant une tasse de thé et du gâteau, et nous discussions de tout ce que nous ferions autrement que nos enseignants et nos éducateurs.

Ensuite, mon chemin a continué et, peu à peu, j'ai perdu de vue Ising et le café « Zum Goldenen Pflug »<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Ndt. : nom du café ; traduction textuelle = « A la charrue dorée »

J'ai passé mon bac, j'ai poursuivi des études et commencé ma thérapie. Puis, je suis arrivé auprès de Sai Baba qui m'a fait faire la thérapie qui va dans les plus grandes profondeurs car, où que je me trouvasse, Il me confrontait à moi-même.

Puis ce fut mon mariage, la construction de la maison à Grafrath, la naissance de notre fils et ensuite le déménagement en Italie (1999 – 2001) où, grâce à une amie aimable et engagée, nous avons trouvé une propriété magnifique en Ombrie. Mon épouse Constanze et moi avons le sentiment que c'était le lieu idéal pour construire un Centre. Si nous devons quitter l'Allemagne, et donc tous nos amis, alors au moins que ce soit pour cette raison-là.

A cette époque, Sai Baba m'a fait venir quatre mois durant auprès de Lui à Puttapparthi et, c'est touchant, pendant tout ce temps Il y resta Lui-même. C'est ainsi que j'ai pu corriger *Sai Baba parle de la psychothérapie* à proximité immédiate de Lui. Lors d'une entrevue avec Son architecte, Il a béni notre projet en Italie et Il a chargé Son architecte de nous seconder.

Et pourquoi tout cela ? Afin que je parvienne aux couches les plus profondes du thème de ce siècle : le thème de l'horreur et de la trahison.

Le projet en Ombrie traînait et traînait. Le vendeur nous a même fait venir à Rome, pour, le moment venu, nous faire défaut. C'était vraiment l'horreur. En plus j'avais à Venise un architecte qui devait aménager notre appartement et qui le faisait aussi très amicalement mais qui, au fond, voulait m'escroquer – et il aurait réussi à le faire si Baba ne m'était pas venu en aide, me sauvant ainsi.

Rester deux ans dans l'incertitude, travailler dans de nombreux endroits différents en Italie et ne pas savoir où on va réellement, c'était affreux : pas de chez-soi, pas de sécurité et, de surcroît, tous les processus intérieurs qui se déroulaient en plus.

A Grafrath, mon épouse Constanze et moi avons construit un véritable chez-nous et un beau Centre, et au lieu de cela nous voilà en Italie avec des valises non défaites.

Mais j'avais appris une chose décisive : ressentir ce que sont la trahison et l'horreur. Et, à coup sûr, rien que pour cette raison, tout cela en valait la peine !

Nous prîmes la décision de retourner en Allemagne – et cela nous a soulagé d'un grand poids. Nous devons reprendre possession de notre maison, il s'en était fallu de peu que nous l'ayons vendue, ce qui a pris un certain temps. Mais nous étions heureux de retrouver l'environnement familial et beaucoup de participants de mes séminaires étaient ravis.

Du 7 au 11 septembre 2001, dans les environs du lac Chiemsee, j'ai animé un séminaire qui avait pour thème : *Trahison et horreur*. Ce fut un séminaire incroyablement dramatique. Le dimanche 9 septembre 2001, Sai Baba me dit d'aller à Ising au café « Zum Goldenen Pflug », où Il me dicterait la structure du livre *Sai Baba parle de l'éducation*.

Je m'y rendis, trouvais un endroit sympathique dans le local que je fréquentais lorsque j'étais étudiant, et Baba me dicta la structure d'un trait. C'était merveilleux.

A l'endroit où, élève malheureux, j'étais venu si souvent, Il me dictait ce que devait être une bonne éducation.

Avec un sentiment très, très agréable, je retournai sur les lieux du séminaire – jamais avant, ni après je n'ai animé de séminaire dans cette région. Le cercle de mon évolution se fermait. Le séminaire a été par conséquent d'une grande profondeur et laissa un sentiment de bonheur. Portés entre autres par cette énergie particulière que j'avais expérimentée au soir du 9 septembre 2001, tous les participants ont abouti à des constatations fondamentales.

Le séminaire se termina le 11 septembre 2001 à 13 heures précises. J'ai rangé mes affaires dans la voiture et ensuite j'ai pris l'autoroute en direction de Munich. En route, j'ai appris par la radio qu'un avion avait foncé dans une des tours du World Trade Center à New York.

Subitement, l'horreur, que nous avons si clairement vécue pendant le séminaire, était nettement visible. J'étais bouleversé – mais malgré toutes les catastrophes qui accompagnent



cette époque, je sentais qu'une main divine aimante guide le destin du monde et s'investit infiniment afin que nous construisions l'âge d'or.

Au cours des années Baba nous a guidés, Constanze et moi, dans l'éducation de notre fils. Les enseignements ont déjà commencé peu après sa naissance par la dictée de *Sai Baba parle du monde et de Dieu*. Combien ces histoires instructives nous ont permis d'apprendre. A combien de questions nous a-t-Il répondu via la voie intérieure.

Combien de choses fondamentales ai-je apprises à travers ce livre-ci. Et comme c'est beau de savoir que l'éducation affectueuse, la compréhension, le respect, la patience et la foi solide dans ce qu'il y a de meilleur dans nos enfants font de vrais miracles et déplacent pour ainsi dire des montagnes.

C'est pourquoi j'espère que ce livre donnera à tous les lecteurs autant d'aide et de soutien que nous en avons sans cesse reçus, et qu'il réponde à leurs questions par rapport à une éducation affectueuse et pleine de respect.

... et « par hasard » nous sommes aujourd'hui le 3/3/03 ! (= 9, le nombre qui symbolise Dieu car on peut multiplier 9 autant de fois qu'on le veut, la somme des chiffres donne toujours 9 !)

Goa, 3/3/03

Dr Stephan von Stepski-Doliwa

## INTRODUCTION

L'éducation est le sel de la vie. Sans éducation, la plupart des êtres vivants ne pourraient pas survivre. Par exemple, que ne font les oiseaux pour apprendre à leur progéniture à voler et à chasser ! Et que ne doivent apprendre de très nombreux mammifères.

Mais l'être vivant le plus dépendant de l'éducation, c'est l'être humain. Combien ne doit-il apprendre, et cela la vie durant ! Car la vie entière est éducation ! C'est pourquoi je dis : *Life is the best teacher*, la vie est le meilleur enseignant.

L'éducation détermine en fin de compte si un être humain a du succès, s'il est heureux et en bonne santé et s'il mourra avec un bon ou un mauvais karma.

L'importante crise dans laquelle se trouve actuellement l'humanité et donc le monde, signifie que l'être humain doit fondamentalement changer sa façon de penser.

Son orientation de vie doit changer, sa foi, sa forme de relation, son alimentation et également sa forme d'éducation doivent en partie changer fondamentalement.

Le but de ce livre est d'être pour toi un guide. Il a pour but de te dire ce à quoi tu devrais absolument faire attention et ce que tu devrais éviter.

Puisse-t-il t'aider en outre à construire l'estime de toi et celle de tes enfants. Si tu trouves l'estime de toi, un jour ou l'autre tu parviens au Soi, et si tu parviens au Soi, tu parviens à Dieu. Et si tu parviens à Dieu, tu obtiens le bonheur éternel.

Et c'est justement cela ta destinée.

Sois donc heureux – alors tu auras atteint le but.

Ce livre a pour but de te montrer le chemin pour y parvenir.

Penses-y : tu es béni. C'est pourquoi le bonheur, le succès et la santé sont ta véritable destinée, et le divin est ton Soi véritable.

Sathya Sai Baba

## LA SITUATION DU MONDE

Les parents accomplissent beaucoup, vraiment beaucoup. Nombreux sont les mères et les pères qui sacrifient leur jeunesse, leur santé et il n'est pas rare qu'ils sacrifient même leur vie pour leurs enfants.

Mais beaucoup d'enfants ne sont pas reconnaissants envers leurs parents – malgré tout ce qu'ils ont obtenu. Être ingrat, est-ce une caractéristique des enfants ? Peut-être que tous les enfants sont ingrats ?

Nous devons nuancer. Bien sûr que de nombreux parents donnent énormément. Mais en même temps ils blessent également leurs enfants – souvent sans remarquer **qu'ils** le font ni **quand** ils le font et encore moins **comment** ils le font. Et souvent encore en croyant faire ce qu'il faut.

**Mais il y a des parents dont le comportement est réfléchi, qui ne se soucient pas uniquement du bien matériel de leurs enfants mais qui, grâce à leurs valeurs, peuvent être idéalisés par leurs enfants et qui leur donnent en plus énormément d'affection, d'empathie et de compréhension, qu'ils n'ont eux-mêmes pas reçues.**

S'ils ont été battus, humiliés, ignorés, profondément blessés, alors ils essayent de toutes leurs forces de ne pas transmettre cela à leurs enfants ; au contraire, ils essayent de les traiter avec un amour inépuisable, avec sollicitude, patience et empathie.

Ces parents font vraiment des choses merveilleuses. Ils sont les créateurs d'un avenir brillant : pour leurs enfants et pour l'humanité entière. Ils créent l'âge d'or. Les mains protectrices de leurs bonnes actions planent au-dessus d'eux.

Cependant, selon l'ordre cosmique il y a quatre ères : l'âge d'or, d'argent, de bronze et de fer. L'âge d'or est déterminé par le fait que Dieu, le monde, les êtres humains, les animaux et les plantes vivent en parfaite harmonie. Cette harmonie décroît d'ère en ère jusqu'à atteindre le niveau le plus bas dans le *kaliyuga*. Alors le Seigneur s'incarne – une fois de plus – et transforme l'âge de fer en âge d'or.

C'est justement à ce niveau que se trouve le monde en ce moment. Beaucoup de choses semblent s'effondrer. Le chaos semble tout envahir. Mais de ce chaos naîtra l'ordre divin et cela grâce à Dieu qui nous guide.

« Pourquoi existe-t-il quatre ères différentes ? » demanderas-tu. Parce que les âmes doivent faire leur évolution.

Exprimé d'une manière un peu générale, on pourrait dire que chaque âme s'incarne sept fois à chacun des dix niveaux de son évolution en tant qu'être humain. A chaque époque, les âmes apprennent des choses différentes nécessaires à leur perfectionnement.

Le *kaliyuga* avec ses terreurs effroyables, sa trahison et sa peur qui va souvent jusqu'à l'horreur, apprend à l'âme que le comportement négatif mène à des problèmes, à des souffrances et à des destructions énormes. Ces expériences permettent à l'âme de se purifier et de devenir consciente.

Mais tout cela à une condition décisive : que quelqu'un le lui enseigne.

C'est pourquoi il y a actuellement sur terre de grandes âmes qui enseignent les êtres humains. Le temps de la transformation décisive est venu : l'âge d'or est devant la porte, et il est même déjà là – cela dépend uniquement du point de vue de l'observateur.

Mais une ère nouvelle nécessite une éducation nouvelle, car ce sont les enfants qui créent l'ère nouvelle et lui donnent son empreinte. Ce sont les enfants d'aujourd'hui qui, en tant qu'adultes de demain, déterminent la destinée du monde. C'est pourquoi le monde se transforme si les

enfants sont éduqués différemment. La dureté, l'obéissance aveugle, la peur et la trahison ont engendré le *kaliyuga*. L'amour, la confiance et l'empathie engendrent l'âge d'or.

C'est pourquoi ce livre ne débute pas par de bons conseils d'éducation, aussi utiles qu'ils puissent être. Il commence à la racine du problème. Et, exprimé d'une manière généralisée, celle-ci provient d'un manque d'empathie, d'un manque de clarté, de la dureté et de la peur qui en résulte.

## **La trahison, la peur et leurs conséquences**

L'époque actuelle est encore empreinte de deux fléaux : la trahison et la peur. Et pourtant, si ces deux notions figurent au début d'un livre sur l'éducation, de nombreuses personnes vont sans doute se demander si c'est la bonne façon de commencer, si cela n'est pas trop énorme, voire même un peu pathétique. Le problème consiste dans le fait que les êtres humains, moins ils savent et plus ils sont convaincus de tout savoir. Beaucoup sont entourés de trahison et de peur – mais ne le sentent pas dans la plupart des cas – et les transmettent donc fréquemment. Et que pensent-ils ? Beaucoup pensent – malheureusement ! – que leur attitude est toujours bonne !

C'est pourquoi mon premier devoir est d'éveiller ta conscience par rapport à la peur et à la trahison. Si tu sais que ces deux-là sont **le** grand thème dans le *kaliyuga* et donc également dans ta vie, alors – peut-être pour la première fois ! – peux-tu te demander dans quelle mesure tu rencontres ces thèmes, dans quelle mesure ils te déterminent toi et ta vie, c'est-à-dire dans quelle mesure ton comportement vis-à-vis d'autrui est empreint de trahison et de peur.

A notre époque, un livre sur l'éducation doit débiter avec ces deux thèmes parce qu'ils imprègnent l'éducation des enfants dans le monde entier.

Il est probablement évident pour toi que le *kaliyuga* est empreint de peur qui va, et ce n'est pas rare, jusqu'à l'horreur. Pense seulement à ce qui s'est passé pendant les deux guerres mondiales. Mais même maintenant, longtemps après, la peur, la frayeur et l'horreur existent en d'innombrables lieux dans le monde.

« Mais la trahison ? » demandes-tu, « existe-t-il donc tant de trahison dans l'éducation des enfants ? ». Ma réponse claire est oui. Les enfants sont trahis sous des formes infiniment diverses.

Par exemple, par le fait que les enfants, déjà avant leur naissance, font l'expérience que leurs parents ne les désirent pas, et parce que les parents ne modifient pas leur attitude négative envers leurs enfants, ils les traitent avec un rejet que les enfants ressentent clairement – même si cela n'est pas conscient – comme de la haine.

La trahison et la peur qui va souvent même jusqu'à l'horreur, sont donc ressenties par l'enfant, soit dès le départ, soit au plus tard au moment du développement de son 'je', de son 'non', c'est-à-dire au moment où il développe son autonomie. Il n'est donc pas étonnant qu'il y ait actuellement énormément de personnes avec des problèmes psychiques les plus graves et que les services de psychiatrie soient souvent complètement surchargés.

Si nous comprenons l'âge d'or comme la période de l'histoire universelle où déjà les bébés sont éduqués dans l'esprit de la fraternité des hommes et de la paternité de Dieu, le *kaliyuga* est caractérisé par le fait que bon nombre de personnes ne savent pas ouvrir leur cœur, qu'elles considèrent leur égoïsme comme une conception de vie louable, et que ceux qui sont au pouvoir sont déterminés par une grande ignorance, une soif du pouvoir et en partie par une grande brutalité.

Une autre caractéristique du *kaliyuga*, et donc une forme d'éducation qui doit absolument changer afin que les êtres humains et le monde puissent guérir, est la suivante : beaucoup ne

connaissent apparemment pas du tout les questions décisives – sur lesquelles je reviendrai plus loin – ou ils y répondent de manière erronée, mais **croient** cependant avoir tout à fait raison. Beaucoup ressemblent en cela au petit garçon qui, avec la plus grande conviction, disait à son père : « Papa, 6 moins 4 font 3 ! » – Son père répondait avec amour, « Franchement, mon petit Charles, 6 moins 4 font 2. » – « Jamais de la vie, papa, » répondait Charles « je suis tout à fait certain que 6 moins 4 font 3. J'en suis tout à fait sûr ! » Le père désemparé pensait : 'l'instituteur du petit Charles a encore du travail à faire !'

Une éducation erronée, un manque de contact avec son for intérieur et avec Dieu se manifestent dans une surestimation de soi (qui devrait au fond s'appeler surestimation de l'ego) avec ses lourdes conséquences.

Les conséquences de l'aveuglement font que les êtres humains sont capables de commettre des erreurs on ne peut plus lourdes, qu'ils sont capables de faire des choses on ne peut plus épouvantables à autrui – et à eux-mêmes ! – tout en ayant la ferme conviction d'avoir raison.

Cela aussi est l'expression d'une éducation erronée : si, dans sa plus tendre enfance, quelqu'un ne rencontre pas d'empathie, n'est pas compris, n'est pas respecté, alors le plus souvent il se durcit et se ferme **aux vibrations subtiles de la compassion, de la douceur, de la vérité, de la droiture, de la voix intérieure et de l'ordre divin qui y est lié.**

Par contre, si quelqu'un est ouvert et sent le flux de l'amour et de la vérité en lui-même, alors il le pense, le dit et le vit, c'est-à-dire qu'il relie harmonieusement l'intelligence émotionnelle et l'intelligence rationnelle.

En revanche, s'il est fermé, alors il a perdu le contact réel avec lui-même et avec ses racines les plus profondes, et il vit telle une plante dont les racines ne vont pas dans la terre mais s'élèvent dans l'air. De toute évidence, cela ne peut pas aller bien longtemps, à moins de trouver de l'aide – et, Dieu merci, des aides il y en a beaucoup.

Mais comment les adultes pourraient-ils être là pour leurs enfants avec tous leurs sentiments et toutes leurs pensées, s'ils sont en réalité si déracinés – et qu'ils ignorent justement cette vérité et la nient fermement ?

Les enfants sentent parfaitement quand quelque chose ne va pas, mais comment pourraient-ils le communiquer à leurs parents, leurs éducateurs ou leurs enseignants si ceux-ci ne sont pas accessibles pour entendre la vérité sur eux-mêmes et sur leur comportement ?

Pauvres enfants. Pauvres parce qu'ils souffrent beaucoup et qu'ils courent le danger d'être coupés de leur propre vérité tout comme le sont leurs parents et leurs enseignants.

C'est pourquoi personne ne peut surévaluer le travail des bons parents. Ils accomplissent vraiment un travail divin. C'est pourquoi il n'y a pas un jour où je ne loue pas les mères qui donnent à leurs enfants tant d'amour, de compassion, d'estime et de force. Ce sont elles les véritables héros de cette époque, car elles transforment le monde par l'amour – par l'amour infini qu'elles donnent à leurs enfants. C'est pourquoi les enfants de ces mères et de ces pères sont les créateurs de l'ère nouvelle, car ils laissent s'épanouir la semence que leurs bons parents ont semée en eux.

## **La trahison et la peur dans l'environnement**

Ces bons parents et les bonnes familles qu'ils ont su créer ont à lutter contre certaines résistances avant que l'âge d'or ne soit visible pour tous et puisse être vécu par tous. Mais ces bonnes familles se trouvent sous la protection particulière de Dieu car Il sait ce qu'elles accomplissent, combien leurs cœurs sont bons, et qu'elles sont d'une importance capitale pour le monde.

Elles vont encore accomplir pas mal de choses avant que ne prenne fin l'ère de la lutte, de la haine, de l'autodestruction et de l'insensibilité. En effet, il y a encore toujours des personnes

qui traitent leur environnement, les êtres humains, les animaux et les plantes avec une telle insensibilité, un tel désintéret et une telle brutalité qu'on peut se demander : où ont-elles appris cela ? La réponse est malheureusement : **dans leur enfance !**

L'être humain traite tous et tout de la même manière qu'il l'a vécu et donc appris lui-même. **C'est pour cette raison que l'éducation est la chose la plus importante de toutes, vraiment la plus importante au monde.** Et comme ce sont généralement les femmes, les mères, qui éduquent, ce sont elles les personnes les plus importantes de toutes. Aucun homme ne peut accomplir professionnellement ce qu'une femme remplit d'amour accompli en privé. Cela veut dire que si un homme perd sa femme, ses enfants, son chez-lui et donc son bonheur privé, alors aucun succès professionnel ne pourra le compenser. Les femmes qui créent des relations, qui éduquent les enfants, qui s'occupent du foyer, sont donc les personnes les plus importantes – et c'est pour cette raison qu'elles ont une très, très grande responsabilité.

**Le pouvoir positif est toujours lié à des devoirs, des obligations, des privations et des renoncements.** Seul celui qui les accepte ne se laissera pas corrompre par le pouvoir et recevra une abondante bénédiction comme, par exemple, les femmes à l'âge d'or.

Mais une femme, aussi positive soit-elle, ne peut pas grand-chose contre l'esprit hostile du siècle.

Lorsqu'on considère comme allant de soi la pollution de l'environnement, lorsqu'on trouve « naturel » l'empoisonnement des plantes et donc des fruits et légumes, lorsqu'on trouve « tout à fait normal » la cruauté envers les animaux et leur abattage, alors la société est tombée au niveau le plus bas et toutes les familles seront touchées, voire détruites, par les influences négatives de l'environnement.

Mais tiens compte du fait que, comme disait Hegel, l'esprit du siècle évolue. Certaines choses qui étaient encore possibles il y a 50, 100 ou 200 ans provoquent aujourd'hui l'indignation.

Une exécution publique, par exemple, provoquerait aujourd'hui une tempête d'indignation dans l'Europe Unie. De même que des transports d'esclaves de l'Afrique vers l'Amérique. D'ailleurs, les esclaves de jadis étaient tout aussi parqués que le sont aujourd'hui les animaux. Qu'ils le sont encore ! Car cela aussi va changer.

## **La trahison envers les animaux et la peur des animaux et des plantes**

Pense toujours à ceci : la nature, le monde, l'univers sont Un. Tout est le Dieu unique qui, à cause de mâtyâ, l'apparence, l'illusion, semble multiple. Tout est Un. Une grande âme. L'âme du monde. L'âme de Dieu.

Si aujourd'hui, en tant que femme et mère, tu sers de la viande à ton époux et à tes enfants, alors tu soutiens activement la trahison et la peur.

Les animaux sont trahis par les « éleveurs » car ils ne les voient pas en tant qu'êtres vivants, mais uniquement en tant que fournisseurs de viande. Et c'est parce que ces personnes pensent ainsi que cela devient une horreur pour les animaux.

L'égorgeage est le grand thème actuel. N'est-ce pas un faux-fuyant ? Que d'autres animaux soient d'abord anesthésiés avant d'être saignés ne fait que voiler à quel point l'élevage, le transport, l'attente dans l'abattoir et l'anesthésie sont cruels. Beaucoup d'animaux sont aussi égorgés vivants dans les abattoirs réguliers. Pourquoi parle-t-on de la façon de tuer plutôt que de parler de la manière de laisser vivre les animaux ? Quel homme politique parle de cela ? Aucun. Quelle honte ! Quelle trahison, quelle horreur pour les animaux.

Mais la discussion au sujet de l'égorgeage est quand même utile parce qu'elle montre à quel point les gens sont devenus brutaux. Comment peut-on saigner un animal vivant et croire que c'est la volonté de Dieu ? Quelle image ces personnes ont-elles de Dieu ?

Et qui leur vend ces pauvres animaux, tout en sachant comment ils seront tués ?

Les femmes qui achètent de la viande et la préparent pour elle et pour leur famille – peu importe de quel animal cette viande provient ! – devraient être conscientes du danger auquel elles s'exposent, elles et leurs familles. Car rien dans la vie n'est sans conséquences.

C'est ainsi que certains parents et leurs enfants mangent chaque jour de la viande et s'étonnent d'avoir à lutter contre tant de maladies. Ronald Zürrer et Armin Risi écrivent dans leur fascicule très instructif *Vegetarisch leben*<sup>3</sup> : « En même temps que, durant le 20<sup>ème</sup> siècle, l'alimentation comprenait de plus en plus de produits animaux, les maladies cardio-vasculaires mortelles, de même que les cas de cancer ont augmenté chaque année de 3 à 5% et constituent aujourd'hui plus de **deux tiers de toutes les causes mortelles de l'être humain dans les pays occidentaux** (accentuation par moi). Rien que pendant les dix années entre 1975 et 1985, les maladies cardio-vasculaires en Allemagne ont augmenté de 41%, la formation de tumeurs chez les enfants et les adultes s'est accrue de 80%, le nombre total des hospitalisations a augmenté de 114% et les maladies concernant la grossesse, la naissance et la période périnatale de 227% (Informations données par l'Union fédérale des caisses allemandes locales de maladie). »

Et R. Zürrer et A. Risi écrivent plus loin : « Ce sont les végétariens qui sont le moins sujets aux maladies, qui ont le poids le plus normal, les meilleurs paramètres en laboratoire, de même que la meilleure tension artérielle. Leur réceptivité aux infections n'atteint même pas 20% de la valeur moyenne, et la fréquence de la nécessité d'un traitement médical est aussi minime. Et contrairement aux préjugés largement répandus, les végétariens n'ont ni carences ni déficits en ce qui concerne leur capacité physique. Et en dépit de leur espérance de vie plus longue, il existe nettement moins de cas de cancer. »

C'est pour cela qu'il faut que tu penses toujours à ceci : finalement, ce n'est pas un hostile environnement mais les choses erronées que tu as données aux tiens qui, un jour ou l'autre, te font souffrir.

Il ne sert à rien de se plaindre après coup sans rien apprendre et sans en tirer de conclusions. Tu te plains aujourd'hui. Est-ce que jadis les plaintes d'autrui, celles de tes voisins, de tes concitoyens, des animaux – eux aussi expriment comment ils se sentent –, ces plaintes t'ont-elles touché ?

Réfléchis encore à ceci : Les Romains autrefois avaient la très, très sage maxime *memento mori*, pense à la mort. De la manière dont tu traites autrui, de telle manière tu seras un jour traité. Tu ne te soucies pas de la trahison et de l'horreur que subissent les animaux. Te demandes-tu si un jour, dans un hôpital quelconque, tu subiras peut-être la même chose à tes dépens, si éventuellement tu vivras également l'enfer à cause d'un scalpel et de médicaments et essayes-tu d'y voir un quelconque lien ?

Ne prends pas mes mots à la légère. Combien se plaignent-ils de leur destin. Mais se sont-ils jamais soucié de celui d'autrui ?

Ecoute aussi ce que dit le sage Thich Nhat Hanh dans *Interbeing : Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism*<sup>4</sup> : « Les quantités de céréales qui sont utilisées dans les pays occidentaux pour la distillation d'eau de vie et pour l'alimentation des animaux sont énormes. Le professeur François Peroux, directeur de l'Institut de mathématique et d'économie appliquée à Paris, a constaté qu'on pourrait complètement supprimer la faim et les carences alimentaires dans le tiers monde si on réduisait de 50% la consommation d'alcool et de viande en Occident. La quantité de céréales ainsi disponible rendrait cela possible. En Occident, par contre, la diminution de la consommation d'alcool et de viande réduirait le

---

<sup>3</sup> Ndt : à notre connaissance, ce fascicule n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Etre végétarien.

<sup>4</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Quatorze directives pour un Bouddhisme engagé.

*nombre de personnes qui meurent d'un accident de la route et de maladies cardiovasculaires. »*

Ceci est un livre sur l'éducation. J'ai choisi à dessein un titre général car, premièrement, tout est éducation et deuxièmement, tu ne sais éduquer autrui que si tu as été éduqué toi-même. Je comprends par éducation uniquement ce qui te met en contact avec le divin, avec ce qui est bon et beau, c'est-à-dire ce qui mène à ton bonheur, donc ce qui te permet de vivre l'âge d'or. Tout le reste, je le considère pour le moins comme une perte de temps, voire un égarement. **Car seul sait éduquer, c'est-à-dire guider et diriger positivement, celui qui est lui-même un exemple.** Et un exemple est uniquement celui qui s'est instruit. L'éducation est instruction. Et c'est grâce à une bonne instruction que tu deviens un exemple.

**Mais la phrase décisive dans la vie est la suivante : tout compte.** Tu ne peux pas, comme certains démons de la deuxième guerre mondiale, être un père de famille affectueux à la maison et un monstre à l'extérieur. Et tu ne peux pas non plus être gentil à la maison et avec tes concitoyens, mais haïr les étrangers. **Tout compte, car tout est Un.**

De même, tu ne peux pas être très gentil envers les étrangers, mais bourrer les animaux et les plantes d'antibiotiques ou de pesticides et ainsi les mépriser eux, mais aussi les êtres humains. Et tu ne peux pas être gentil avec les animaux et les plantes, mais mépriser les êtres humains. Car tout est Un. Car tout est Dieu. Et ce Dieu, c'est toi. Seulement, tu ne le sais pas encore. C'est là tout le problème !

## **La trahison envers l'être humain et la peur de celui-ci**

« Tout est Un » signifie également que **tu es conscient d'être la cellule originelle de la société.** La phrase mentionnée plus avant disant que les femmes ne peuvent rien faire contre un courant mondial n'est juste en ce sens que beaucoup se trouvent complètement seules dans leurs efforts et que c'est en partie infiniment difficile pour elles. Mais aucune situation n'est immuable. Tout être humain a d'innombrables possibilités, parce qu'il a d'énormes capacités. Que vous pensiez ne pas (ne plus) pouvoir vous changer ni changer votre environnement, vient du fait que vous vous dévalorisez autant. Ce que Thalès de Millet a dit il y a 2500 ans est toujours valable au sens figuré : « *Donne-moi un point en dehors du monde, et je le sors de ses gonds !* » Ce point incroyable, au moyen duquel tu peux tout changer, se trouve **en toi.** Ce point, c'est ton véritable Soi.

L'équation est toute simple : plus tu vis ton Soi suprême, c'est-à-dire ta divinité, plus la trahison et la peur diminuent. **Cette divinité s'exprime dans la véracité, l'amour, l'esprit de sacrifice, le tact, la patience, la non-violence, le pacifisme, l'équité, l'empathie, la possibilité d'idéalisation, le respect et l'attention (cf. aussi : *Sai Baba parle de la psychothérapie*, p. 354 et suiv.). La fréquentation de personnes bonnes, la répétition du nom de Dieu, la méditation et la prise de conscience que tout est Un, te permettront de développer toujours davantage ces qualités.**

Vis ta divinité, et tout s'arrangera par le Soi divin.

Et c'est ce Soi, et rien d'autre, qui est la norme d'une bonne ou d'une mauvaise éducation.

C'est pourquoi je pars ici d'un point de vue général : **il ne s'agit pas du mode d'emploi pratique détaillé de l'éducation, mais de l'attitude fondamentale.** Je reviendrai aussi sur les points particuliers. Mais ce qui est décisif, c'est ton attitude. **Si ton attitude est erronée, tout sera erroné.**



Par les attitudes erronées, je comprends par exemple : la manie de toujours vouloir avoir raison, l'impatience, l'oppression flagrante ou subtile, la manipulation, la froideur, le désintéret, les accès de colère.

Et c'est justement ici que nous arrivons de nouveau à la trahison et à la peur. Si les parents ont des attitudes erronées et qu'ils les jugent bonnes, alors ils trahissent les sentiments de leurs enfants et ceux-ci vivront la peur à ce moment-là, tout comme à l'avenir.

Mais ce qui est grave en cette époque, c'est que presque tout le monde part de conceptions, de suppositions, de principes erronés en les **considérant** comme justes, non, comme **absolument justes**. Ce qui est réellement effrayant en cet âge, c'est que les êtres humains font des choses erronées tout en étant absolument convaincus d'agir correctement !

Ces personnes-là sont capables de commencer des guerres, de faire sauter des maisons, des villes, des contrées entières tout en croyant que c'est juste, que c'est même voulu par Dieu. Et ils sont capables de trouver un grand nombre de personnes qui pensent et font la même chose parce qu'elles aussi pensent avoir absolument raison.

## L'EDUCATION, LA TRAHISON ET LA PEUR

C'est pourquoi je suis contre la révolution, contre la violence, contre l'oppression et bien évidemment contre la destruction. Je suis pour le pouvoir de l'amour. Il agit lentement – mais de façon durable. Si tu as un ennemi et que tu n'exploites pas sa faiblesse, il devient ton ami – ce qui ne veut pas dire que tu ne dois pas être vigilant et clair !

Mais comment voulez-vous parvenir à cette prise de conscience tant que vos médias stupides et criminels vous racontent continuellement, et veulent vous faire croire, qu'on peut obtenir quelque chose de positif par la violence et la brutalité ?

C'est pourquoi je te pose ici une question très brûlante : comment veux-tu bien éduquer tes enfants et mener une vie de couple positive si tu te laisses influencer par ces médias en partie vraiment épouvantables et destructeurs ?

Ne devrais-tu pas en premier lieu bannir la télévision et te désabonner de la plupart des magazines, ou du moins ne plus les lire ?

Tu penses être capable de gérer ce flux d'informations négatives ? Comment veux-tu le savoir ? Penses-tu si bien te connaître ? Le veau, connaît-il le destin que lui réserve le fermier ? Le mouton, sait-il que le marchand le vendra à un boucher qui l'égorgera ? Et celui-ci, sait-il ce qu'il fait ?

Tu trouves que ces exemples sont un peu forts ? Je les trouve bien doux comparés à toutes les atrocités qu'on montre chaque jour à la télévision, dans les magazines et dans les illustrés.

Ce que tu vois, te façonne. Pense au verbe latin *informare*, former intérieurement. Chaque soi-disant information te façonne intérieurement. C'est ici aussi qu'il y a d'abord la trahison et ensuite la peur – voire même l'horreur : d'abord on te donne des informations erronées et, à la fin, ta vie est très éloignée de la réalisation que tu cherchais.

Demande un peu à des « personnes de la vie publique ». Combien de fois se sont-elles déjà senties calomniées, trahies, abusées par les médias ?

Et pourquoi les médias font-ils cela ? Pour t'in-former ? Non, pour avoir du succès, pour obtenir du pouvoir et de l'argent. Réfléchis donc à ceci : toi, ton bonheur, ton évolution, ton information, tout cela ne fait pas partie des buts recherchés par les médias !

Mais si tu prends si peu soin de toi-même, si tu permets que ton for intérieur soit si mal façonné, comment veux-tu alors bien prendre soin de tes enfants ? Comment veux-tu savoir ce qui est bon pour eux ? Est-ce peut-être également regarder la télévision une, deux ou même trois heures par jour ?

On a peine à le croire, mais beaucoup de parents pratiquent « l'éducation » de cette manière. Ils placent leurs enfants devant la télévision – ce qui compte, c'est qu'ils se tiennent tranquilles. Mais pour combien de temps ? Pendant combien de temps peux-tu donner une mauvaise nourriture psychique à tes enfants avant que cela n'éclate ? (cf. Rainer Patzlaff, *Télévision et physiologie humaine*).

Alors, beaucoup de parents disent : « Ce n'est plus mon enfant ! » Ou pire encore : « Il n'a jamais été mon enfant ! » Comme c'est simple ! Comme c'est insensé ! Premièrement, dans cette incarnation-ci, c'est toujours ton enfant.

Deuxièmement, pense à ce qui est écrit dans les Vedas : *Pour les enfants, les parents tout comme le guru, le guide spirituel, sont Dieu*. Qu'est-ce que cela signifie ? Les parents sont dans une grande mesure responsables du destin de leurs enfants. Ils sont Dieu parce que, premièrement les enfants les adorent comme Dieu et deuxièmement, parce que pour les enfants ils sont pareillement tout-puissants et troisièmement, parce qu'ils sont, dans une grande mesure, responsables de l'évolution de leurs enfants.

C'est-à-dire que si les enfants n'évoluent pas comme l'avaient imaginé les parents, ou un des parents, alors les parents doivent se demander où ils ont fait des erreurs.

Malheureusement, beaucoup de parents ne montrent aucun intérêt pour savoir en quoi ils ont fait des erreurs ni ce qu'ils auraient à apprendre. Si on voulait être cynique, on pourrait dire qu'ils sont réellement Dieu : ils sont omniscients et ne font pas d'erreurs !

Mais qu'en est-il de la phrase susmentionnée, *memento mori* ? Comment peux-tu espérer avoir une bonne mort si tu n'as pas pu être une bénédiction pour tes enfants ?

Ici le karma, la loi de cause à effet, se voit clairement : si tu ne sais pas prendre soin de tes enfants, tu ne sais pas non plus le faire pour toi-même. Si tu ne sais pas prendre soin de toi, tu rencontreras tôt ou tard des gens qui feront des actes que tu trouveras, avec raison, horribles. En effet, c'est horrible. Mais voulais-tu vraiment l'éviter ? Après tout, t'es-tu jamais demandé qui, **à cause de toi**, a vécu et vit toujours des choses épouvantables ? As-tu jamais accepté qu'on te fasse une remarque quelconque ? T'es-tu jamais réellement demandé si c'était bien ce que tu faisais ou fais encore à tes enfants ?

Réfléchis : chacun trouve la réponse s'il la cherche. Ou, encore mieux adapté à ta propre responsabilité : **chacun trouve ce qu'il cherche instamment**. Si tu cherches vraiment une réponse et que tu t'appliques sérieusement à la trouver, tu la trouveras. Ceci est une loi cosmique – par ailleurs également une loi du succès et de l'échec : tu trouves toujours ce que tu cherches du fond du cœur. C'est-à-dire : si, du fond du cœur, tu cherches un chemin vers ton enfant, tu le trouveras. Si tu ne le trouves pas, alors ce n'est pas la faute de l'enfant, mais c'est que tu n'as pas cherché assez sérieusement, ni avec suffisamment de sensibilité.

Ceci nous amène à un autre principe : **la trahison est toujours réciproque – celui qui trahit autrui, se trahit également lui-même**. Cela résulte inévitablement de la vérité que tous sont Un. Par exemple, je ne peux pas me couper une main et ne pas en être affecté. Nous sommes tous des parties de l'unique organisme appelé monde, ou plutôt cosmos. Ainsi **tous** sont concernés par ce qui concerne **un seul**.

Une expérience très simple peut te montrer cette grande vérité : demande à un groupe de personnes de se placer de telle sorte que chaque participant ait vis-à-vis de deux autres participants la distance qu'il juge bonne. Après un certain temps, tous auront trouvé **leur** distance. Alors, si un seul participant bouge, c'est-à-dire si **seulement une personne** change de position, tous vont devoir bouger et redéfinir leur position.

Cet exemple illustre bien aussi le fait que nous sommes Dieu : **un mouvement d'une seule personne a pour conséquence que toutes les personnes doivent redéfinir leur position**.

## Comment naît la peur ?

Nous avons un grand pouvoir sur autrui, vu que nous sommes tous reliés les uns aux autres. Mais celui qui a un grand pouvoir a aussi, selon l'ordre divin, une grande responsabilité.

**Celui qui exerce un pouvoir sans y associer responsabilité, devoir et esprit de sacrifice**, et encore moins sans être un exemple pour autrui, **commet une trahison**.

Cela veut dire que **la peur naît de la trahison de ceux qui ont le pouvoir mais qui ne se soucient pas de savoir ce que signifie avoir du pouvoir**. La trahison et donc aussi la peur sont si répandues en cette fin d'époque parce que nombreux sont ceux qui ne cherchent pas à savoir ce qu'ils doivent au pouvoir mais qui, par contre, se préoccupent presque exclusivement de savoir ce que les autres leur doivent du fait qu'ils sont les dominés.

En ce qui concerne l'éducation des enfants, ceci veut dire que les parents ne se demandent pas quels sont les besoins de leurs enfants, comment ils ressentent ce qu'on leur dit ou fait – et quelles en sont les conséquences pour eux. Et ici je dois dire clairement une chose que je soulignerai sans cesse dans ce livre : une mauvaise éducation, c'est-à-dire une éducation sans amour, sans empathie, sans compréhension, sans valeurs et sans respect est terrible, c'est

l'horreur. Pourquoi ? **Parce qu'elle détruit un des dons les plus importants de l'enfant : son estime de soi. Tu ne sais pas que tu es Dieu parce qu'il te manque cette estime de toi qui a une si grande portée.** Par contre, tout est possible pour celui qui a cette estime de soi, car toutes les limitations d'un être humain n'ont pas leur source dans un manque de capacités ou de possibilités, mais uniquement dans ce manque d'estime de soi. L'estime de toi que tes parents t'ont donnée décide si tu deviens un roi ou un mendiant. Ce que disent les Vedas est donc juste : **tes parents sont Dieu car, de la manière qu'ils construisent – ou non ! – ton estime de toi, ils engendrent ce que tu deviendras un jour.**

## **Les parents sont déjà eux-mêmes victimes de leur peur**

Ici nous arrivons à un autre point qui éclaire tout le dilemme de la pédagogie actuelle : les êtres humains sont des « esprits routiniers » ! Comme on dit si justement : *Ce que le petit Hans n'apprend pas, Hans ne l'apprendra plus jamais !* Ce ne sera pas facile pour Hans de s'habituer aux choses que le petit Hans n'a pas apprises.

En d'autres termes : ce qui a été manqué durant la jeunesse, ne sera appris et réalisé plus tard, si tant est que cela soit le cas, qu'à contrecœur et avec de grands efforts ou sous une forte pression. Les parents doivent donc absolument utiliser la tendre enfance de leurs enfants pour les habituer à des comportements qui leurs sont ou seront bénéfiques.

Mais qu'arrive-t-il lorsque les parents eux-mêmes ne savent pas ce qui est bon ou nocif ? Lorsqu'ils n'ont pas pour base de leurs décisions des principes universellement valables, positifs ? Lorsqu'ils ne comprennent pas leurs enfants, ne savent pas comprendre ce qu'ils ressentent, ne savent pas les guider avec amour ? Lorsqu'ils ne sont pas justes, qu'ils n'ont pas de valeurs solides et qu'ils ne peuvent pas être idéalisés ? De tout cela ressort une relation étroite entre le manque d'estime de soi, les attitudes erronées ou même catastrophiques, la vision négative des choses, le manque d'assurance, la peur et l'échec.

Quelle est la cause de tout ceci ? Pourquoi les parents font-ils des erreurs d'une si grande portée ? Parce qu'ils sont eux-mêmes blessés dans leur for intérieur. Parce qu'ils sont eux-mêmes des victimes. Parce qu'ils ont eux-mêmes perdu le bonheur, la joie, la légèreté et le rire.

C'est pourquoi je dis maintenant une phrase un peu provocante : celui qui ne sait pas se réjouir de la vie, qui ne sait pas rire, qui ne sait pas ressentir la légèreté de la vie, devrait se demander constamment s'il est correct de transmettre ses propres manières de voir – consciemment ou inconsciemment ! – aux enfants.

Il existe cette phrase un peu banale mais juste : *Rien n'est plus couronné de succès que le succès.* Je la modifierais comme suit : **Rien n'est plus couronné de succès que la joie, la créativité, la positivité, la légèreté et le rire.** Existe-t-il un plus grand succès que de rire chaque jour et de se réjouir de la vie ? N'est-ce pas justement cette manière de voir la vie qui fait que les habitants du Bangladesh, cette région si éprouvée, soient les personnes les plus heureuses, comme l'a montré une étude ?

Il y a deux nécessités pour ceux qui cherchent le bien et la vérité : premièrement, ils doivent reconnaître que la trahison, la peur et le manque d'estime de soi sont un sujet important en cette ère et deuxièmement, ils doivent voir comment, au lieu de cela, transmettre à leurs enfants la joie, la créativité, la positivité, la gaieté, donc l'estime de soi.

**Seul celui qui voit ce qu'il fait peut changer ses actes.** Autrement dit: si tes enfants sont malheureux, s'ils se sentent traités de manière injuste, s'il y a beaucoup de disputes et de joie ternie, *alors, en tant que parent, tu dois non seulement te demander ce qui ne va pas, mais te demander quelles erreurs tu fais.*

Et quelle est la réponse ? Demande à tes enfants, demande à ton partenaire, et tu recevras avec certitude quelques réponses instructives. Peut-être pas **une** réponse **unique**, mais si tu cherches suffisamment longtemps, grâce à tes efforts, tu trouveras certainement des suggestions utiles, une bonne solution ou une profonde compréhension.

Il convient ici de penser à la règle : **Les êtres humains peuvent tout obtenir, à condition de ne pas abandonner trop tôt.** La plupart qui essuient un soi-disant échec abandonnent trop tôt. Celui qui s'engage sérieusement – pour quoi que ce soit – pendant cinq ans et qui persiste, a du succès.

**Abandonner à temps équivaut évidemment parfois à un sauvetage. Mais seulement parfois. Dans la plupart des cas, c'est une trahison des propres buts qui n'ont pas eu la chance de produire leurs effets parce que vous n'avez pas pris le temps nécessaire pour les atteindre.**

**Réfléchis bien pour savoir ce que tu veux atteindre. Note-le minutieusement et accroche-toi, n'abandonne pas et tu obtiendras énormément – il en va de même pour l'éducation de tes enfants** (sers-toi, par exemple, du livre très utile de Stephan von Stepski-Doliwa : *Ich bin ich und ich bin gut – mein Dank, meine Erfolge, meine Ziele*<sup>5</sup>).

## **Les relations qui manquent de clarté, les relations changeantes**

Plus haut, j'ai mis en garde contre l'influence négative des médias. Dans la plupart des cas, ils visent le succès et ils mesurent celui-ci à l'argent gagné. Et comment gagne-t-on – malheureusement ! – le plus facilement de l'argent – pour le perdre par la suite ? En s'adressant aux pulsions des gens. Plus les besoins qui sont satisfaits sont élémentaires, plus le succès semble facile. Mais pas à terme, car l'argent gagné de façon non éthique se perd. Combien de personnes du cinéma et de la télévision, par l'interprétation de la violence, de la promiscuité, de la séduction, de la brutalité, de la tromperie, de la trahison ont, en un tour de main, gagné – et perdu – une fortune.

Tout d'abord, tout semble bien aller. C'est pourquoi de nombreuses personnes de l'industrie du divertissement misent sur un divertissement avec beaucoup de morts, de sexualité et des relations souvent changeantes. Tout cela ressemble à la liberté, à un vaste monde au grand horizon. C'est exact ! Le vaste monde – de la passion. Et comme chacun sait, celle-ci engendre la souffrance. La souffrance pour des adultes, des adolescents, des enfants et des bébés. Tous sont entraînés dans le sillage de la passion. Tous sont exposés aux souffrances, aux querelles, aux blessures. C'est typique du *kaliyuga*, une ère où tout semble permis.

Certains se comportent en plus comme s'ils trouvaient le plus grand plaisir dans ce qui fait le plus mal : l'adultère et les changements rapides des relations.

Ici, la trahison et la peur qui en découle deviennent à nouveau particulièrement claires. Et il est clair également qu'on les embellit. Dans la langue allemande, on parle volontiers de « Fremdgehen »<sup>6</sup>, pour l'adultère. Dans la langue italienne, le côté dramatique de l'événement est encore plus clair, car ici on parle de *tradire* et de *tradimento*, de trahir et de trahison.

Et que trahit-on ? L'autre ? Oui. Mais est-ce là le côté dramatique ? Non. Ce qui est dramatique, c'est la trahison de toi-même. Pourquoi ? Parce que la plupart des gens ne savent pas ce qu'ils font. Sinon il n'y aurait pas autant de personnes qui, à la fin, sont déçues et

---

<sup>5</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien – mes remerciements, mes succès, mes buts.

<sup>6</sup> Ndt : fremd = étranger, gehen = aller ; fremdgehen = être infidèle.

malheureuses, qui regrettent, qui aimeraient que cela ne soit jamais arrivé et qui se plaignent d'avoir été aussi sottes.

C'est exact, en partie, elles sont vraiment sottes. Mais seulement en partie, la partie de loin la plus petite. Pour la plus grande partie, elles sont les victimes d'une fâcheuse manipulation, d'abus ou même de tromperie.

Car la vérité est qu'un nombre infini de personnes sont trompées afin que quelques-unes, très peu en nombre, puissent amasser d'énormes richesses. C'est de la trahison, car la masse ne se rend pas compte qu'elle est manipulée par les quelques personnes qui veulent accaparer leur argent.

Et, de nouveau, nous arrivons à la loi du *kaliyuga* : d'abord il y a la trahison et ensuite arrive la frayeur. C'est ainsi que beaucoup croient ce qu'ils voient dans les films et pensent donc pouvoir faire de même – et ont les plus mauvaises surprises.

L'idéologie actuelle prétend : fais ce que tu veux et tu seras heureux. Vis tes désirs et tu seras comblé. Quitte ton partenaire quand cela t'arrange et tu obtiendras la joie véritable.

Je dis, par contre : si tu fais cela, tu trouveras avec une certitude absolue le malheur, l'échec, la tristesse, le mécontentement et la réincarnation ! Et crois-moi : il n'y a pas d'exception.

C'est pourquoi je demande : où sont l'amour, la responsabilité, l'esprit de sacrifice ? Où sont la paix, la sécurité, la légèreté et la confiance ?

Heinz Kohut, le grand psychanalyste, a raison lorsqu'il souligne sans cesse dans son livre *Le Soi* à quel point il est important pour une éducation saine de l'enfant que les parents soient capables de comprendre ce qu'il ressent et qu'il puisse idéaliser ses parents. **Pouvoir être idéalisé** veut simplement dire que l'enfant puisse admirer ses parents. Combien de parents peuvent-ils actuellement affirmer d'eux-mêmes qu'ils se comportent de telle manière que leurs enfants puissent les admirer ?

Et comment ces parents veulent-ils pouvoir comprendre les sentiments de leurs enfants s'ils n'ont pas de cœur pour leur partenaire ni pour eux-mêmes ?

Sois donc très prudent en ce qui concerne les décisions et les actes précipités. Avec quelle rapidité un verre se brise-t-il. Mais le réparer est très, très difficile – dans beaucoup de cas même impossible. Combien voulaient seulement vivre une seule fois une aventure et se sont trouvés dans un cauchemar duquel ils n'ont plus trouvé d'issue.

**Pense toujours à la plus grande faiblesse de l'être humain : il estime trop peu ce qu'il a et il surestime ce qu'il n'a pas.** C'est aussi une forme de trahison, car tout ce qu'il obtient a d'office moins de valeur !

**Pense donc également à une des plus grandes vertus de l'être humain : le contentement. L'être humain réellement content est très, très proche de la félicité.**

Mais toute l'économie est fondée sur l'insatisfaction, car seul celui qui veut encore plus, encore autre chose ou quelque chose de mieux, achète.

C'est pourquoi la loi contre l'insatisfaction, contre la trahison et contre la peur et la déception qui en résultent, s'énonce comme suit : **Voyage avec peu de bagages, mais avec des idéaux porteurs. Cela veut dire : examine toujours tes désirs en les comparant à tes idéaux.**

Méfie-toi des solutions qui paraissent simples, faciles. Elles n'existent pas, parce qu'elles sont toujours liées à beaucoup de passion.

Fais la chose la plus importante que tu puisses faire dans la vie : **éduque-toi au bonheur.** Sois intelligent et ne crois pas le non-sens de pouvoir obtenir quelque chose dans la vie sans sacrifice et sans renoncement. Cela n'est pas possible, déjà rien que par le fait que sacrifice et renoncement sont les meilleurs moyens contre la trahison et la peur.

Ne cherche pas de solutions bon marché, simples, car elles n'existent pas.

Chacun a droit au succès. Seulement, le succès a son prix – et beaucoup ne sont pas prêts à le payer. Le problème est là et non pas dans l'inaccessibilité du succès !

Pense toujours au fait qu'un jour tu devras abandonner ton corps et que, telle était ta vie, telle sera ta mort : remplie de bonheur ou remplie de passion-souffrance !<sup>7</sup>

## **Absence de décision claire pour les enfants**

**Le chemin le plus sûr vers le bonheur consiste dans le fait d'assumer la responsabilité de ta vie.** Ne te dévalorise pas. Tous tes problèmes, tous tes échecs résultent uniquement du fait que tu te dévalorises. Et sais-tu ce que cela veut dire ? Tu as été mal éduqué ! Tu as en toi l'idée destructrice que tu n'arriveras à rien – du moins à rien de valable !

Celui qui a de tels points de vue, conscients ou inconscients, se fait en tout cas un croc-en-jambe à lui-même. Et pourquoi ? Parce qu'on lui a sans cesse fait un croc-en-jambe dans son enfance.

Il n'y a rien de plus destructeur que d'entendre des phrases telles que : « Tu n'y arriveras jamais ! », « De toute façon, tu ne sais pas faire cela ! », « Ne te vante pas tant ! ». Des phrases qui sont encore plus graves lorsqu'elles sont dites en présence d'autres personnes car elles ont alors un effet encore plus destructeur !

Je dis sans cesse : ne blâme pas tes parents, ils ont créé ton destin. Pourquoi est-ce que je dis cela alors qu'il est plus qu'évident que certains parents ont non seulement manqué à leur tâche, mais ont fait des choses réellement graves ?

Je le dis parce que les récriminations qui n'ont pas lieu dans le cadre d'une thérapie bien structurée par exemple, (cf. *Sai Baba parle de la psychothérapie*) n'ont non seulement pas de sens, mais sont également extrêmement dangereuses. Là tu es étonné. Mais c'est exact. Les récriminations sont extrêmement dangereuses parce qu'elles te donnent l'illusion que toi tu es bien, mais que l'autre ne l'est pas.

Cette idée est fautive en trois points de vues : premièrement, c'est en fonction de ton karma que tu es né pendant le *kaliyuga* et deuxièmement, que tu es né et que tu as grandi chez ces parents-là. Troisièmement, les récriminations n'apportent aucune solution. Toutes les lamentations qui n'apportent pas de changement n'ont pas de sens. Aussi bien dans la vie qu'en thérapie. Mais pas seulement cela. Elles sont en outre très dangereuses parce qu'elles te donnent l'illusion d'être meilleur parce que tu es victime. L'intelligente Anna Freud qui, par son engagement pour les enfants et leur thérapie, a acquis de grands mérites, brillait déjà en tant que jeune femme par son article « Le moi et les mécanismes de défense » que je cite toujours volontiers parce qu'il est si fondamental.

Les enfants s'identifient inconsciemment avec le parent qu'ils trouvent le plus dangereux. C'est-à-dire que plus tu rejettes quelqu'un de ta famille, plus tu as de choses en commun avec lui. Et ce qui est décisif : **plus grande est la probabilité que tu transmettes à tes enfants précisément ce que tu as reçu toi-même et ce qui t'a fait tant souffrir et qui te fait manifestement encore souffrir !**

Nous sommes tous passés maîtres pour reconnaître les problèmes d'autrui – et nous aimons également les résoudre ! Mais nous n'avons pas envie de voir nos propres problèmes – et nous avons aussi des difficultés pour les résoudre.

Comment dit-on si bien? *Lorsque deux thérapeutes se rencontrent, l'un dit à l'autre : « Salut, comment est-ce que je vais, car je vois comment toi tu vas ! »*

---

<sup>7</sup> Ndt : ici, Baba fait un jeu de mots : Leidenschaft = passion, Leiden = souffrance, schaft = crée. La passion crée de la souffrance.

Les parents doivent donc être extrêmement vigilants lorsqu'ils ont des problèmes non résolus avec leurs parents, car la probabilité est très grande de transférer ceux-ci à leurs enfants (cf. *Sai Baba parle de la psychothérapie*).

Le fait que beaucoup de parents ne se décident pas du tout ou pas entièrement pour leurs enfants te montre à quel point ce problème est répandu.

Ici aussi nous retrouvons la trahison qui – surtout pour les enfants ! – entraîne rapidement la peur destructrice avec ses conséquences sur leur estime de soi.

Aujourd'hui, un grand problème consiste dans le fait que d'innombrables personnes s'engagent dans des relations sans y réfléchir vraiment. Que leur conduite puisse avoir des conséquences d'une grande portée, cela ne les effleure même pas. Mais qu'arrive-t-il lorsque la femme est enceinte ? Que faire ? Alors certains font même l'essai d'une famille. **Mais un enfant change tout fondamentalement et de façon durable** – une réalité que les parents signalent trop peu souvent et pas assez clairement à leurs enfants adultes ou mariés.

Un enfant modifie la vie de couple dans toutes les directions imaginables. Dans une bonne relation de couple, où l'homme et la femme **désirent** un enfant, ce changement avec toutes ses adaptations, ses sacrifices et ses difficultés est un grand cadeau.

La même situation devient un drame lorsque cet enfant n'est pas désiré par l'un des deux, voire par les deux. Car, subitement, la relation entre les deux personnes devient évidente. Si la relation « allait simplement son train », cela devient impossible lorsqu'il y a un enfant. Un enfant exige énormément. Il n'y a plus de place pour le manque de clarté, pour les demi-mesures.

Mais la sexualité et les relations de couple ont toujours à voir avec la possibilité – parfois même avec la probabilité ! – de procréer un enfant.

Aujourd'hui, cette loi évidente de la nature a été tellement refoulée que de très nombreux couples sont tout à fait surpris lorsque survient une grossesse.

**L'éducation, c'est-à-dire la relation avec son propre enfant, ne commence pas avec la grossesse, mais avant.** Seul celui qui a des idées claires, qui a des idéaux porteurs, qui désire s'engager, est capable de construire une relation de couple viable. Car il sait à quoi il s'engage et il cherche donc **consciemment** le partenaire avec lequel il peut bâtir une union durable. **Seul celui qui prend consciemment sa vie en main et la construit, se protège lui-même et autrui des déceptions, de la trahison, de la lutte, de la peur et de la destruction de l'estime de soi.** Seul celui qui est capable de construire une fondation avec clarté et savoir-faire, peut y bâtir une grande maison. Celui qui n'agit pas ainsi, ne doit pas s'étonner si la maison ne correspond pas à l'idée qu'il en avait. La tour de Pise montre immédiatement et clairement l'effet d'une fondation !

Seul celui qui, dès le départ, aborde **et note** clairement ses buts par rapport à une relation, aura du succès dans sa vie (cf. à ce propos l'histoire *Isaak ou le bon moment* dans le livre *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, ou le livre cité plus haut *Ich bin ich und ich bin gut*<sup>8</sup>).

**Que faut-il aux enfants ? De la sécurité.** Evidemment ils ont besoin d'amour, d'affection, de protection. Mais le plus important, en-dehors de l'amour, c'est **la sécurité**. Il est extrêmement menaçant et donc destructif pour l'enfant lorsqu'il ne se sent pas désiré, lorsqu'il n'est pas certain que les parents ne l'abandonneront pas, par exemple, en autorisant son adoption ou en l'abandonnant partiellement ou totalement lors d'une séparation.

C'est pour cette raison que je dis, en m'appuyant sur le livre de Jane Nelsen *Positive Discipline*<sup>9</sup> – sur lequel je reviendrai plus en détails : « **Le tout premier ordre dont les**

---

<sup>8</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien

<sup>9</sup> Ndt : à notre connaissance ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Discipline positive. Le titre de la traduction allemande est : Les enfants ont besoin d'ordre.



**enfants ont besoin, c'est l'ordre de la relation.** » Les enfants ont besoin que les parents se décident l'un pour l'autre et pour leurs enfants, **ou qu'ils l'ont fait et qu'ils s'y tiennent.**

Je souligne sans cesse (cf. *Sai Baba parle aux Occidentaux*, 17/8, 21/11) que les querelles peuvent être très dangereuses. Mais dans une relation stable, la querelle a un réel avantage, pour autant que les partenaires trouvent une clarification. Les enfants apprennent alors qu'on peut se quereller sans devoir se séparer. Ils apprennent que les désaccords ne sont pas forcément une raison de séparation. Ils apprennent en outre que tout s'arrange à la fin lorsque les personnes ont pris une décision claire et qu'elles s'y tiennent, qu'elles tiennent leur parole donnée. Seuls sont de bons parents ceux qui se décident, qui s'engagent, qui prennent la responsabilité de leurs actes et ne la rejettent pas constamment sur autrui. Ils assument leurs actes et les conséquences qui en résultent inévitablement.

## **Pas le temps**

Celui qui ne s'est pas décidé, qui ne veut pas voir ce qu'il se doit à lui-même et à autrui, celui-là n'a souvent pas le temps. **Les problèmes de temps ou d'argent sont les excuses les plus utilisées** par les personnes qui ne prennent pas leur vie en main, qui n'assument pas la responsabilité de leur vie.

Les enfants ont besoin de temps, les relations également.

Celui qui n'a pas de temps pour son partenaire ni pour ses enfants, aura bientôt besoin de beaucoup de temps, car il aura beaucoup de problèmes. Même dans ce cas, certains arrivent à se tirer adroitement d'affaire. Mais tôt ou tard, toutes les factures doivent être réglées. Celui qui est intelligent paye sa facture tout de suite, car c'est un gain de temps et d'énergie, cela évite bien des énervements et favorise en plus le calme intérieur, le contentement et l'estime de soi. Une facture qui arrive aujourd'hui et qui est payée dès le lendemain, ne te trotte plus dans la tête. Plus longtemps elle reste en attente, plus elle attire de l'énergie et plus elle reçoit de l'énergie : **ton** énergie. Car tu y penses, mais tu n'agis pas. C'est ainsi qu'elle te préoccupe consciemment/inconsciemment tout le temps. De plus, le fait de la laisser en attente peut faire d'une simple facture une histoire énorme qui, en fin de compte, peut même t'amener l'huissier de justice – et tout cela uniquement à cause de la remise à plus tard, du manque de temps, du non-agir. Ce comportement t'affaiblit énormément.

Pense à ceci : **la non-communication n'existe pas.** Si on t'adresse la parole, tu peux faire ce que tu veux, tu communique. **Le non-agir est également une forme de communication.**

Les parents devraient toujours avoir ceci présent à l'esprit : les enfants interprètent comme un rejet leur non-action, leur manque de temps, leur manque de présence. Et ils ont raison. Car combien de temps les parents gaspillent-ils avec les occupations les plus stupides mais n'ont pas de temps pour leurs enfants. C'est très blessant pour les enfants. Ce ne sont pas les grands discours, les reproches terribles ou même violents qui font la meilleure éducation, mais **le bon exemple.** Les enfants sont intelligents, ils jugent plus les actes que les paroles ! Les enfants observent tout minutieusement. Ils voient, remarquent, ressentent très précisément lorsque quelque chose ne va pas. Peux-tu, en toute bonne conscience, exiger de ton enfant qu'il range sa chambre alors que les pièces de ta maison ne le sont pas ? Pourquoi exiges-tu de ton enfant qu'il t'écoute, si toi tu ne l'entends pas ? Comment peux-tu attendre de ton enfant qu'il ne crie pas, si toi tu le fais constamment ?

Que dit Kohut ? **Pouvoir être idéalisé et avoir de l'empathie.** Lorsque les parents respectent ces deux lignes de conduite, ils auront des enfants merveilleux parce qu'ils leur donnent la chance d'être ou de rester tels qu'ils sont dès le départ : merveilleux !

Si tu peux être idéalisé, c'est-à-dire si tu es un véritable exemple et que tu es capable de comprendre ton enfant, c'est-à-dire de ressentir ce dont il a besoin, alors il sent que tu es présent et, par conséquent, il va pouvoir bien se développer.

Mais celui qui prétend ne pas avoir de temps ne peut pas être idéalisé, déjà simplement par le fait qu'il ne dit pas la vérité. Celui qui ne dit pas la vérité, s'affaiblit. Celui qui est faible et ne l'assume pas (ce qui le rendrait de nouveau fort !), ne peut pas être idéalisé. En plus, il ne comprend pas ses enfants, ne sait pas se mettre à leur place, sinon il ressentirait **qu'ils ont besoin de passer du temps avec lui**. Ma question est donc : pourquoi de nombreuses personnes passent-elles si peu de temps avec leurs enfants ? La réponse est très simple : ton enfant te met en contact avec ton enfant intérieur, avec ton monde affectif. Plus tu es coupé de ce monde des sentiments, moins tu aimerais être mis en contact avec lui. Ce sont les fameux *cadavres dans la cave*, c'est-à-dire tous ces sentiments et expériences que nous n'aimerions pas devoir nous rappeler.

Mais c'est là que sommeillent souvent nos sentiments les plus tendres, justement ceux dont nos enfants ont un besoin urgent afin de pouvoir grandir de manière heureuse, légère, créative et **tendre**.

La cave représente la fondation, l'inconscient. Peux-tu t'imaginer ce que signifie pour les enfants le fait que la fondation, l'inconscient de leurs parents renferme des questions aussi graves non résolues?

**Les enfants ont non seulement besoin d'ordre, ils ont un besoin de vérité pour le moins aussi urgent.** Car la vérité s'exprime dans l'ordre intérieur. Les enfants ont besoin de contact. Cela veut dire que si tu n'es pas suffisamment en contact avec tes enfants, si tu n'es pas à l'écoute de leurs besoins, alors tu exprimes que tu n'es pas en contact avec tes sentiments et tes besoins les plus profonds et que tu n'es donc pas forcément capable de donner à tes enfants la vie émotionnelle et la flexibilité dont ils ont tant besoin.

Regardons encore ce thème important d'un autre point de vue : la conscience vous a été donnée afin de réaliser Dieu. La conscience est un instrument hautement développé qui a pour but de séparer ce qui est juste de ce qui est faux et de purifier son contenu jusqu'à ce que seul le Dieu rayonnant en toi apparaisse.

Les enfants doivent faire leurs devoirs. C'est exact. Mais les parents ne devraient-ils pas faire aussi *leurs* devoirs ? Et les devoirs principaux des adultes ne résident-ils pas dans le fait de réaliser Dieu ? Et qu'est-ce que cela signifie ? Cela signifie que les parents doivent être ouverts pour tout ce qui les concerne directement. Et qu'est-ce que c'est ? Rien d'autre que leur propre monde affectif. Car le point central de tous les sentiments, c'est l'amour et le point central de l'amour, c'est Dieu. Celui qui s'approche de son enfant intérieur, s'approche de sa véritable destinée et celle-ci est l'amour.

Si tu résumes ces différentes idées, tu aboutis à ceci : si tu n'as pas de temps pour ton enfant, tu n'as pas de temps pour ton enfant intérieur, car l'un renvoie à l'autre. Si tu n'as pas le temps pour ton enfant intérieur, tu n'as pas de temps pour ton véritable perfectionnement qui est l'amour. Mais dans quel but veux-tu vivre si tu ne peux, si tu ne veux pas vivre ton amour ?

**Le temps est infiniment ... précieux !** Souvent, tu ne le remarques pas vraiment, car le temps est une notion tout à fait abstraite. Le temps est en outre un aspect que tu vis dans une large mesure en dehors de toi. **Mais si tu remplaces la notion de temps par vie**, ces idées prennent une toute autre dynamique. Alors tu n'as plus pas de temps, mais pas de vie.

Avec son côté dramatique, cela correspond exactement à ce que font beaucoup de gens ! Ils gaspillent énormément de temps sans réaliser qu'en réalité ils gaspillent leur vie ! Tu peux perdre de l'argent et le récupérer, tu peux perdre des amis et en gagner d'autres, tu peux même perdre ta réputation et te reconstruire une autre image. Le temps perdu, par contre, tu ne le récupères jamais. Car ce que tu as perdu, ce sont des parties de ta vie. Elles sont perdues à

jamais. C'est aussi pour cette raison que la vie est si précieuse et que tu ne devrais pas en gaspiller une seule minute car elle ne reviendra jamais, jamais, jamais (cf. le merveilleux article de Sénèque *De brevitae vitae, Sur la brièveté de la vie*).

C'est pourquoi il n'existe rien de plus beau que de savourer à fond sa vie et de partager ses expériences avec autrui et ici tout particulièrement avec ses enfants.

Alors, ne dis pas que tu n'as pas le temps de t'occuper intensément de tes enfants. Savoure plutôt le fait que tu peux partager ta vie avec eux. Et si tu as des difficultés à suivre ces idées, alors demande-toi comment tu te sentirais si c'était ton dernier jour à vivre. Quel serait ton contact avec ton partenaire, avec tes enfants et avec toi-même si ton médecin te disait qu'aujourd'hui est ta dernière journée ? Comment répartirais-tu alors ton temps, je veux dire ta vie ?

Tu devrais d'ailleurs toujours vivre comme si c'était ton dernier jour : premièrement, tu ne sais jamais si ce n'est pas réellement le cas et deuxièmement, cela donne à ta vie une intensité et une profondeur qui t'ouvriront de toutes nouvelles dimensions de toi-même.

## **Manque d'empathie et manque d'estime de soi**

Il est impossible de parler d'enfants, d'éducation ou de buts dans la vie, sans parler d'empathie et d'estime de soi. C'est pourquoi, plus haut, j'ai parlé à plusieurs reprises des deux. Car la loi s'énonce : si un des parents peut réellement être idéalisé, alors il a de l'estime pour lui-même – et son enfant développera également une bonne estime de soi.

Ceci nous montre le drame qui s'ensuit lorsque les parents ne peuvent pas être idéalisés : non seulement ils auront beaucoup de problèmes dans la vie, mais il en sera de même pour leurs enfants car, inconsciemment, ceux-ci adoptent les programmes de vie de leurs parents.

Si nous voulons bâtir l'âge d'or en nous et autour de nous, nous devons absolument nous libérer de notions erronées telles que : « *Le monde est mauvais* », « *Je suis mauvais* », « *Personne ne m'aime !* », « *Personne ne me voit !* », « *Pauvre de moi !* » Et sais-tu ce qui est vraiment effrayant ? Si tu as de telles pensées, tu as raison en plus : tu es un pauvre individu et ta vie sera une vallée de misère, **car tu deviens toujours ce que tu penses !**

Voici une histoire à ce propos. **Jeffrey** était un de ces perdants pour qui le verre est toujours à moitié vide et qui voient un problème dans chaque solution, un échec dans chaque chance, une échappatoire dans chaque vérité. Depuis tout petit, il avait été programmé pour l'échec. Son père était une de ces personnes stupides qui ne croient pas en leurs enfants et qui en plus le leur disent. « *Tu ne sais pas faire cela ! Tu n'as pas la moindre idée ! Tu n'arriveras jamais à rien !* » Jeffrey entendait cela si souvent, et malgré tout il aimait tant son père, qu'il croyait de plus en plus ces affirmations épouvantables. Pour finir, il était tout à fait déconcerté, ne voyait que des problèmes, ne s'aimait ni lui-même ni autrui. Bref : le pauvre se rendait la vie terriblement difficile. Et la vie jouait le jeu, car elle a envers toi le même comportement que tu as envers elle. Si tu es joyeux, la vie te donnera de la joie, si tu es triste, tu trouveras toujours de nombreuses raisons pour pleurer – jusqu'à ce que tu prennes un autre chemin.

Jeffrey était très triste, et je trouve qu'il avait tout lieu d'être triste, car avoir un père aussi négatif et avoir comme résultat de l'éducation un programme aussi fatal était une raison suffisante pour être découragé et malheureux.

Mais Jeffrey a eu de la chance. Il a fait la connaissance de Mary qui, certes, était également blessée mais qui lui portait de l'intérêt parce qu'elle sentait sa gentillesse et qu'en plus elle avait le sentiment qu'il allait encore faire une évolution importante. Elle était confortée dans ce sentiment par le fait que Jeffrey, malgré toute sa négativité, était très clair et engagé. Il avait cependant à ses yeux la particularité étonnante de tout noter par écrit. D'un côté, elle trouvait cela bien. Mais d'un autre côté, il y avait des moments où elle trouvait pour ainsi dire

insupportable qu'il lui lise ce qu'elle avait dit il y a quatre semaines et ce qu'il lui avait répondu. Parfois, cela l'agaçait réellement car il disposait là d'une mémoire particulière, d'un « procédé de preuves » particulier comme elle l'appelait, qui lui donnait souvent le sentiment d'être véritablement écrasée.

Mais étonnamment, Geoffry montrait certes clairement ce que l'un avait dit et ce que l'autre avait répondu, mais il n'utilisait pas ce « procédé de preuves » contre elle, il ne l'utilisait que pour clarifier les choses. Elle trouvait tout cela plutôt étrange, mais la manière avec laquelle Geoffry traitait cela faisait que Mary avait de plus en plus confiance en lui.

Puis Geoffry a absolument voulu se marier. D'abord, Mary s'en est réjouie, mais elle s'étonnait que Geoffry en parle constamment sans rien entreprendre. Il ne lui demandait pas si elle voulait l'épouser. Il n'expliquait pas comment il envisageait le mariage, encore moins prévoyait-il une date. Cela alla ainsi un certain temps et Mary n'insistait pas. Elle comprenait trop bien les sentiments de Geoffry pour lui poser des questions qui auraient pu l'embarrasser. Mais que ressentait-elle ? Elle n'aurait pu le dire. Cette passivité montrait clairement la blessure de Mary, car elle était prudente et réservée jusqu'à l'oubli d'elle-même.

Elle était consciente que quelque chose se passait en lui, que quelque chose le préoccupait et le freinait en même temps. Mary n'aurait jamais pu imaginer que le comportement de Geoffry avait à voir avec son programme intérieur concernant le mariage et la famille. Mais c'était très précisément le cas. Il aimait beaucoup Mary. Il était tout à fait clair pour lui que Mary serait la femme de sa vie. Mais il avait une peur panique des enfants – pas des enfants directement, mais de l'idée qu'il pourrait être un père aussi mauvais que ne l'avait été le sien pour lui. Mais il n'en était pas conscient. C'est ainsi qu'il hésitait jour après jour.

Alors arriva ce qui arrive souvent lorsqu'un couple s'aime beaucoup sans être capable de prendre une décision : la vie s'en charge. Et comment aurait-il pu en être autrement, Mary fut enceinte. Ce que tous deux avaient désiré consciemment/inconsciemment était arrivé, était maintenant une réalité indiscutable qui choquait tout d'abord Geoffry, car il risquait d'arriver ce qu'il avait tant essayé d'éviter : il devenait père et ne savait pas quel père il serait. Non, il pensait le savoir très précisément : un mauvais père ! Cela le paniquait.

Que faire ? Pour lui, il n'y avait qu'une seule possibilité : se marier et créer un chez-soi. Mary sentait sa panique et trouvait remarquable que, malgré ses grandes peurs, il assumait la situation et se décidait pour elle et pour l'enfant. En outre, elle se sentait confortée dans son bon sentiment vis-à-vis de Geoffry, sentiment qui lui avait toujours dit que c'était un homme très droit et de grande valeur malgré ses comportements parfois très particuliers.

Ils se sont donc mariés, ont aménagé un joli chez-soi et Geoffry soulignait aussi régulièrement ce qu'il fallait faire ou ne pas faire afin que le bébé, le petit enfant, se sente bien. Ensuite Benjamin est né et aussi bien Mary que Geoffry furent comblés.

Mais ce bonheur ne dura pas longtemps car premièrement, ils avaient de moins en moins d'argent et deuxièmement, Geoffry se sentait pratiquement à la merci de son fils. Il pensait sans cesse 'Il me demande tant, je ne supporte pas cela ! Au fond, est-ce supportable pour qui que soit ?', se demandait-il en sentant son désespoir. 'Benjamin est mon fils, mais comment être juste envers lui ? Ce que je ressens, est-ce déjà du rejet ?'

Comme déjà dit, Geoffry avait l'habitude de noter tout ce qu'il jugeait important. Il avait appris cela à l'école auprès de son professeur de latin pour lequel il avait beaucoup d'estime. Celui-ci répétait souvent : *verba volant, scripta manent*, les paroles s'envolent, les écrits restent et il avait à plusieurs reprises raconté des histoires pour démontrer combien il était important d'avoir une pièce justificative. Le professeur avait même raconté un événement où ce n'est que grâce à une pièce justificative qu'une personne avait pu éviter la prison.

Jeoffry prit donc un gros crayon rose et écrivit sur un grand papier : « Je veux être et je serai un excellent père pour Benjamin. L'aide pour y arriver me sera donnée ! » Il déposa ce papier dans le tiroir supérieur de son bureau et chaque fois qu'il l'ouvrait, il le lisait.

D'abord, il ne se passa rien. Si, quelque chose se passa : subitement, Jeoffry eut de moins en moins de temps pour son fils. Lorsque Mary le lui faisait remarquer, il rétorquait qu'il cherchait un meilleur emploi. Mais il ne trouvait pas de meilleur emploi. En revanche, il n'était pas souvent à la maison.

Un soir qu'il revenait tard à la maison, Dorothy était en visite. Il n'eut pas l'occasion de réellement apprécier sa présence parce qu'il ne tarda pas à se disputer avec Mary. Elle lui reprochait de ne pas bien prendre soin de sa famille et de n'être là ni pour elle ni pour Benjamin. Cette situation était très embarrassante pour Jeoffry car, tout en ayant des difficultés à le reconnaître, il sentait que Mary avait raison. Il était hésitant, inaccessible en quelque sorte, ce qui confortait Mary dans l'idée qu'il était absent.

Dorothy le tira d'affaire en disant : « Dis-moi, Jeoffry, te sens-tu débordé ? » Mais avant qu'il ne puisse répondre, Mary, qui était encore contrariée, dit : « Si quelqu'un est débordé ici, c'est moi ! » Ici, Jeoffry réagit de manière brillante : « Mary, tu as tout à fait raison. Tu as de bonnes raisons de te sentir débordée car tu fais beaucoup, vraiment beaucoup ! » Il dit cela du fond du cœur. Mary se sentit reconnue et comprise, et sa colère disparut en un clin d'œil.

Dorothy saisit habilement la situation en disant : « Mary, tu as toutes les raisons de te sentir débordée et je trouve que tu accomplis un travail incroyable. Je me demande cependant si Jeoffry ne se sent pas aussi débordé, mais seulement d'une autre manière. Il me semble, qu'en plus, il ne sait pas gérer le fait de se sentir débordé. » Jeoffry se sentit compris, ce qui lui donna la confiance en lui et le courage nécessaires pour parler de ses peurs qui le préoccupaient et dont il prenait de plus en plus conscience. « Ma peur, c'est d'être une nullité en tant que père. » Mary avait envie de dire : « Si tu continues ainsi, tu le deviendras certainement ! » Heureusement, elle se retint, portant plutôt son attention sur le fait qu'il avait fallu bien du courage à Jeoffry pour avouer cela. Dorothy dit alors comme en passant : « Nous apprenons à lire et à écrire, nous apprenons un métier, nous passons le permis de conduire, mais nous n'apprenons ni comment établir une bonne relation ni comment devenir de bons parents. Dans la plupart des cas, personne ne nous apprend cela – excepté quelques bons thérapeutes. J'en connais un. » Jeoffry avait écouté attentivement, bien qu'il ait eu le dos tourné, se faisant une tartine. Il murmura « Un thérapeute pour devenir un bon père ! » Mary dit : « Si cela peut t'aider, pourquoi pas ! »

Dorothy parla encore un peu de ce thérapeute, puis Benjamin se mit à pleurer et la conversation changea de sujet.

Plus tard, Dorothy prit congé et plus personne n'aborda ce sujet si important.

Mais un jour, Jeoffry sentit qu'il voulait absolument résoudre son problème par rapport à Benjamin. Il demanda à Dorothy de lui donner le numéro de téléphone de ce thérapeute et il l'appela.

Il réserva quelques séances chez lui et fut de plus en plus surpris du fait que le sujet des entretiens n'abordait guère sa relation avec son fils, mais plutôt sa relation avec son père. Et autre chose l'étonnait : plus il clarifiait sa relation avec son père, plus aisée était sa relation non seulement avec Benjamin, mais aussi son contact avec Mary devenait plus profond.

Après quelques séances, Jeoffry avait subitement non seulement du temps pour Benjamin, mais il prenait un plaisir infini à être auprès de lui et à constater combien il avait de l'importance pour Benjamin et Benjamin pour lui. Il pensait maintenant chaque jour : 'Quel cadeau de pouvoir voir grandir Benjamin'.

Et encore un autre événement étonnant survint : il trouva un nouvel emploi qui le comblait et lui permettait de gagner suffisamment pour qu'ils puissent tous vivre confortablement.

Que s'était-il passé ? La faculté de compréhension, le savoir-faire et la faculté d'aller à l'essentiel du thérapeute lui avaient permis de trouver une toute nouvelle estime de lui-même, ce qui était non seulement perçu par Mary et Benjamin, mais également par de nombreuses autres personnes. Il obtint le nouvel emploi grâce à sa manière d'être clair, décidé et en même temps aimable. Autrement dit : grâce à son travail avec le thérapeute, il avait développé un tout nouveau programme et plus d'estime de lui-même, ce qui lui permettait de faire de toutes nouvelles expériences.

## Pas de bonheur

Rien ne caractérise plus le *kaliyuga* que les querelles, les guerres, la trahison, le terrorisme, la peur et la terreur, c'est-à-dire l'absence de bonheur. Et pourquoi est-ce ainsi ? Parce que les âmes qui font leur évolution en cette époque doivent apprendre quelque chose : **qu'il n'y a pas d'intérêts individuels !** Il ne peut pas y en avoir, vu que tous sont Un. C'est tout à fait logique, seulement les êtres humains du *kaliyuga* ne le croient pas. Ils pensent pouvoir imposer leurs intérêts au détriment d'autrui. Que cela ne puisse pas se faire, ils ne le croient que lorsqu'ils l'apprennent à leurs dépens.

Ceci aussi est une des lois fondamentales de l'éducation : **de ressentir.**

Jadis, il y avait la phrase effrayante : *Voilà ce qui arrive lorsqu'on n'écoute pas !*<sup>10</sup> Ce qui voulait dire qu'un enfant qui n'écoutait pas, méritait de recevoir des coups. **Quelle phrase stupide ! Il n'y a pas de raison de battre un enfant.** Seul la pédagogie noire affirme qu'on doit frapper les enfants, même si cela nous désole. Que ce serait important pour les enfants. Cette phrase n'est pas plus sensée que celle qui affirmerait qu'il faut casser les jambes d'un coureur pour le faire courir plus vite !

Il n'y a que les parents stupides ou brutaux pour battre leurs enfants – et endommager ainsi leur âme et leur intelligence, car le QI des enfants battus et élevés de manière autoritaire se détériore de façon significative (cf. James T. Webb, *Guiding the Gifted child. A Practical Source for Parents and Teachers*<sup>11</sup>). Heureusement, il y a de moins en moins de parents qui maltraitent leurs enfants, car l'éducation affectueuse et respectueuse des enfants s'impose de plus en plus.

La notion sentir ne veut pas dire qu'un enfant doit être battu, mais qu'il doit faire ses expériences. Car la vie est le meilleur de tous les enseignants.

La plaque chaude de la cuisinière en est un exemple classique. Car la plupart des enfants ne croient pas que la plaque est chaude. Ils ne le croient pas pour la bonne raison que le mot *chaud* ne représente rien pour eux. Mais dès qu'ils ont touché la cuisinière chaude, ils le savent.

Cela devient encore plus évident au niveau de l'électricité car elle représente encore un plus grand *double bind*, c'est-à-dire un double message encore plus grand. D'un côté, le courant électrique est utile et son utilisation va tout à fait de soi, d'un autre côté, vu qu'il est si dangereux, il existe de nombreuses instructions quant à son utilisation.

Cela ne veut rien dire pour les petits enfants et s'ils en ont la possibilité, ils font l'essai en introduisant, par exemple, le premier clou venu dans une prise de courant. Ceci peut évidemment être extrêmement dangereux et même mortel, à la différence de la plaque chaude où on peut retirer la main au plus vite.

Car en ce qui concerne l'électricité, tout est impondérable, et les **enfants qui reçoivent une décharge électrique – même s'ils l'ont bien supporté – devraient absolument passer deux**

---

<sup>10</sup> Ndt : se dit en allemand : Wer nicht hören will, muss fühlen, ce qui veut dire textuellement : Celui qui ne veut pas entendre, doit sentir.

<sup>11</sup> Ndt : à notre connaissance ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre = Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants.

**jours en observation à l'hôpital, car des conséquences fatales peuvent toujours survenir durant ces deux jours – c'est-à-dire que l'enfant peut encore mourir des suites de cette décharge électrique ! Mais il ne faut en aucun cas les laisser seuls, car la solitude que les enfants vivent à l'hôpital lorsque les parents les y laissent seuls, peut encore être pire pour leur psychisme délicat que ne l'est la décharge électrique pour le corps ! (cf. plus loin : l'hospitalisation).**

La vie est un bien extrêmement précieux. Mais la vie n'est pas uniquement là pour apprendre, la joie en fait également partie. Pourquoi Dieu aurait-il créé le monde et donc la vie si elle n'était que souffrance et apprentissage ? Qui voudrait d'une telle vie ? Qui voudrait fréquenter une telle école ?

Par conséquent, traite tes enfants avec une grande prudence, avec beaucoup, beaucoup d'amour et de compréhension afin que, premièrement, ils ne fassent pas d'expériences épouvantables telles qu'une décharge électrique et deuxièmement, que tu ne détruises pas leur estime de soi et donc leur joie de vivre.

Vérifie sans cesse où tu pourrais faire une erreur dans ta façon de voir, où tu as une vision négative de la vie, où tu souffres de problèmes d'estime de toi. Résous tes difficultés. Ne les considère pas comme des difficultés insurmontables, mais comme des chances de croissance et donc de liberté.

Car **celui qui ne se regarde pas lui-même**, qui voit toujours la faute chez autrui, celui qui ne cherche que les problèmes et non les solutions, celui-là **se crée le monde qui correspond exactement à ces attentes négatives**. Car le monde est tout à fait plastique – il s'adapte très précisément à tes pensées et à tes attentes. **Tu es Dieu** – sera le fil conducteur de l'âge d'or. Cela ne signifie rien d'autre que, au moyen de tes pensées, tu crées exactement ce que tu vis ensuite. Tu as ce pouvoir – même lorsque, clochard pauvre et sans défense, tu végètes sous un pont, car tu t'es créé cette existence. Personne d'autre que toi, par tes pensées, par tes attentes, par tes buts, par tes programmes inconscients.

Le livre sur l'éducation pourrait au fond se terminer ici, car tout est dit : **prends conscience de ton pouvoir inouï, note avec précision tes buts clairs et positifs – et transmets ce savoir à tes enfants, alors tu te crées une vie comblée pour toi-même, pour eux et pour beaucoup de gens qui entrent en contact avec toi.**

## LES SOLUTIONS

Je souligne toujours, parce que c'est si important en cette époque, que la vie est un bien merveilleux. Ceci est d'une telle importance parce qu'aujourd'hui beaucoup voient et ressentent cela tout à fait différemment. En outre, le but le plus important de l'éducation est de transmettre aux enfants à quel point la vie est belle, précieuse et un immense cadeau.

La vie est si merveilleuse aussi parce que, si tu respectes les lois cosmiques, tu peux faire à peu près tout. Presque rien n'est impossible. De même, il y a une solution pour presque tout.

Pourquoi l'être humain de l'époque actuelle souffre-t-il tant, et en plus de tant de maladies ? Parce qu'on l'éduque de façon erronée, mal ou même pas du tout, parce qu'il ne se soucie pas des vérités profondes de la vie, parce qu'on ne lui montre pas les relations plus vastes entre toutes choses et qu'il ne vit donc pas son véritable destin qui est joie et bonheur. En d'autres termes : **parce qu'il cherche des problèmes au lieu de chercher des solutions.**

Celui qui ne se soucie pas des vérités de la vie valables de toute éternité, ne se soucie pas de sa véritable destinée. Celui qui ne se soucie pas de sa véritable destinée, ne se soucie pas de lui-même. Et celui qui ne se soucie pas de lui-même, se perd. Ceci est une trahison à l'encontre de la destinée humaine. Car il ne s'agit pas uniquement de prendre soin de toi, donc de ton bien-être physique, mais également de découvrir ce qu'est ta tâche en tant qu'être humain.

Vu que tous les êtres sont reliés, celui qui se trahit lui-même, trahit également les autres. Voici un exemple : imagine-toi être dans une forteresse encerclée d'ennemis. Imagine-toi qu'on ait besoin de chacun à l'intérieur de la forteresse pour repousser l'attaque mais, qu'au lieu de lutter, la moitié des guerriers sont assis à jouer aux cartes. C'est, tu peux en être certain, la ruine de la forteresse.

### **La trahison et la peur se résolvent par le fait qu'on les regarde en face**

Il en va de la vie comme de cette forteresse car plus il y a de personnes qui ne se soucient pas des intérêts plus profonds de leur existence, moins de bien peuvent faire ceux qui s'efforcent d'avoir une attitude positive vis-à-vis d'eux-mêmes, vis-à-vis de la communauté dans laquelle ils vivent et vis-à-vis du monde en général.

La trahison et la peur résultent du fait qu'on ferme les yeux. Les êtres humains ne regardent pas leurs besoins réels, ils ne respectent pas leur divinité, ni celle de leurs enfants, ni celle de leur prochain, dès lors ils se trahissent eux-mêmes et autrui, engendrant par conséquent une grande peur pour tous.

Le moyen pour contrer la trahison et la peur est donc simple : **tu dois regarder les choses en face.** La trahison et la peur sont comme des chiens : si tu détournes les yeux, si tu leur tournes le dos ou si tu t'enfuis, alors ils deviennent des animaux féroces. Par contre, si tu vas à leur rencontre, si tu établis un contact amical avec eux et si ta détermination est claire, alors ils peuvent devenir doux comme des agneaux.

### **La plupart des problèmes viennent donc du fait qu'on ferme les yeux.**

Mais à terme, ne pas regarder les choses en face n'est d'aucune aide, car **la vie te crée des problèmes jusqu'à ce que tu sois obligé de les regarder attentivement en face – et de les résoudre.**

Ce n'est qu'en les regardant, donc en en prenant conscience, que tu deviens adulte, que tu deviens un être humain véritable. Car l'être humain qui regarde les choses en face vit sa divinité, déjà rien que par le fait qu'il ne se dévalorise pas, qu'il ne se dérobe pas à ses devoirs, qu'il ne refoule pas, mais au contraire, qu'il désire activement résoudre ses problèmes.



**Regarder les choses en face, faire face, s'engager, développe l'estime de soi.** Par contre, ne pas regarder les choses en face réduit l'estime de soi et incite en plus à la trahison, à la peur, à la panique, voire à l'horreur.

Réjouis-toi donc toujours lorsque tu as des problèmes, lorsque tu dois les regarder en face, lorsque tu dois ou peux prendre position, car cela te donne la chance de progresser dans ton évolution. En plus, cela te montre que tu es un être de valeur.

C'est pourquoi je dis : sois comme un lion, lutte comme un lion. Lutte jusqu'au bout et remporte ainsi la victoire !

Si tu agis de cette manière, tu augmentes non seulement ton estime de toi, mais également celle de tes enfants. Grâce à ton exemple, ils apprennent comment se comporter eux-mêmes dans la vie. « **Renoncer n'est pas de mise !** » disent les enfants qui ont appris à aller jusqu'au bout. Et ils deviennent ainsi des vainqueurs car celui qui ne renonce pas, vainc. Toujours ! Soit dans le jeu, soit vis-à-vis du défi, soit par rapport à ses propres tendances, c'est-à-dire à ses habitudes qui veulent le dévaloriser.

Car quel est le plus grand ami et le plus grand ennemi de l'être humain ? Ce sont ses habitudes. **L'être humain s'habitue à un comportement au bout de trois à quatre semaines. Alors ce comportement est devenu une habitude.** Le contenu et la signification font partie de l'habitude. Par exemple, si un enfant est habitué depuis tout petit à ne pas manger de viande, alors c'est tout à fait normal pour lui. Par contre, si un autre enfant qui mange de la viande arrive dans une famille qui n'en mange pas, il mangera des produits à base de soja s'ils ont le goût de la viande ou d'un autre aliment que cet enfant connaît. Et voici ce qui est étonnant : cet enfant mange tout naturellement un produit de soja parce celui-ci a le goût de la viande. Mais si on lui dit que ce n'est pas de la viande, il ne le mangera plus ! N'est-ce pas surprenant ? Ainsi en va-t-il de la puissance de l'habitude, un goût qui n'est pas lié au contenu connu, la viande, n'est plus acceptée ! De même que la viande n'est pas acceptée si elle n'a pas le goût de viande !

## **La pensée active, *consciente*, positive**

A cause de la grande force de l'habitude et de nos difficultés à nous séparer de « nos bonnes vieilles » habitudes, il est d'une importance primordiale que **nous observions avec attention ce qui devient une habitude pour nous et quelles sont les habitudes que nos enfants adoptent par notre exemple ou par l'exemple d'autrui.**

Ici, je dois de nouveau souligner combien il est important de nuancer. La vie est belle, c'est exact. Mais que cette affirmation ne t'incite pas à une naïveté irréfléchie ou à un comportement confus. La pensée positive est très importante. Seul celui qui fait des pensées positives son habitude, a du succès à terme. Parce que le succès dépend en grande partie d'images et d'affirmations positives, de l'attitude positive vis-à-vis de soi-même et vis-à-vis d'autrui, et de la persévérance. Celui qui n'a pas de pensées positives et qui ne persévère pas, ne peut pas avoir de succès à long terme. Mais ne peut persévérer que celui qui croit que ses efforts en valent la peine.

Mais la persévérance et les pensées positives ne remplacent pas l'analyse critique **préalable**, le fait de peser le pour et le contre et la vérification des chances de succès. En effet, on ne peut pas dire que se jeter aveuglément dans une aventure fatale soit une performance remarquable.

Une grande performance consiste donc à prendre pour habitude de vérifier minutieusement les faits, de peser judicieusement les avantages et les risques, de calculer avec précision les possibilités de succès et d'arriver, après ces examens précis, à la conviction claire que tout ira bien et qu'une fois la décision prise, **on s'y tient malgré toutes les difficultés. Et cela jusqu'à ce que le succès survienne.**

Et à nouveau je dis : *Cum granum salis*, traduit textuellement : avec une pincée de sel. Ce qui, pour les Romains, voulait dire qu'une pincée de sagesse est aussi importante dans la vie qu'une pincée de sel dans la cuisine et que sans celle-ci rien ne peut réussir à terme.

Chaque décision peut donc être bonne ou mauvaise, cela dépend « du sel », de la quantité de sagesse avec laquelle elle est prise. Tu peux avoir procédé avec intelligence, mais avoir oublié un facteur important ou n'avoir pas pu prévoir un développement important, ce qui fait que le résultat de ton action peut être tout à fait différent. Dans ce cas, est-il encore sage de maintenir la décision prise ? Il se peut que oui, il se peut que non. Cela dépend fortement de toutes les autres données.

Mais ici, les pensées positives en tant que telles ne sont pas d'un grand secours. Dire simplement que tout ira bien ne suffit probablement pas, au contraire, cela peut te mener directement à la catastrophe.

Mais que faire alors ? Premièrement, tu dois minutieusement analyser ta situation actuelle. Deuxièmement, tu dois bien réfléchir à tout ou demander conseil à des spécialistes compétents et troisièmement, tu ne dois pas simplement dire *tout ira bien*, mais appliquer activement des pratiques spirituelles. Celles-ci peuvent être, par exemple, que tu demandes de l'aide et une réponse à Dieu, que ta demande montre clairement que tu as reconnu la gravité de la situation et que c'est pour cette raison que tu demandes à Dieu s'Il peut et veut t'aider. Que tu Lui demandes en plus qu'Il veuille bien te montrer si tu as avantage à maintenir la situation. Lorsque tu as clarifié ceci, il est également utile de t'imaginer que la situation a déjà abouti à une fin positive, et que tu remercies pour cela. (Les affirmations de Catherine Ponder dans *Pray and Grow Rich* sont très utiles ici.)<sup>12</sup>

Et qu'est-ce que cela veut dire concrètement ? Que signifie tout ceci pour toi et pour ta conception de l'éducation ? Qu'est-ce que cela signifie pour tes enfants ? La réponse se trouve déjà dans la Bible : « Il vomit les tièdes ! » Qu'est-ce que cela veut te dire ? Engage-toi, agis, mobilise-toi, ne laisse pas simplement les choses se faire, mais fais plutôt toi-même. Ce n'est pas en regardant souvent les sports à la télévision que tu auras une bonne condition physique, mais uniquement en faisant quelque chose toi-même.

Ton corps est un bien précieux. Pourquoi ? Parce qu'il te permet d'agir. La vie est faite d'actions et non de déclarations de bonnes intentions. Celles-ci comptent cependant également comme actions, de même que la non-assistance à personne en danger est aussi une action, car tu **agis** lorsque tu décides de ne pas agir. Mais c'est une action négative, passive. Cela ne te mène pas bien loin. **Par contre, réaliser ta vie de manière active, consciente et positive, t'apporte bénédiction.**

Penser simplement 'tout ira bien' est un acte du comportement passif, moins positif. Donc, fais quelque chose. **Ou, comme disait Bouddha : « Fais de ton mieux ! »** Si tu appliques cette sage maxime dans toutes tes actions, mais surtout bien sûr en tant que modèle et éducateur, tu obtiendras beaucoup et ta vie, comme celle de ta famille, s'épanouira.

## La jalousie en tant que test

Ce titre va probablement te surprendre si tu te souviens de ce que j'ai toujours dit au sujet de la jalousie, de la haine, de l'orgueil, de la cupidité et cetera. « La jalousie en tant que test ? » te demanderas-tu en réfléchissant pour savoir ce que cela peut bien vouloir dire.

Le but le plus important de l'éducation – je le répéterai souvent dans ce livre ! – est de maintenir ou de développer la joie, la créativité et l'estime de soi.

---

<sup>12</sup> Ndt : à notre connaissance ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Prie et deviens riche.

La jalousie a toujours un rapport avec l'estime de soi, ou plutôt avec les problèmes de l'estime de soi – et avec des programmes erronés.

Pourquoi les gens sont-ils jaloux ? Parce qu'ils croient que les autres possèdent plus qu'eux – et qu'ils n'arriveront jamais à obtenir cela ! Et qu'en est-il ? La réponse est simple et concise : **tout à fait faux !**

C'est pourquoi la jalousie est à voir en tant que test parce qu'elle te montre bien plusieurs choses :

1. Tu n'as pas encore découvert ta valeur, c'est-à-dire que tu ne disposes pas d'une estime de toi solide et résistante.
2. Ton programme de vie est absolument faux.
3. Tu ne planifies pas suffisamment.

Qu'est-ce que cela veut dire dans le détail ?

**1.** Au sujet de l'estime de soi, on peut dire que les personnes qui ont une estime de soi solide ne se comparent pas tellement aux autres, mais font ce qu'elles ont à faire. Selon Platon (La République IV, 433b), la justice consiste dans le fait que chacun a ce qui lui est dû et fait ce qu'il doit faire. Les personnes qui ont du succès, qui sont créatives, ne sont pas jalouses, **non pas** parce qu'elles ont plus que d'autres, mais parce qu'elles se concentrent sur leur tâche. Une autre raison qui fait que les personnes qui ont du succès ne sont pas jalouses, c'est qu'elles ont suffisamment conscience de leur propre valeur pour ne pas avoir peur que les autres puissent leur ôter quelque chose ou qu'il n'y ait pas suffisamment pour tout le monde. Celui qui a conscience de sa propre valeur, ressent **l'abondance en lui** et la trouve donc également à l'extérieur.

**2.** Par rapport au programme de vie erroné, on peut dire que les personnes qui sont jalouses passent la plupart du temps à s'occuper de leur jalousie au lieu de faire quelque chose. Le monde est fait de telle manière qu'il est très facile de n'aboutir à rien, de rater, d'échouer. Mais avant le succès, les dieux ont placé la sueur. Tu n'obtiens le succès que grâce au travail, aux planifications, à l'engagement, à la discipline et à la persévérance.

Remarques-tu la différence ? L'échec, tu l'obtiens « facilement » en ne faisant rien. C'est tout. Par contre, le succès exige de toi : la planification, l'engagement, la discipline, la persévérance, la patience et même des sacrifices et des renoncements. Comprends-tu maintenant la différence ? L'échec et la jalousie sont « faciles », le succès et le contentement, par contre, représentent une grande performance.

**3.** Nous arrivons ainsi au dernier point : la planification. Souvent, les gens n'ont pas de succès parce qu'ils ne planifient pas. L'univers entier est basé sur l'ordre, la clarté et le respect des lois divines. L'ordre est divin, la propreté est divine, la planification est divine, la discipline est divine. Celui qui ne respecte pas ces quatre lois, n'aura pas de succès à terme. (cf. *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, p.333 et suiv.)

C'est pourquoi, en tant qu'adulte, il est de ton devoir, grâce à l'ordre, la propreté, la planification et la discipline, d'aboutir aux résultats un et deux de ces quatre lois. Je te demande : « Quels sont ces résultats ? » *Le succès est le premier résultat, l'estime de soi est le deuxième !*

Les parents ont donc le devoir de faire comprendre ces programmes positifs à leurs enfants. Les enfants sont souvent jaloux. Les parents doivent justement mettre à profit cette situation pour instruire leurs enfants. Des affirmations telles que : « Tu ne dois pas être jaloux ! » ou pire encore : « La jalousie est un sentiment très mauvais que tu ne dois pas avoir ! » ne changent rien, elles sont plutôt contre-productives.

Par contre, il est judicieux que les parents découvrent pourquoi leur enfant est jaloux, qu'ils puissent ressentir ce qu'il ressent et enfin qu'ils lui montrent que celui/celle dont leur enfant est jaloux, **s'est construit quelque chose – et que leur enfant peut également y arriver. Que le succès ne tombe pas du ciel, mais qu'il faut travailler pour l'obtenir.**

Les enfants doivent donc apprendre tôt qu'à l'aide de l'ordre, de la propreté, de la créativité, de la planification, de la discipline, de la persévérance et de la patience, ils peuvent obtenir presque tout, voire tout.

Pense toujours à ceci : Dieu t'a tout donné – en tant que disposition. **Tu dois le développer.** Et c'est justement dans le verbe « développer » que se trouve toute la vérité : **c'est en toi, c'est enveloppé en toi. Tu dois le découvrir et le dés-envelopper, le développer.**

Et c'est cela la grâce, car par le développement de tes possibilités et capacités, tu te développes, tu trouves ton estime de toi, c'est-à-dire ton Soi. **Ceci est la signification la plus profonde de la créativité.**

Mais tout cela ne peut être atteint que par le travail, par l'effort. Et c'est cela la grâce, car le travail est grâce. Le travail est le grand cadeau. L'oisiveté, par contre, est le fléau qui produit la jalousie, la cupidité, le mécontentement, l'envie et la haine.

**Réjouis-toi donc lorsque tu peux travailler.** Montre le bon exemple à tes enfants. Montre-leur que tu vis ton travail comme une grâce. Et transmets-leur constamment le message que l'école et l'instruction sont également une grâce, car elles préparent l'aiguillage pour le succès futur.

Ici nous arrivons à un autre thème décisif : la corrélation entre succès et contentement. **Le succès ne mène pas forcément au contentement et le contentement pas forcément au succès.**

En quoi consiste alors cette corrélation ? **Dans le fait de voir ce que tu as.** Ceci est un des grands secrets de la vie : ne sois pas perpétuellement en recherche de nouveaux buts, mais **vois ce que tu as !**

La plupart des gens ne sont pas contents parce qu'ils s'habituent trop rapidement à ce qu'ils ont obtenu et ne voient pas ce qu'ils ont atteint, ce qu'ils ont construit, ce qu'ils ont à leur disposition aujourd'hui comparé à jadis.

**Beaucoup de gens tiennent une « comptabilité » tout à fait fausse.** Les problèmes, ils les voient très bien et, dans une grande mesure, ils se laissent influencer par eux. Par contre, ce qui est positif, ils le trouvent « normal » et par conséquent n'y font pas attention.

Tu dois absolument abandonner cette attitude et inciter tes enfants à **prendre conscience de tout ce qu'ils ont – et que c'est beaucoup !**

En effet, le succès ne t'est d'aucune utilité si tu ne vois pas en même temps ce que tu as et que, par conséquent, tu n'es pas content car **le plus grand succès, c'est ton contentement !**

Nous arrivons ainsi à un autre enseignement important que peut nous donner la jalousie : **planifie ce que tu veux obtenir !**

Qu'est-ce que cela veut dire ? Il est très important de noter tes buts, de noter ce que tu veux obtenir, comment, quand et par quels moyens tu veux l'obtenir (cf. Stephan von Stepski-Doliwa, *Ich bin ich und ich bin gut*).<sup>13</sup>

**Mais il est encore plus important de noter ce qui t'apportera le contentement. Ceci est le but le plus important, vraiment le plus important dans la vie. Car le contentement est le bien le plus précieux, vu qu'il mène d'abord au bonheur et ensuite à la félicité.**

Ne laisse donc jamais passer la jalousie sans te poser de questions. Demande, demande et tu obtiendras les réponses les plus importantes qui soient. Car le Seigneur a tout placé dans ton intelligence et dans ton cœur – mais cela ne te tombera pas du ciel ! La loi immuable est la suivante : **Le bonheur est assiduité. Cette loi est valable pour toujours et pour tous, sans aucune exception.** Si tu crois découvrir une exception, sois certain que, soit ton interprétation est fautive, soit tu n'as la vision que d'un laps de temps, ou plutôt de vie, trop court. Mais la

---

<sup>13</sup> Ndt : Ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien.

vérité est que personne ne reçoit de cadeau. Tout le monde doit accomplir sa tâche, tous ceux qui ont du succès l'ont obtenu par leur travail.

Par conséquent, c'est bien d'être jaloux si c'est pour comprendre, pour changer, pour accomplir, pour atteindre quelque chose. Mais la jalousie est une vipère dangereuse qui peut te ravir ton énergie vitale. Donc : sois jaloux et fais quelque chose. Fais beaucoup. Alors, un jour, tu ne seras plus jaloux, parce que tu auras du succès, tu auras développé l'estime de toi et tu n'auras plus de désir d'autre chose.

Tout peut avoir une issue positive, heureuse : cela ne dépend que de ton engagement, de ton assiduité, de ta créativité, de ta persévérance, de ta patience, de ton abnégation et de ta foi.

Ce sont les programmes selon lesquels tu dois vivre et que tu dois transmettre à tes enfants. C'est le plus grand cadeau que tu puisses leur faire car, premièrement cela leur permettra d'avoir du succès et deuxièmement, ils développeront l'estime de soi et troisièmement, ils seront contents et heureux.

## **Le défi qui mène à la liberté intérieure**

Ici, j'aimerais revenir à Geoffry qui travaillait sur lui-même parce qu'il voulait être un bon père pour son fils Benjamin. Je trouve cette attitude de Geoffry admirable et exemplaire.

En quoi consistait sa performance ? A vrai dire, ce n'en était pas une seule, mais trois : il avait reconnu ses problèmes émotionnels, il acceptait de les résoudre et il l'a réellement fait !

D'innombrables personnes échouent déjà du fait qu'elles ne reconnaissent pas leurs problèmes. Beaucoup de gens ne réussissent pas à changer parce qu'ils abandonnent trop tôt, ou ils vivent dans l'idée erronée que le succès est facile. Ils n'iront pas très loin dans la vie. Pourquoi ? Parce que **deux facteurs déterminent la vie : le défi et la réaction à ce défi.**

Dans la vie, tout se décide en fonction des défis auxquels tu fais face et de la façon dont tu y réagis. Une idée erronée, actuellement largement répandue, conforte les humains à croire qu'ils pourraient arriver à quelque chose dans leur vie sans faire aucun effort.

Ceci est une idéologie très destructrice. Si tu y succombes, il se peut que, bien plus vite que tu ne le penses, tu deviennes un cas social.

Et ici, nous arrivons à un point fondamental : **s'il s'agit d'autrui, tu dois avoir de la compassion. S'il s'agit de toi-même, ne te permets aucune excuse !** Aie de la compassion pour le mendiant, donne-lui des vêtements, donne-lui de la nourriture. Ne lui donne de l'argent que dans un cas extrême, car tu ne sais pas ce qu'il en fera – et en tant que donneur, tu es responsable de l'utilisation de ton argent. Ne le juge pas, car tu ne connais pas son destin – et tu ne sais pas ce que deviendra ce mendiant dans un avenir proche. Peut-être doit-il, dans cette incarnation-ci, apprendre la modestie afin de pouvoir occuper un important poste de direction dans son incarnation suivante. Qui sait !

**Mais en ce qui concerne ce point par rapport à toi-même, agis avec la plus grande constance, discipline et réflexion. Ne te permets aucune hésitation, aucune rationalisation, aucun report, aucune lamentation et aucune jalousie** car ces comportements t'affaiblissent et laissent dépérir tes facultés divines inutilisées. Ne te permets aucune lamentation. Permits-le à tes enfants, ressens ce qu'ils ressentent, mais sois pour eux un exemple de planification, de créativité, de persévérance, de précision, de discipline et de patience. Ne te plains pas, **n'attribue jamais la faute de ton échec à autrui, mais assume toujours l'entière responsabilité de ton destin.** Si d'innombrables personnes ont réussi à passer du plongeur au millionnaire, alors pourquoi ne réussis-tu pas à te créer au moins la prospérité à laquelle tu aspirés pour toi-même ?

Tout dépend **de** toi, tout est **en** toi. Si tu n'en fais pas ta réalité, toi seul portes la responsabilité et ce ne sont ni le monde, ni les mauvaises circonstances, ni les personnes épouvantables de ton environnement qui en sont responsables. Tu peux tout obtenir, mets-le donc en pratique – ceci est en outre la meilleure attitude que tu puisses transmettre à tes enfants : **de la compassion envers autrui, de la clarté et de la persévérance envers toi-même. Car : quelle est la cause de l'échec de la plupart des gens ? Ils abandonnent trop tôt. Ils abandonnent trop tôt. Et je le répète encore une fois : Ils abandonnent trop tôt ! En outre, ils n'ont pas d'idéaux porteurs !**

Voici trois exemples : **Hans** apprenait le karaté. Il s'entraînait tant qu'il se sentait de plus en plus sûr de lui. Au lieu de se servir du karaté comme d'un sport ou pour une défense éventuelle, il se vantait de tout ce qu'il savait faire. La folie des grandeurs précède la chute. Il se trouvait dans un café et s'accrocha avec un homme méchant. Il était tellement prisonnier de sa folie des grandeurs qu'il risqua d'abord la dispute et ensuite le combat. Il avait absolument mal évalué son adversaire et la situation, et ce n'est que par miracle qu'il n'ait pas perdu la vie, mais s'est retrouvé « seulement » à l'hôpital pour longtemps avec des lésions graves.

**Kaspar** avait hérité du commerce florissant de son père. Mais le père s'était occupé davantage de son entreprise que de l'éducation de son fils. Celui-ci avait donc inconsciemment appris : « S'investir beaucoup dans le travail n'est pas bien, car alors je ne reçois pas grand-chose » (vu que le père avait négligé son fils à cause de son engagement professionnel). Il s'investit donc peu. Il ne s'occupait pas attentivement des commandes, ni des rentrées d'argent, ni des sorties d'argent. Et qu'arriva-t-il ? En peu de temps, il fit faillite et perdit tout ce que son père lui avait laissé en héritage.

**Sabine** était pour l'amour libre. Elle pensait que dans une relation, chacun était libre de faire ce qu'il voulait. Que l'homme/la femme était émancipé(e). Thomas, son mari, trouvait également cette idée intéressante et « jouissait de la vie de son côté », comme on appelle cela aujourd'hui. Mais ensuite il fit la connaissance de Roswitha qui avait une toute autre conception. Elle souhaitait une relation claire et stable, voulait se marier, avoir des enfants et ainsi fonder une vie de famille heureuse. Thomas trouva cela fascinant. Il se sentait reconnu, il ressentait une sécurité et une chaleur humaine qu'il n'avait pas trouvées auprès de Sabine, c'est pourquoi il la quitta pour épouser Roswitha. Sabine tomba des nues.

Ces trois exemples ont tous une chose en commun : **on crée toujours soi-même son échec.** Et par quel moyen ? Par des idées fausses, des idéaux faux, des attitudes fausses. Et que font la plupart des gens ? Ils ne cherchent pas la cause de leur échec. C'est **cela** qui est vraiment triste, pas l'échec.

Je trouve que l'échec n'est pas grave du tout. Chaque être humain échoue à l'un ou l'autre égard, de temps à autre. Ce n'est pas grave du tout. Et c'est justement cela que les parents devraient transmettre très tôt à leurs enfants : **l'échec, ou plutôt le fait de ne pas encore avoir atteint un but, fait partie de la vie. Celui qui ne sait pas perdre, ne peut pas gagner à terme. En outre, le fait de perdre t'apprend la modestie, la compassion et la persévérance. Et si tu ne te laisses pas décourager, cela t'offre en plus l'estime de toi !**

**Il n'est donc pas grave d'échouer ou de perdre. Ce qui est grave, c'est de ne pas en tirer la leçon !** Et pourquoi est-ce grave ? Parce que cela entraîne la répétition. Car chacun reçoit de nombreuses chances, parfois d'innombrables chances. Mais si tu n'en saisis aucune, alors la non-action, l'échec, te reviennent tel un boomerang.

La loi est la suivante : **l'échec naît du fait de ne pas regarder les choses en face, donc du fait de fermer les yeux.** Celui qui, comme le montre l'exemple de Hans, ne voit pas avec qui il engage la dispute, celui-là atterrit avec des os brisés à l'hôpital et il devrait être content d'avoir la vie sauve ! Celui qui ne s'occupe pas de son commerce, pourra très vite arriver à l'insolvabilité. Celui qui ne prend pas soin de son partenaire, le perd. D'un côté, c'est très

douloureux mais, d'un autre côté, c'est très bien ! « Mais comment cela ? » demandes-tu étonné. Parce que cela veut dire que **la vie est prévisible**. Si tu respectes certaines règles, tu as du succès. Si tu ne les respectes pas, tu vas à l'échec.

Imagine-toi que je te raconte qu'il n'y a pas de règles, qu'il n'y a que chance et malchance. Que les uns ont de la chance, les autres tout simplement de la malchance. Ne serait-ce pas terrible ? Et que devrais-tu dire à tes enfants ? Qu'ils sont libres de faire ce qu'ils veulent, peu importe, puisque tout est déterminé ? Quelle horreur !

Je ne dis pas seulement, comme l'a fait Volker Michels qui a rassemblé les œuvres de Hermann Hesse sous le titre : *Die Hölle ist überwindbar*<sup>14</sup>, je l'exprime plutôt de manière positive : **le paradis peut être créé ici et maintenant**. Et j'aimerais utiliser une formule très simple, mais d'autant plus claire : **C'est toi qui te crées l'enfer, la peur et la terreur. Tu y arrives par le non-agir et les accusations. Le paradis, tu l'obtiens par un grand engagement, par des idéaux positifs, par la créativité, par la responsabilité de toi-même et par la patience.**

Par conséquent, que signifie l'échec ? Rien d'autre que la somme de tes péchés d'omission. Bien entendu, ce ne sont pas les péchés que tu n'as pas commis (!), mais les péchés qui sont la conséquence du fait **que** tu ometts, que tu n'agis pas, que tu ne fais rien ou trop peu, que tu fais ce qu'il ne faut pas, que tu n'apprends pas assez vite et que tu n'es pas assez flexible.

Nous arrivons ainsi au point décisif : l'enfer n'existe pas. Seuls ceux qui ne veulent pas regarder les choses en face, qui ne veulent à aucun prix tirer les conclusions des événements qu'ils rencontrent, se créent des situations qui ressemblent à l'enfer.

La loi est au fond très simple : **celui qui ne fait pas face aux choses qu'il doit apprendre, n'obtiendra ni la liberté intérieure ni la liberté extérieure**. Tout au contraire : il peut facilement arriver que celui qui ferme constamment et obstinément les yeux, se crée une situation « d'enfer » après l'autre.

Mais beaucoup vivent consciemment/inconsciemment selon la maxime : mieux vaut un enfer connu qu'un paradis inconnu. Et pourquoi ? Parce qu'ils ne veulent pas changer leur façon de penser, parce qu'ils ne veulent rien changer ! Car nous aimons bien nos habitudes et celles-ci sont en plus tenaces.

C'est ainsi que beaucoup préfèrent consciemment/inconsciemment rester dans leur enfer plutôt que de changer leur façon de penser, et ils préfèrent attribuer la faute aux autres plutôt que de renoncer à leur programme de perdant et de raté. Et c'est pourquoi ils restent jusqu'au bout prisonniers – prisonniers dans les murs terribles de leur programme de perdant – tout comme leurs parents, leurs grands-parents et leurs arrière-grands-parents. Le programme de perdant est transmis avec le plus grand soin de génération en génération.

**Et pourtant : l'enfer peut être vaincu ! Change donc ton programme !**

## **L'éducation sévère n'est pas une solution**

En tant que parent, tu devrais absolument renoncer à ton programme de sévérité. A l'aide de la sévérité tu peux évidemment éduquer – ou plutôt obliger – ton enfant à avoir du succès. Mais est-ce que cela lui permet d'être heureux et capable d'établir des relations ? Si ce n'est pas le cas, à quoi lui sert alors tout le succès de ce monde ? Alors, en tant que parent, n'es-tu pas un perdant tout autant que ton enfant – malgré tout **son** succès professionnel ?

---

<sup>14</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'enfer peut être vaincu.

Les perdants et les parents qui ont un programme d'éducation sévère, transmettent non seulement leur programme de vie négatif, mais ils sont aussi souvent injustes, n'ont pas d'empathie, ne peuvent pas être idéalisés et punissent en plus durement. **Ils nuisent ainsi à leurs enfants, aussi bien au niveau physique qu'au niveau de l'âme et de l'esprit, et il n'est pas rare qu'ils provoquent un blocage de l'apprentissage et une « détérioration significative du QI »** (James T. Webb et al., Guiding the Gifted Child. A Pratical Source for Parents and Teachers).<sup>15</sup>

Ces parents sont ceux qui affirment que battre ses enfants est une méthode éducative valable. Des personnes avec une idéologie à ce point perturbée, pensent de surcroît : « Qui aime son enfant, le châtie ! » Cela est aussi plausible que celui qui dirait : qui aime sa voiture, la maltraite avec un marteau ; qui aime sa maison, casse les vitres ; qui aime son canari, l'asperge chaque jour avec de l'eau glacée.

Pourquoi ai-je choisi ces exemples ? Parce que, tout comme la voiture, la maison ou l'oiseau en cage, les enfants ne peuvent pas se défendre. Ils sont livrés à leurs parents **pour le meilleur et pour le pire**, ils n'ont pas plus la possibilité de s'enfuir que ne l'ont la voiture, la maison ou l'oiseau dans sa cage.

C'est pourquoi les parents doivent prendre conscience de leur responsabilité qui est particulièrement grande.

**Car l'éducation décide souvent si un enfant devient un gagnant ou un perdant – il faut dire aussi que la faiblesse et le désintérêt des parents ont des conséquences semblables à celles de la sévérité.**

Celui qui éduque ses enfants avec sévérité, sans amour, sans compréhension, sans empathie, est loin de leur donner le respect qu'ils sont toujours en droit d'attendre. Les enfants qui sont éduqués sans amour, sans compassion, sans respect et sans programme de réussite positive, auront du mal dans la vie. Et voici la part de compassion que tu devrais avoir envers les perdants : ils avaient des parents épouvantables et, enfants, ils étaient réellement victimes. On leur a transmis, en partie bel et bien à force de coups, des programmes qui ont fait d'eux des perdants.

Aie de la compassion pour eux.

**Si ton enfance a été telle que je viens de la décrire, alors guéris tes blessures. Mais ne te laisse jamais aller à des plaintes et à des accusations inutiles.** Fais plutôt comme Münchhausen, « prends-toi par la main » et « tire-toi hors du marais ». **Ne te laisse pas aller et ne renonce jamais. Prie et aie du succès.**

Si tu as besoin d'une période de ménagement, ou plutôt si tu as besoin d'aide, de soutien et de compassion, alors va trouver d'excellents thérapeutes, travaille sur tes blessures et mets à profit leur compassion pour te guérir.

Mais ne te laisse jamais aller. Ne te perds pas dans un vain rejet de tes parents. Cette attitude aboutit à une impasse : combien de personnes pestent du matin au soir contre leurs parents, et ... en fin de compte ils ont déjà adopté leur comportement – ou sont même encore pire ! Ils sont pires que leurs parents, déjà rien que par le fait qu'à l'époque de leurs parents il n'y avait pas, loin s'en faut, les possibilités de développement personnel auxquelles ils peuvent avoir recours aujourd'hui.

Ne peste donc pas contre tes parents pour ensuite, tout à fait satisfait, rester les bras croisés et en même temps humilier tes enfants, les rudoyer, les traiter avec impatience, leur donner des gifles ou même des fessées.

Au contraire, aie honte de cela et change ton comportement de suite.

---

<sup>15</sup> Ndt : à notre connaissance ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants.



**Ne pas parler avec ton enfant des jours ou même des semaines durant**, afin de le punir, est tout aussi épouvantable et répréhensible. **Sache : cela n'a rien à voir, mais vraiment rien, avec une éducation affectueuse**, cela démontre plutôt à quel point ton cœur est fermé. Donc : au lieu de garder le silence, parle avec ton enfant, clarifie la situation. Garde le contact avec lui. Dis-lui ce qui te pose des difficultés. Mais reste accessible en tant que la personne de confiance la plus importante. Garde également un cœur ouvert pour ton enfant lorsque celui-ci a un comportement que tu n'approuves pas.

**Critique le comportement, mais pas l'enfant. Dis :** « Je ne trouve pas bien du tout que tu sèches les cours ! »

Ne dis pas : « Comme tu es mauvais de sécher les cours ! »

Et sache : **si tu critiques une fois, tu dois ensuite louer cinq fois.**

Dans l'âge d'or, nous avons besoin de personnes qui vivent l'amour, le respect, l'abnégation, l'engagement, la compassion, la clémence, la patience et qui assument leur responsabilité.

Les enfants qui vivent ces qualités, sont actuellement déjà sur terre et sont éduqués par des parents qui ont toute mon estime. Car j'aime les parents qui, avec compréhension, amour et créativité, transmettent à leurs enfants ce qu'ils ont à apprendre afin de devenir les lumières rayonnantes de ce monde – non, de le rester, car la grande lumière est déjà dans leur cœur !

# LES DEVOIRS DES PARENTS

A plusieurs reprises, nous avons vu quels sont les devoirs importants des parents et combien leur responsabilité et leur travail sont grands. Dans la vie de chaque enfant, les parents sont les personnes décisives qu'on ne peut remplacer par quelqu'un d'autre que s'ils sont absents (par exemple, s'ils sont décédés tôt) ou lorsqu'ils ont tellement échoué dans leur rôle de parents que d'autres personnes aient pu offrir quelque chose de meilleur aux enfants (voir plus loin dans le texte, l'adoption).

Mais même si les parents sont absents ou s'ils ont manqué à leur tâche, ils restent toujours prépondérants pour leurs enfants, car ce n'est que grâce à eux que ceux-ci ont reçu leur corps dans cette incarnation.

## Les devoirs des hommes

Les hommes représentent la famille à l'extérieur. La profession de l'homme, son statut dans la société et enfin ses revenus déterminent en grande partie la réputation d'une famille.

Ici, les hommes font souvent un travail énorme. Il y en a pas mal qui risquent leur santé, leur paix intérieure ou même leur vie pour gagner l'argent nécessaire pour subvenir aux besoins de leur famille.

Mais à notre époque, beaucoup d'hommes ont un, parfois même trois défauts graves : ils ne savent pas ce que veut dire aimer ou **être** aimé, ils ne savent pas non plus ce que veut dire respecter ou être respecté, et ils n'ont pas d'idéaux porteurs.

Aujourd'hui, beaucoup d'hommes se comportent comme des chiens errants qui, sans but, recherchent de la nourriture, c'est-à-dire : de l'argent, du succès, une réputation et de l'érotisme. Bien souvent, ils ne les trouvent pas – du moins pas de façon durable, car ces quatre-là prospèrent le mieux dans un sol fait de responsabilité, de buts clairs, d'idéaux solides, de calme et d'amour.

Mais la plupart des hommes refusent toute responsabilité. Ils préfèrent chercher la faute chez autrui – et empruntent ainsi le chemin le plus sûr vers l'échec !

De même, beaucoup n'ont soit pas de buts clairs, soit ils ne les notent pas – ou bien les deux ! Ceci représente évidemment la décision claire, consciente ou inconsciente, de n'arriver nulle part – et encore moins d'aboutir au succès et à la prospérité !

Note donc toujours des buts bien définis, car c'est comme si tu demandais aux renseignements de te donner le numéro de téléphone d'une personne dont tu connais le nom, la ville, la rue et dont tu sais en plus **qu'**elle a le téléphone. Avec ces indications détaillées, tu obtiendras rapidement le numéro. Mais si tu ne sais ni la rue, ni l'endroit précis, ni si la personne possède un téléphone et, si oui, si celui-ci est enregistré, alors la recherche sera difficile et son aboutissement impossible.

Presque incidemment, deux termes décisifs sont apparus ici : **chercher et trouver** !

Beaucoup d'hommes préfèrent malheureusement chercher plutôt que trouver. Ceci, ils vont le nier catégoriquement mais, en fin de compte, cela démontre simplement à quel point ils se connaissent peu et à quel point ils sont victimes d'illusions dangereuses.

Si tu assumes ta propre responsabilité, alors il y a pour toi une règle simple : si tu as du succès aussi bien dans le domaine privé que dans le domaine professionnel, alors il est probable que tu fais correctement un certain nombre de choses. Si tu n'as pas de succès, alors tu peux être certain que tu te laisses mener par des erreurs grossières et des idées complètement fausses.

**Alessandro**, par exemple, n'a pas réussi grand-chose. Une phrase qu'il dit à Claudio te montre la raison. Par hasard, ils ont fait connaissance dans un bar où ils prenaient tous deux un café. Ils ont entamé la conversation et Alessandro fut étonné d'apprendre à quel point Claudio avait réussi dans la vie. « Tes parents t'ont payé tes études, n'est-ce pas ? » demanda Alessandro. « Non, j'ai dû travailler pour les payer », répondit Claudio. Et que répondit Alessandro ? « Je n'en avais pas le temps, car j'ai dû travailler très tôt ! » Alessandro était tellement emprisonné dans son programme qu'il ne se rendait même pas compte que Claudio avait également travaillé – **mais avec un but tout différent !**

Cette réponse s'accorde avec la phrase un peu malicieuse : *celui qui travaille, n'a pas le temps de gagner de l'argent !* Qu'est-ce à dire ? Beaucoup d'hommes n'ont pas de buts, pas d'idéaux, pas d'estime de soi et souvent aussi pas beaucoup d'amour. Ils finissent comme Alessandro : se plaignant, insatisfaits, attribuant la faute à autrui – et tout particulièrement aux circonstances, aux collègues et à leur épouse !

Tant qu'ils ne modifient pas leur programme, ils ne réussiront pas à se construire une vie couronnée de succès, comme l'avait réussi Claudio.

Claudio n'attribuait pas la faute à autrui. **Il voyait plutôt sa grande liberté dans le fait que lui seul était pleinement responsable de sa vie.** C'est lui qui tenait sa vie en main – personne d'autre. « *C'est pourquoi* », disait-il toujours, « *je peux tout faire de ma vie ! N'est-ce pas merveilleux ?!* » C'est pourquoi il réussissait dans la vie, sa vie privée comme sa vie professionnelle étaient couronnées de succès, il était heureux et content.

## Les devoirs des femmes

Pourquoi les hommes décrits ci-dessus n'ont-ils pas une vie de famille heureuse ? Parce qu'ils tombent sur la « mauvaise » femme !

L'homme qui n'a pas une bonne estime de soi, qui attribue la faute à autrui, qui n'a pas de buts clairs ni d'idéaux porteurs, cherchera et trouvera avec une probabilité presque certaine une femme qui pense comme lui. La querelle est ainsi préprogrammée. Car chacun exigera de l'autre la confirmation, la reconnaissance, le respect et l'amour qu'il n'est pas capable de donner lui-même, qu'il n'a jamais obtenu et qu'il n'obtiendra jamais de cette manière.

L'idéologie très répandue actuellement y contribue pour beaucoup. Car, en plus de bon nombre d'autres absurdités, elle soutient celle que les gens, en ce qui concerne les relations de couple, devraient faire plusieurs, voire de nombreuses expériences différentes. Les partisans de cette idéologie ne savent évidemment pas de quoi ils parlent, sinon ils ne la soutiendraient certainement pas d'une manière aussi fanfaronne.

Je dis par contre : une femme qui a eu plus de trois relations au maximum, a une incapacité relationnelle. Et un homme qui a eu plusieurs relations de couple, se décide en fin de compte pour une femme qui a une incapacité relationnelle. Tu peux t'imaginer ce qui se passera pour tous les deux lorsqu'ils essayeront de fonder ensemble une famille, d'élever des enfants ou de réussir ! Il se passera pour eux ce qui se passe aujourd'hui pour la plupart des couples : ils ont des querelles, des luttes, se méprisent, s'anéantissent intérieurement et/ou extérieurement. Lorsque la situation est devenue insupportable pour l'un des deux ou pour tous les deux, ils se séparent dans l'espoir que ce sera la fin de l'horreur. Ils doivent bien se rendre à l'évidence, surtout s'ils ont des enfants communs : l'horreur continue de la même façon et prend des proportions plus grandes encore !

Ici, les femmes contribuent pour une part qui n'est pas à sous-estimer. Dans chacun des quatre tomes de cette série, j'ai constamment souligné le rôle décisif de la femme. Dans le tome *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, il n'y a pas une seule histoire qui ne fasse l'éloge de la femme et ne réprimande les hommes. Maintenant je dois vraiment faire appel à la conscience

des femmes, car elles ne sont souvent pas du tout conscientes de ce qu'elles déclenchent, combien elles sont destructrices, à quel point elles donnent peu de chances à leur époux et aux enfants parce qu'elles n'ont pratiquement pas appris – si tant est qu'elles l'aient appris – à prendre soin d'elles-mêmes ; au contraire, elles vivent une vie d'oubli d'elles-mêmes qui peut aller jusqu'à l'autodestruction.

Le manque d'estime de soi est donc le problème principal de la femme à l'époque actuelle. Celui-ci est la conséquence d'une mauvaise éducation (voir plus loin dans le texte) et des formes erronées des relations de couple. La femme développe son estime de soi en créant une relation de couple et une famille heureuse et solide. Si elle n'y arrive pas, son estime de soi en souffrira et, malgré son succès professionnel, elle ne verra aucune possibilité de l'améliorer. Et pourquoi ? Parce qu'inconsciemment la femme sait combien elle a de pouvoir et combien elle ne le vit pas souvent positivement – surtout lorsque son couple ne la comble pas. Car les femmes évoluées possèdent une aptitude relationnelle que l'homme n'a pas.

Malheureusement, beaucoup de femmes ont seulement appris comment commencer une querelle et comment s'y affirmer – la maison familiale et les médias leur ont fourni suffisamment de leçons variées (!) à ce sujet. **Comment éviter une querelle ou comment bien la terminer si elle a déjà commencé, cela elles ne l'ont pas appris – et à l'école on ne l'enseigne malheureusement pas non plus.**

C'est ainsi qu'à l'époque actuelle, les femmes et les hommes ont appris, par un abondant matériel d'illustration – à la maison, dans les films et à la télévision – comment se quereller et comment mener une relation passionnelle. Par contre, comment obtenir le bonheur, l'harmonie, le respect et la compréhension mutuelle n'est guère thématiqué de nos jours !

### **Des images négatives, des images positives**

Les femmes devraient donc assumer des responsabilités. De même que les hommes ne devraient pas chercher des excuses dans « la société mauvaise ou les circonstances épouvantables » pour justifier leur manque de succès ou leur rémunération insuffisante, les femmes devraient réaliser que, dans de nombreux cas, elles ne vivent aucune de leurs « qualités anima » qui leur permettraient de désamorcer rapidement une querelle.

**Les qualités anima sont :** capacité d'établir de bonnes relations, empathie, compassion, capacité de trouver des accords et de provoquer des situations win-win (donc des situations où les deux ont la possibilité de gagner !) et « *comprendre les besoins d'évolution d'autrui et encourager leurs aptitudes* » ou « *favoriser les chances créées par la diversité des êtres humains* » (Daniel Goleman, *Working with Emotional Intelligence*).<sup>16</sup>

Les femmes devraient commencer à vivre leurs grandes aptitudes sociales et elles devraient voir combien elles peuvent être puissantes et influentes. **Les femmes doivent cesser de se dévaloriser et d'attribuer la faute à autrui** et notamment aux hommes.

Les femmes ne vivent pas le moins du monde leurs aptitudes, **et surtout leur potentiel relationnel extraordinaire.** S'apitoyer sur elles-mêmes et se réunir entre compagnes d'infortune ne leur sera d'aucune utilité.

En définitive, beaucoup de femmes ne se rendent pas compte de ce qu'elles pensent d'elles-mêmes ni de quelle manière elles le font. Elles pensent que ce sont les autres, surtout les hommes, qui pensent du mal d'elles. Mais elles peuvent prendre conscience de ce qu'elles pensent réellement d'elles-mêmes si elles mettent cela en scène dans un groupe où, par exemple, une participante l'interprète elle et une autre participante interprète la « femme mauvaise », donc la femme qui se rejette elle-même et/ou qui se trouve mauvaise. Et lorsque,

---

<sup>16</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Travailler avec l'intelligence émotionnelle.

grâce à un tel jeu de rôle, **elles font l'expérience** directe de la façon dont elles pensent inconsciemment d'elles-mêmes, alors elles sont surprises et **grâce à la prise de conscience et au changement des programmes inconscients, elles acquièrent une vision différente** – et tous les reproches cessent !

**Beaucoup de femmes pensent du mal d'elles-mêmes, mais attendent de leur partenaire qu'il la voit de façon positive. C'est une entreprise impossible. Ici aussi, l'éducation doit changer fondamentalement** comme je le développerai plus loin dans le texte.

La vérité est : dès qu'une femme a vu son image de la femme mauvaise, dès qu'elle l'a acceptée et s'en est séparée et qu'elle est arrivée à la femme bonne, sa relation change radicalement ! De manière positive ! Ce qui auparavant semblait encore insurmontable, se résout maintenant de soi-même. Cela se résout à partir du Soi, car les femmes (tout comme les hommes qui aboutissent à l'homme de bien) trouvent en elles une force, une paix, une disposition à donner et à clarifier dans la paix qui ne leur étaient pas accessibles jusqu'alors.

Chères femmes, ne vous dévalorisez pas. Quiconque est fort comme vous l'êtes et qui se dévalorise, n'est pas dans la vérité. Et celui qui n'est pas dans la vérité, détruit son estime de soi. Celui qui détruit son estime de soi, se perd lui-même, son partenaire, ses enfants.

Grandis intérieurement. Vois ta force. Assume la responsabilité que tu as à l'égard de ta relation de couple et de tes enfants.

Ne te plains pas, mais change certaines choses.

Bon, ton mari est le plus mauvais du monde entier. A quoi bon te plaindre ou même te séparer de lui ? Tu n'attribuerais **le tort qu'à lui seul. Au lieu de cela, assume ta responsabilité** et demande-toi pourquoi tu l'as choisi, lui. Pourquoi t'es-tu unie à lui ? Pourquoi n'as-tu pas perçu jadis ce que tu penses voir aujourd'hui ? Et ta vision actuelle des choses est-elle juste ? Cela n'est pas possible, déjà rien que par le fait qu'alors tu verrais en premier lieu **ta responsabilité et non sa faute à lui**. Tu as en plus, beaucoup plus souvent que tu ne le penses, la possibilité de le changer, lui, en te changeant **toi**.

Les femmes ont des aptitudes de communication inestimables. Pourquoi les vivent-elles si peu ? Pourquoi les femmes ne se rebellent-elles pas contre la communication destructrice de l'industrie de divertissement à caractère négatif masculin, animus ? Pourquoi tant de femmes misent-elles actuellement – comme les hommes ! – sur la lutte et les querelles et non sur **le pouvoir positif des images internes et externes qui se glissent automatiquement dans la communication ?**

Chères femmes, **développez votre estime de vous-mêmes !** Ne vous laissez pas induire en erreur par ceux qui vous vendent la réalisation de l'ego comme étant la réalisation de soi. Je vous le dis : vous avez d'énormes aptitudes positives que vous vivez à peine, si tant est que vous les viviez. Trouvez-vous vous-mêmes. Trouvez votre force, ne participez pas à tous ces petits jeux stupides auxquels vous invite une société extrêmement négative, dirigée par l'animus. Trouvez les véritables aptitudes et valeurs féminines qui se trouvent surtout dans la communication positive et l'aptitude à établir et à mener des relations stables, durables et heureuses. Sans vous perdre, sans perdre votre mari, mais en vous trouvant réellement !

## **Le grand travail des filles**

Beaucoup vont maintenant dire : « Bon, développons donc notre estime de soi. Est-ce que tout ira mieux pour autant ? Et en tant que parents, que pouvons-nous faire différemment dans l'éducation ? » Quelle question intelligente ! Elle contient toute la réponse. Car on voit beaucoup trop peu **ce qu'accomplissent les filles et pourquoi les femmes ont une aptitude relationnelle particulière.**

Je vais te l'expliquer.

Déjà avant la naissance, les filles ont, tout comme les garçons, un contact très étroit avec leur mère. Ensuite la mère les allaite, les console, les porte, les aime.

**L'objet d'amour des petites filles – comme des petits garçons – est donc la mère.**

**Puis arrive la révolution : dans la phase d'Œdipe, comme Freud l'a nommée – donc entre trois et six ans –, la fille doit s'adapter à une toute nouvelle situation : ce n'est plus la mère, mais le père qui est l'objet d'amour. Quelle performance la petite fille accomplit-elle ici ! Tout ce qu'elle doit abandonner, comme elle doit se réorienter ! Combien elle se sent seule !**

**Et cette énorme performance, est-elle vue et ressentie ? Est-ce que la mère lui caresse les cheveux en lui disant *intérieurement* ce qu'elle ressent : « Ma chère petite, je sais ce que tu accomplis en ce moment, combien c'est difficile pour toi de te réorienter complètement. Mais, sois-en certaine : je te comprends, je suis toujours à tes côtés, je suis toujours là pour toi, car tu es mon enfant que j'aime plus que tout ! »?**

**Et le père, est-il là pour sa fille ? Est-il disponible pour elle ? Peut-elle l'aimer et l'idéaliser ? La prend-t-il dans ses bras, lui donne-t-il le sentiment d'amour, d'assurance et de sécurité – sans la moindre forme, même la plus subtile, de séduction, sans lutte contre la mère qui accomplit également un grand travail, car elle doit lâcher sa fille ? Et l'homme, voit-il que son épouse accomplit un travail semblable à celui de sa fille ?**

**C'est pourquoi il est du devoir de l'homme de voir, d'apprécier et de dire à son épouse aussi bien qu'à sa fille ce qu'elles accomplissent.**

**Les deux parents doivent voir la performance que leur fille accomplit à ce moment-là. C'est cette performance qui lui donnera plus tard son aptitude relationnelle particulière, car elle connaît les deux orientations – vers la mère *et* vers le père.**

**C'est pourquoi les femmes, dont la phase d'Œdipe s'est bien déroulée, ont une si grande aptitude à établir des relations, à ressentir les sentiments d'autrui, à être si compréhensives, si posées, si positives, si satisfaites d'elles-mêmes et d'autrui. Elles savent être si compréhensives parce qu'elles ont été si proches, si intimement liées à la mère aussi bien qu'au père.**

**Ce n'est que lorsque cette grande performance des filles est reconnue, lorsque leurs parents les soutiennent tout particulièrement parce qu'ils voient et *sentent* ce qu'elles accomplissent, qu'il y aura un accroissement de l'estime de soi chez les femmes. Et ces femmes reconnues, ressenties, respectées et aimées seront capables d'établir des relations heureuses, affectueuses, paisibles et de fonder ainsi des familles heureuses.**

**Elles seront le cœur de l'âge d'or.**

**Pense donc, aussi bien en tant qu'homme qu'en tant que femme : heureusement que les filles existent, heureusement que les femmes existent, car elles sont le cœur de l'ère nouvelle.**

## **Conserve la joie des enfants**

Les parents heureux savent remplir la tâche éducative que j'estime la plus importante de toutes : **le maintien de la joie de leurs enfants.** (Pour cela, réfère-toi aussi à l'excellent livre de Henning Köhler *Les enfants agités, anxieux, tristes*, dans lequel il montre aux parents la meilleure façon de comprendre leur enfant et de se mettre à sa place.)

Les gens qui se donnent pour tâche de rire chaque jour ont en soi déjà compris un des grands principes de la vie : **faire pour le mieux en toute occasion.** Ou, en d'autres termes : **un jour sans rire est un jour perdu !** Ne va pas au lit le soir sans avoir ri pendant la journée.

Ris. Ris tout seul. Ris avec ton partenaire. Ris avec tes enfants. Ris avec tes amis. Ris avec des proches, avec des étrangers et avec des personnes inconnues. Ris chaque fois que cela est possible. **A condition de ne pas rire au détriment d'autrui.** Car rire au détriment d'autrui n'est pas drôle, mais triste, ce n'est donc pas souhaitable pour une vie heureuse. Si tu veux ou dois rire absolument de **quelqu'un**, alors ris **de toi-même**. Là, tu ne blesseras personne et tous t'en seront reconnaissants.

Ris avec tes enfants. Réfléchis chaque jour pour savoir ce qui peut les faire rire. Les enfants qui savent rire de tout cœur sont des enfants joyeux. Et les enfants joyeux sont des enfants en bonne santé.

### **Fais tout, mais vraiment tout, pour maintenir et encourager le rire de ton enfant !**

Fie-toi à ton bon sens. Lorsque ton enfant ne peut pas dormir la nuit, n'utilise en aucun cas les terribles enseignements de l'épouvantable livre *Jedes Kind kann schlafen lernen*<sup>17</sup> qui – selon la technique brutale qui conseille de laisser pleurer l'enfant chaque jour une minute de plus – provoque une telle détresse chez l'enfant qu'il ne pleure plus. Sais-tu à quel point tu portes préjudice à ton enfant avec cette méthode ? Es-tu conscient à quel point tu affaiblis son estime de soi et combien d'angoisses tu engendres ainsi ? Et qui te dit que ton enfant ne souffre pas, par exemple, d'un **SDA** (syndrome de déficit de l'attention, voir plus loin dans le texte) et/ou d'un problème relevant de l'ostéopathie et dû éventuellement à une naissance difficile ? Qui te dit que ton enfant n'a pas besoin de ta sollicitude toute particulière afin de guérir des blessures anciennes datant peut-être d'une vie antérieure ?

Oui, certaines nuits sont très dures. Certaines nuits semblent insupportables. Tu as tout à fait raison. **Mais malgré tous les efforts qu'elles exigent de toi, ne valent-elles pas à coup sûr la peine afin de maintenir le sourire dans les yeux de ton enfant et le rire sur son visage ?** Vois tous les efforts à partir de ce point de vue : **chaque effort, ou presque, ne vaut-il pas la peine si c'est pour maintenir ou – Oh miracle – même intensifier la joie dans l'âme, dans le cœur, sur le visage de ton enfant ?**

**La joie de ton enfant est la chose la plus importante. Tu ne sais rien donner de plus important à ton enfant pour sa vie future que la joie conjointe à la discipline.** C'est le but le plus important de toute éducation des enfants : **permettre aux enfants de quitter la maison parentale en étant joyeux, légers et en même temps responsables et conséquents.** Peux-tu accomplir une chose plus importante que de donner ces qualités à tes enfants pour la vie ?

Transmettre ces valeurs, n'est-ce pas le programme de succès le meilleur de tous ?

### **La gaieté et le succès**

Celui qui éduque ses enfants avec légèreté, tout en ayant des buts précis, leur apprend la « *stratégie du dauphin* », que Dudley Lynch et Paul Kordis décrivent très intelligemment et avec beaucoup d'humour dans leur livre du même titre. Ils distinguent quatre comportements différents : celui des carpes, celui des carpes pseudo-illuminées, celui des requins et celui des dauphins. Je cite leurs définitions et sous-points, vu que leur structure est si pertinente et qu'elle montre d'une manière si merveilleusement claire ce que peut susciter l'éducation, bonne ou mauvaise, et quel peut être le résultat de programmes inconscients :

---

<sup>17</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Chaque enfant peut apprendre à dormir.

**« Les carpes chantent : « Je ne peux pas gagner. » Et elles répètent le message dans toutes ses modifications et dans ses variations qui nient les chances mêmes jusqu'à la dénégation des véritables conséquences de l'échec :**

- « L'ignorance est une bénédiction. »
- « Jadis j'ai été désemparé et je le serai toujours. »
- « Mes souffrances ont un sens. »
- « Perdre fait partie de la vie. »
- « Toutes les réussites importantes contiennent un élément de sacrifice. »

**Les carpes pseudo-illuminées pensent : « Tous les poissons devraient s'aimer et prendre soin les uns des autres. Pour que cela soit le cas, il me suffit de croire que c'est ainsi. »**

*Ils encouragent cette philosophie de différentes manières :*

- « Peu importe qui gagne et qui perd – ce qui compte, c'est la façon de jouer. »
- « Ce n'est pas le but qui compte, mais le chemin. »
- « Il suffit que je 'laisse aller constamment' et tout ira bien. »

**Les requins fredonnent : « Je dois gagner. » Et leur propagande englobe les variations suivantes :**

- « Là-dehors, un requin mange l'autre en fin de compte. »
- « Vraiment, je ne voulais pas te couper la main, mais je n'avais pas le choix lorsque tu as pris tes chips. »
- « J'avais vraiment l'intention de te couper la main et tu aurais dû penser à ma mise en garde avant de prendre tes chips. »
- « Lorsque tu as pris tes chips, j'ai vraiment voulu te couper la main, bien que je t'aie assuré n'en avoir jamais eu l'intention. »
- « La concurrence est inévitable. »
- « La concurrence nous motive à donner le meilleur de nous-mêmes. »
- « La concurrence est le seul moyen d'avoir du plaisir. »
- « La concurrence forme le caractère. »

**Le dauphin dit : « J'aimerais que nous gagnions tous les deux et que nous puissions le faire de manière élégante et convaincante. Peu importe que les chances soient bonnes ou non, peu importe les difficultés et le temps que cela prendra. » (...)**

- « Nous devons apprendre à multiplier par quatre la force de la vague. »
- « Nous devons apprendre à créer des visions impératives et à agir en fonction. »
- « Nous devons apprendre le processus du laisser-libre et du lâcher-prise. »
- « Chacun de nous doit développer une forte estime de soi. »
- « Nous devons apprendre à être ouverts aux surprises et à l'avenir. »
- « Nous devons être responsables. »
- « Nous devons découvrir un but de vie personnel et agir en fonction. » »

Ces définitions et ces images des différents poissons et de leur mode de vie montrent avec une clarté merveilleuse l'effet des attitudes intérieures, ou autrement dit : l'effet de **l'éducation**.

Pense toujours à ceci : **tu deviens ce que tu penses. Et encore plus clairement : ton enfant devient ce que tu penses !**

Adopte donc aussi vite que possible les stratégies du dauphin et traverse la vie avec autant de joie, de légèreté et de succès que les dauphins – les grands amis des êtres humains.

Et pense à ceci : aucun requin ne peut faire de mal aux dauphins, car ceux-ci vivent en unités familiales solides qui sont fortement solidaires et qui, avec leur nez, donnent de légères bourrades au requin jusqu'à ce que celui-ci s'en aille ou en meure. Tu peux encore tirer un autre enseignement de cette stratégie des dauphins : **les dauphins ne mordent pas. Mais les**



**requins sont tellement braqués sur le combat qu'ils ne prennent tout simplement pas la fuite, ce qui leur coûte la vie !**

Pense au bonheur, au rire, à l'humour, organise ta vie et celle de tes enfants de façon à ce qu'elle soit, comme celle d'un dauphin, légère, avec un but précis, alors tes enfants auront autant de succès et seront aussi serviables (pense à la thérapie par les dauphins où, grâce au contact des dauphins, des handicapés les plus graves trouvent un soulagement, voire la guérison, cf. le récit émouvant de Kirsten Kuhnert, *Das Geschenk der Delfine*)<sup>18</sup>, aussi heureux que ces mammifères merveilleux qui ont un cerveau beaucoup plus grand que celui de l'être humain – c'est peut-être pour cette raison qu'ils semblent sourire tout le temps ?!

## **Enseigner des solutions**

**Le perdant** pense : *il n'y a pas de solutions et s'il y en a une, alors pour moi elle est irréalisable, impossible, trop chère, trop longue et en fin de compte, elle ne mène à rien.*

**Le gagnant** pense : *si je m'aide moi-même, Dieu m'aidera ! Il y a toujours au moins trois solutions : une au niveau mental, une au niveau psychologique et une au niveau physique.* Par conséquent, se dit le gagnant, si je ne peux rien changer au niveau physique, au niveau des faits, alors je m'efforce d'acquiescer une attitude émotionnelle différente ou bien je modifie mes pensées par rapport à ces faits. Pourquoi un changement ne serait-il pas possible ? Il y a toujours un chemin !

C'est ainsi que pense un gagnant et parce qu'il pense ainsi, il gagne. Et pourquoi ? **Parce qu'il ne connaît pas l'échec.** C'est là son secret. Les gagnants ne connaissent que différentes étapes sur le chemin vers le but qu'ils se sont fixé. Figure-toi que Thomas Edison qui, entre autres, a inventé l'ampoule électrique (cf. aussi Heinrich Goebel !) et le gramophone a fait, c'est incroyable, 10000 essais avant de trouver la solution. Et il considérait chaque essai non abouti comme une indication à continuer sa recherche dans une autre direction. Pas question de parler d'échec, pas question de parler de ratage, mais uniquement de très nombreux pas différents vers le but unique. Pas étonnant qu'il ait atteint le but. Les gagnants atteignent toujours leur but, parce qu'ils considèrent également comme un pas important le fait de ne pas encore avoir atteint le but. Ils parlent de **ne pas encore avoir atteint le but** et non d'échec et de ratage.

Ceci est l'autre but important de l'éducation : apprendre aux enfants **à exploiter leur créativité pour trouver des solutions** – bien entendu **trouver, et non pas chercher**. Ce sont ces différences subtiles qui sont si importantes pour atteindre le but : si tu veux chercher, tu cherteras. Par contre, si tu veux trouver, tu atteindras ton but.

Rudolf Steiner, Rebeca Wild, Maria Montessori ont constamment souligné ceci : les enfants doivent être **éduqués de telle manière que leur créativité ne soit pas détruite mais, au contraire, qu'elle soit encouragée.**

A l'époque actuelle, on ne récompense plus celui qui apprend facilement par cœur, mais on met plutôt l'accent sur **sa créativité, sa flexibilité et son intelligence émotionnelle.**

**Les bonnes notes, l'adaptation parfaite ne sont plus des garanties de réussite.**

Dans son excellent livre *L'intelligence émotionnelle*, Daniel Goleman décrit et justifie à plusieurs reprises à quel point le développement psychique de l'enfant et du futur adulte est important. Cette intelligence émotionnelle tranche entre le succès et l'échec, entre le bonheur et le malheur.

---

<sup>18</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le cadeau des dauphins

Les parents doivent connaître ces différences fondamentales et en tenir compte dans leur éducation. L'ère de l'obéissance aveugle<sup>19</sup> est terminée. Et qu'a-t-il apporté à l'humanité ? Exactement ce que renferme ce mot : des cadavres.<sup>19</sup> Les êtres humains ont été élevés pour la guerre, le combat, l'obéissance docile et pour tuer. Cela a mené à d'innombrables guerres, à des dévastations et des souffrances infinies.

Cela doit maintenant cesser. Nous n'avons pas besoin de cadavres vivants qui, tel des robots, exécutent les ordres terribles de leurs horribles chefs. Nous avons besoin d'êtres humains vivants, heureux, créatifs qui ont trouvé et réussi le lien entre la tête et le cœur et qui sont donc ouverts **à l'amour, à la solidarité et aux solutions créatives**. C'est pourquoi les enfants de l'ère nouvelle doivent entrer en contact avec leur créativité car celle-ci est la condition d'un bonheur durable. Pourquoi ? Parce que le bonheur ne naît pas de la rigidité et de l'obstination, mais de la transformation et de la légèreté.

Que dit la loi divine ? **Ne retiens rien – et tu le garderas. Attache-le – et tu le perdras.**

**Ne force rien – et tout vient à toi. Lâche prise – et tu garderas.**

Pourquoi est-ce ainsi ? Parce que l'obstination, le désir de retenir, la contrainte, l'attachement sont des qualités de l'ego, c'est-à-dire l'expression d'un manque d'estime de soi.

Par contre, le Soi sait lâcher-prise, car il sait que tout vient à lui, et cela au bon moment et dans l'abondance appropriée.

Crois en toi, crois en ton partenaire, crois en tes enfants, crois en Dieu, et tu auras une vie merveilleuse et créative qui te réservera un nombre infini de solutions heureuses.

Et si tu vis de cette façon, alors tu seras le plus beau cadeau pour tes enfants, car cet exemple les accompagnera tout au long de leur vie et les conduira au succès.

## Enseigner des valeurs

Cela nous amène à un thème décisif : **le but primaire de l'éducation ne devrait pas être la transmission du savoir mais la formation du caractère. Autrement dit : il ne s'agit pas en premier lieu de la formation de « dépôts du savoir » de plus en plus grands au détriment du développement de la personnalité, mais de l'obtention d'un bon caractère et d'une formation solide ! Tout le reste est perte de temps ! Car seul le bon caractère, lié à un savoir solide, est garant du bonheur.**

Les problèmes de l'époque actuelle viennent du fait *que les gens savent de plus en plus sur de moins en moins de choses*. Si Goethe était bien le dernier génie universel, il y a aujourd'hui une armée de soi-disant spécialistes qui, en réalité, ne sont pas « du métier » car il leur manque aussi bien éthique que connaissance approfondie.

Aujourd'hui, de très nombreux spécialistes n'ont plus d'éthique professionnelle. Cela était, par exemple, encore le cas dans beaucoup de pays de l'UE il y a cinquante ans. A l'époque, les gens travaillaient encore **pour créer quelque chose**. Il était important pour eux que leur travail soit bien fait et ait un sens. Aujourd'hui, dans de nombreux cas, cela ne semble plus être de mise, car tout ne tourne principalement qu'autour de l'argent.

L'argent est important et son utilisation correcte devrait également être enseignée aux enfants (voir plus loin dans le texte). Mais l'argent n'est pas un but en soi, ce qui est souvent mal compris actuellement.

Les Indiens, qui étaient très étroitement liés à la nature, pensaient que l'homme blanc, après avoir tout empoisonné et détruit, constaterait enfin que l'argent n'est pas comestible. Il en fut de même pour le roi Midas qui avait souhaité que tout ce qu'il touche se transforme en or et dont le vœu avait été exaucé. Mais la réalisation permanente de ce souhait aurait signifié sa

---

<sup>19</sup> Ndt : obéissance aveugle se dit en allemand : Kadavergehorsam. Kadaver = cadavre ; Gehorsam = obéissance.

mort parce qu'il ne pouvait plus rien manger ! On ne peut pas manger l'or, ni l'argent. L'argent n'est pas un but en soi, mais seulement un moyen à des fins utiles. L'idéologie négative mondialement répandue fait croire aux gens que l'argent et le pouvoir seraient le but de tous les désirs. Et pourquoi y a-t-il tant de gens qui propagent cette idée fausse ? Parce que c'est la meilleure méthode pour que quelques-uns puissent gagner beaucoup d'argent au détriment d'autrui ! Car quel est le moyen le plus sûr pour engager les gens ? En leur promettant que, grâce à ton aide, ils peuvent facilement et sans grand effort gagner beaucoup d'argent. Toutes les ventes structurées et tous les systèmes boule de neige fonctionnent ainsi. Mais quelle est la loi qui s'applique ici ? Malheur au dernier !

Le but de l'éducation est donc de transmettre aux enfants des idéaux solides et des valeurs valables à toutes les époques et que j'ai, par exemple, résumé dans les cinq vertus cardinales suivantes : **l'amour (*prema*), la vérité (*satya*), la droiture (*dharma*), la paix (*shânti*) et la non-violence (*ahimsâ*). L'amour mis en pratique est droiture ; l'amour en pensées est vérité ; l'amour en sentiments est paix, et l'amour en compréhension est non-violence ! C'est l'amour qui relie tous et tout.**

Celui qui vit de cette manière est une bénédiction pour le monde, et si nous avons plus d'êtres humains semblables, nous aurions un monde meilleur, car c'est un grand nombre de telles personnes qui crée l'âge d'or !

Il est donc de ton devoir en tant que parent de transmettre à tes enfants, et de mettre en pratique, tant de valeurs qu'ils puissent, comme les dauphins, considérer comme but de la vie la réalisation des valeurs et non, comme les requins, la défaite d'autrui. C'est pourquoi les dauphins représentent les solutions où les deux parties gagnent.

Les enfants aussi veulent gagner. Si on leur permet de gagner et qu'on les guide de façon positive, alors les enfants aspirent au succès, à la joie, à la créativité, à la vérité et à l'amour. Les enfants ont faim des choses essentielles, ils veulent à tout prix savoir ce qui est juste et ce qui est faux. Les enfants désirent apprendre quelles sont **les valeurs importantes**. Il n'est donc pas étonnant que les enfants aient un sentiment très développé de la justice. Mais si leurs parents et enseignants déçoivent ou froissent continuellement ce sentiment, alors ils apprennent que la justice est ce que le plus fort décide qu'elle est. Ils apprennent ainsi quelque chose d'extrêmement destructif. Et on peut être certain qu'un jour ou l'autre ils le mettront en pratique et seront des êtres correspondants à ce schéma.

Les parents et les enseignants devraient donc absolument être des exemples de vertu, d'éthique, de justice et, en même temps, ils devraient permettre à leurs enfants d'emprunter leur propre chemin vers la vérité. Car **la vérité est certes une, mais les chemins qui y conduisent sont nombreux**. Parfois, les personnes trop zélées oublient cela.

L'histoire de **Constantin** en est un bon exemple. A quatre ans, il entendit l'histoire de Rumpelstilzchen<sup>20</sup> et il trouva que la fin était injuste. Certes, le fait qu'un enfant allait être enlevé à sa mère lui donna froid dans le dos, mais Constantin ne comprenait pas pourquoi Rumpelstilzchen<sup>20</sup> devait rester les mains vides. On pourrait croire qu'il s'était rangé du côté du mauvais Rumpelstilzchen parce qu'il trouvait qu'on avait privé celui-ci de sa récompense. Mais il exprimait en réalité la composante dramatique du conte de fée : les vantardises et les mensonges du meunier avaient mis sa fille dans une situation épouvantable dont Rumpelstilzchen l'aide à se sortir, ce qui ne signifie rien moins qu'il lui sauve la vie. En contrepartie, Rumpelstilzchen exige son premier enfant et, en retour, il file des quantités énormes de paille, les transformant en or, ce qui permet non seulement à la fille du meunier de rester en vie mais de devenir même reine. Elle épouse le monarque qui l'avait menacée de

---

<sup>20</sup> Ndt : Rumpelstilzchen est le personnage d'un conte de fée allemand, son nom doit rester secret afin qu'il puisse garder son pouvoir magique.

mort si elle ne transformait pas en or la paille de toute une chambre ! Rumpelstilzchen accomplit le miracle et lui sauve ainsi la vie. Mais pourquoi la fille du meunier épouse-t-elle ce monarque cupide, injuste, sans cœur et sans pitié ? Pourquoi ne part-elle pas dès qu'elle est libre ? Rumpelstilzchen serait-il le seul être mauvais dans ce conte de fées ? Constantin, à quatre ans, ne pouvait évidemment pas aborder ces questions importantes, mais il les avait bel et bien ressenties. Il parla donc de cette injustice et sa maman, une femme intelligente et pleine d'empathie, reconnut immédiatement cette vérité qu'il abordait.

## **La compagnie de personnes bonnes**

Le titre annonce un autre aspect de l'éducation qu'on ne peut pas surévaluer : **le satsang, comme on dit en sanskrit, la compagnie de personnes bonnes**. Rien dans la vie ne peut avoir d'effets plus salutaires ou plus fatals que la compagnie des personnes que tu fréquentes. Aujourd'hui, beaucoup de parents se plaignent que leurs enfants ne se trouvent pas en bonne compagnie. En entendant ces plaintes, me viennent les questions atterantes : **en tant que parents, étaient-ils une bonne compagnie pour leurs enfants ?** Ont-ils eu un comportement de bon exemple qui pouvait servir de norme aux enfants afin qu'ils puissent faire la distinction entre les personnes bonnes et les mauvaises ? Se sont-ils donné la peine que leurs enfants puissent grandir en bonne compagnie ? Ont-ils choisi l'école de leurs enfants en fonction de ces critères ? **Ont-ils traité leurs enfants avec respect ? Leur ont-ils parlé avec respect ?**

Chaque père, chaque mère, doit répondre lui-même, elle-même à ces questions. Je ne peux que dire : il n'y a personne qui imite plus que les enfants leurs parents. Les influences ont une telle portée, sont si fortes et si subtiles que **les parents ne peuvent jamais surévaluer l'influence qu'ils ont sur leurs enfants**. Donc, si ton enfant n'est pas comme tu souhaiterais qu'il soit, demande-toi si tu as été pour ton enfant tel qu'il aurait eu besoin que tu sois.

**Le satsang commence à la maison**. C'est pourquoi les parents doivent, dès le départ, c'est-à-dire dès la conception, être une bonne compagnie pour leur enfant. Ils lisent déjà des textes sacrés à l'enfant lorsqu'il est encore dans le ventre de la mère, chantent des chants sacrés, lui parlent doucement et avec amour. Ils veillent à ce que la naissance se passe dans une atmosphère douce, c'est-à-dire que l'enfant ne soit pas exposé à la lumière éblouissante de la salle d'accouchement, **qu'il ne soit pas séparé de la mère après l'accouchement, qu'il ne soit pas allaité à horaire fixe, qu'on n'utilise pas de méthodes strictes et brutales pour l'obliger à dormir d'un trait la nuit**.

En une phrase, cela veut dire : **que les parents traitent leurs enfants avec un amour véritable et avec respect**. Et cela n'est possible que s'ils se respectent eux-mêmes, et cela de nouveau n'est possible que s'ils ont une bonne orientation sur leur véritable Soi, sur Dieu. Si tel est leur comportement, ils sont une bonne compagnie pour leurs enfants et donc une bénédiction non seulement pour eux, mais pour le monde entier.

Le *satsang* est bien trop important pour m'arrêter à ces quelques phrases. Je ne le peux pas parce que trop d'êtres humains pensent qu'accepter des compromis dans les amitiés n'aurait aucune répercussion et serait « okay ». Attention ! Que tu utilises le mot anglais *okay* à la place de *c'est en ordre*, peut vouloir dire que tu ne désires pas être confronté à ce sujet. Croire qu'il existerait des rencontres limitées à un seul domaine, est une illusion dangereuse qui peut te coûter la vie. Et qui, le cas échéant, peut avoir des conséquences des plus importantes pour ta famille.

**Jacques** aimait les belles voitures rapides. Depuis tout petit, il aimait tant le contact avec ces voitures qu'il en fit son métier. Si tu veux vendre des voitures belles, rapides et donc chères,

alors tu dois t'adresser à une certaine clientèle. Au début, Jacques trouvait cette clientèle pas sympathique du tout. Au fil du temps, il fit la connaissance de plus en plus de ces personnes et apprit à les connaître de mieux en mieux. Et lorsqu'on apprend à connaître les gens de mieux en mieux et si, en plus, c'est rentable au point de vue professionnel, alors on s'adapte à eux. Et Jacques s'adapta.

Trois choses en résultèrent : premièrement, son commerce prospéra ; deuxièmement, il fit la connaissance de plus en plus de gens qui l'invitèrent également à leurs belles fêtes et troisièmement, il fit fortune. *Il s'éleva donc socialement* – mais qu'est-ce que cela veut dire : *s'élever socialement* ? Cela signifie qu'il fréquentait maintenant des milieux vis-à-vis desquels il avait jusqu'à présent, et à juste titre, gardé une distance sceptique. Mais à présent, il ne faisait plus attention à la négativité subtile, aux allusions méprisantes à peine perceptibles, au combat de concurrence peu cachée et à la manie de se profiler au détriment d'autrui et de la vérité. Bien plus, il s'habillait comme ses nouveaux amis et adoptait également peu à peu leurs habitudes.

Il se trouvait maintenant très « chic ». Mais au fond, il n'était rien d'autre qu'un simple parvenu qui est d'office ignorant parce qu'il nie ses racines. Et qu'est-ce qu'un arbre sans racines ? Oui, très juste !

Et un être humain qui nie ses racines, qui rencontre-t-il ? Des gens qui agissent de manière semblable ! Et comment cela finit-il ? Sont-ils une bonne compagnie ?

Voyons un peu la suite de l'histoire.

Jacques était maintenant admis dans les nouveaux milieux ; il dégageait une impression de réussite et d'assurance et, en plus, il n'était pas bête et n'avait pas sa langue dans sa poche. Il était donc un « beau parti », mais il ne le savait pas. Il fit donc la connaissance de Jacqueline, plus exactement c'est elle qui fit la connaissance de Jacques ! Et hop, il eut d'abord une aventure, puis une relation, ensuite le mariage et enfin une famille avec deux enfants. Evidemment, il y eut bien vite des problèmes et qu'arriva-t-il ? Subitement, Jacqueline trouva un très bon ami de Jacques beaucoup plus intéressant et emménagea chez celui-ci avec les deux enfants et la moitié de l'entreprise qui était à elle depuis le mariage.

Et comme si cela ne suffisait pas, la situation empira encore pour Jacques : Jacqueline et son nouvel ami avaient une grande influence dans les milieux qui étaient devenus son cadre de vie, car il y traitait ses affaires, il y avait ses contacts, il s'y était aménagé un nouveau chez-lui. De tout cela, il ne lui restait pas grand-chose, car Jacqueline et son ami le diffamèrent tellement qu'il fut littéralement « coupé » de la société et que, pour finir, son commerce s'écroula également. En très peu de temps, il avait tout perdu : sa femme, ses enfants, ses amis, son chez-lui, son entreprise, son niveau de vie et sa bonne réputation.

Mais il ne faisait pas partie des perdants, au contraire, il faisait partie des gagnants. Il ne se lamenta pas longtemps, mais se demanda ce qu'il avait à apprendre de tout cela. Alors il se souvint de ses bons vieux amis qu'il avait sacrifiés pour la nouvelle « compagnie de snobs ». Et ils lui montrèrent clairement tout ce qu'il avait sacrifié au nom du succès, du prestige et de l'argent. Il créa une toute nouvelle entreprise et cette fois-ci il fit attention à deux choses décisives : au contact de ses bons amis et à des valeurs solides déterminantes pour sa vie. C'est ainsi qu'il trouva un nouveau bonheur et, cette fois-ci, il fut durable.

Prends exemple sur Jacques qui eut la chance de pouvoir recourir à de bons amis qui le ramenèrent à la raison. Reste toujours du côté des personnes bonnes. Il n'y a rien de plus dangereux que les personnes négatives et les personnes méchantes car elles peuvent te trancher la gorge tout en pensant qu'elles sont dans leur droit (voir plus haut les phrases à

propos des requins ou l'histoire de la chèvre de Judas dans *Sai Baba parle aux Occidentaux*, 14/9).

**Mais tiens compte de ceci : la « mauvaise compagnie », ce ne sont pas seulement les personnes visiblement méchantes ou même criminelles. Sont également des personnes mauvaises celles qui sont très subtilement négatives, qui ont une mauvaise influence sur toi, qui disent du mal d'autrui, qui n'ont pas d'idéaux positifs, qui nuisent aux animaux, qui se procurent un avantage au détriment d'autrui ou qui affaiblissent ton estime de toi.**

## Les fêtes et coutumes

Les enfants – de même que les adultes ! – ont besoin de fêtes et de coutumes, ou plutôt de coutumes stables !

L'année est remplie de nombreux jours fériés merveilleux. Malheureusement, l'homme moderne est très sceptique, pour ne pas dire méfiant, vis-à-vis de tout ce qui est tradition, coutume et maintien de ce qui est ancien. D'un côté, c'est compréhensible car beaucoup de choses qui se sont transmises de génération en génération ont été utilisées plus pour opprimer que pour créer la joie et la gaieté.

Mais malheureusement, dans ce « grand nettoyage », une partie de ce qui était très précieux pour le maintien d'une communauté vivante et qui offrait beaucoup de belles choses à l'âme de l'enfant a été perdue.

Christiane Kutik, Eva-Maria Ott-Heidmann, Bertrun Jeitner-Hartmann, Josef K.Pöllath et Gertrud et Norbert Weidinger, pour n'en citer que quelques-uns, ont écrit des livres magnifiques (cf. la bibliographie), dans lesquels on retrouve beaucoup de choses qui risquaient d'être perdues à jamais.

**Les enfants ont besoin de jeux, les enfants ont besoin de rythme, les enfants ont besoin de danse, les enfants ont besoin de chant. Les enfants ont besoin de joie. Les enfants ont besoin de créativité. Les enfants ont besoin de beaucoup de poésie et d'ambiance pour leur âme merveilleuse.** C'est pourquoi les fêtes « habituelles » telles que Pâques, la Pentecôte, la fête de la moisson, Noël et les anniversaires sont si importantes. L'âme de l'enfant a besoin d'espace pour l'exceptionnel, l'insaisissable, le spirituel, le divin.

Ce côté spirituel se retrouve très fortement dans la fête de la moisson, dans les fêtes de Pâques, de la Pentecôte, de Noël et des anniversaires, car chaque fête reflète la joie qui naît lorsque quelqu'un rend service de façon désintéressée.

**Pâques** est la fête du symbole du renouveau de l'être humain lorsque celui-ci abandonne son ego. L'être humain rayonne alors de beauté et de couleurs gaies comme le fait la nature qui respire à nouveau au printemps.

A la **Pentecôte** (du grec *Pentekoste*, cinquante), la troisième grande fête de l'Eglise chrétienne, on fête, cinquante jours après Pâques, la descente de l'Esprit Saint, ou – selon les traditions anciennes, avant l'ère chrétienne – le printemps.

Lors de la **fête de la moisson**, on remercie la bonne Mère Terre (*Demeter*) qui nous nourrit et nous maintient en vie de manière tout à fait désintéressée.

A **Noël**, on fête la naissance de Jésus-Christ qui, par son travail admirable, a profondément changé le monde et dont les valeurs vécues de façon exemplaire seront un des piliers de l'âge d'or.

Lors de l'**anniversaire**, on devrait également fêter la mère qui, par son grand engagement, a somme toute rendu possible la vie de son enfant.

Et puis il y a, ou plutôt il y avait encore un grand nombre de fêtes, comme l'Épiphanie, la Chandeleur, la Saint-Jean, la Saint-Martin et beaucoup d'autres (cf. Christiane Kutik, Eva-Maria Ott-Heidmann, *Das Jahreszeitenbuch*).<sup>21</sup>

La plupart de ces fêtes ne sont plus guère célébrées avec une orientation sur l'âme, sur le spirituel-divin – et souvent on oublie aussi de remercier. La fête des moissons n'est souvent plus qu'un office particulier le dimanche après la Saint Michel (29 septembre), Pâques une fête des œufs colorés. De même pour Noël qui risque de s'étioler au point de ne plus être qu'une fête de l'ivresse de la consommation.

Mais il y en a aussi beaucoup – Dieu merci ! – qui savent encore faire de Noël une fête de l'amour, de l'introspection, de la joie et du service au prochain. Car Noël est la fête du recueillement, vu qu'à ce moment-là une énergie spirituelle particulièrement forte inonde le monde et aide l'année à s'achever dans une beauté particulière (cf. aussi *Sai Baba parle aux Occidentaux*). En cette période, les enfants aiment chanter, faire des gâteaux, écouter la lecture de contes et se sentir en sécurité au sein de la famille. Les contes *Le petit âne de Marie et la fuite en Égypte* de Gunhild Sehlin ou *La lumière dans la lanterne* de Georg Dreißig conviennent particulièrement bien aux enfants plus petits.

Et de même qu'à Noël on pense à l'enfant Jésus, on devrait fêter l'enfant<sup>22</sup> le jour de son anniversaire, l'enfant qui représente également un grand cadeau pour la famille – qu'il ait 8 ou 80 ans ! L'anniversaire devrait être la fête de l'enfant et on devrait également y inclure ses frères et sœurs. Certaines familles ont une très belle coutume, elles cachent un petit quelque chose « derrière le rideau » pour les frères et sœurs. Mais le père devrait également particulièrement honorer la mère ce jour-là et donner ainsi un exemple important aux enfants. Dans ce contexte, la chanson d'anniversaire *Wie schön dass du geboren bist*<sup>23</sup> (sur le CD de Rolf Zuckowski) est très belle. Elle est écrite avec tant d'amour et donne tant de joie aux enfants qui fêtent leur anniversaire que je reproduis le texte ici. Tu trouves l'air de la chanson sur le CD en question.<sup>24</sup>

*Aujourd'hui il peut pleuvoir, venter ou neiger,  
car tu rayannes toi-même comme le soleil.  
Aujourd'hui, c'est ton anniversaire, c'est pour cette raison que nous faisons la fête,  
tous tes amis se réjouissent avec toi. (bis)*

**Refrain :**

***Heureusement que tu es né,  
sinon tu nous aurais beaucoup manqué !  
Comme c'est bien que nous soyons réunis,  
nous te félicitons, toi dont c'est l'anniversaire !***

*Il y a une raison à nos bons vœux,  
s'il te plaît reste heureux et en bonne santé pendant longtemps encore.  
Nous aimons te voir si joyeux,  
il y a déjà assez de larmes dans ce monde. (bis)*

---

<sup>21</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le livre des saisons.

<sup>22</sup> Ndt : en allemand, la personne dont on fête l'anniversaire est appelée Geburtstagskind, peu importe qu'il s'agisse d'un enfant ou d'un adulte. Geburt = naissance ; Kind = enfant ; Geburtstag = jour de l'anniversaire.

<sup>23</sup> Ndt : Heureusement que tu es né.

<sup>24</sup> Ndt : Voici la traduction des paroles de la chanson qui, en allemand, est en rimes.

### ***Heureusement que tu es né ...***

*Lundi, mardi, mercredi, peu importe,  
ton anniversaire n'arrive qu'une fois l'année.  
Faisons donc la fête jusqu'à ce que la couenne craque,  
aujourd'hui nous dansons, nous chantons et nous rions ! (bis)*

### ***Heureusement que tu es né ...***

Le livre *Das Kinderfestebuch*<sup>25</sup> de Christiane Kutik est une grande aide pour l'organisation d'un anniversaire enfantin. Toi et ton enfant y trouverez des jeux merveilleux, des indications de bricolage, des chansons et des recettes à reproduire.

Le livre magnifique déjà mentionné *Jahreszeitenbuch*<sup>26</sup> en est un complément important. Il est très important que les enfants acquièrent le sens des différentes saisons de l'année afin de savoir apprécier et respecter chacune. Alors les fêtes ne se situent pas « quelque part » dans l'année, mais sont intégrées dans un rythme merveilleux qui s'appelle la vie.

Etre et rester ouvert au cadeau particulier qu'est la vie est d'une grande importance pour l'être humain. Si tu fêtes beaucoup de choses avec tes enfants, l'image que la vie est belle, que la vie est joie s'enracine dans leurs bonnes âmes ! Et la fin de la chanson d'anniversaire les portera à travers les années : *Aujourd'hui, nous dansons, nous chantons et nous rions ; aujourd'hui, nous dansons, nous chantons et nous rions !*

### ***Le kairós***

Il devrait toujours y avoir une raison pour faire la fête, car la vie est dotée d'innombrables cadeaux. C'est pratiquement toujours le bon moment de se souvenir à quel point nous sommes comblés. Les Grecs appelaient le bon moment *kairós*.

Lysippe, sculpteur grec, représenta ce dieu sous forme d'un adolescent qui, avec des ailes aux pieds, passait à toute allure ce qui veut dire : le bon moment, le moment propice ne s'arrête pas longtemps, au contraire, il passe comme le vent.

**Il y a un bon moment pour tout dans la vie. Celui-ci va et vient et ne dure pas éternellement.**

Les êtres humains ont malheureusement – à cause d'une erreur d'éducation ! – tendance à *remettre les choses à plus tard*. Cela peut être un avantage aussi longtemps que ce n'est pas encore le bon moment. Mais si celui-ci est là et que tu n'agis toujours pas, ce moment propice peut être perdu à jamais.

**Anastasia** avait une mère très difficile, mais un père très affectueux. Sa bonne relation avec son père l'aidait à surmonter maintes difficultés. C'est ainsi qu'elle avait trouvé un très bon mari qui l'aimait et qui prenait bien soin d'elle et des enfants.

Mais lorsque Anastasia devait prendre une décision, c'était le drame : ceci n'allait pas, et cela demandait encore réflexion, ici elle avait encore besoin d'un peu de temps, et là elle n'était pas sûre...

---

<sup>25</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le livre des fêtes enfantines.

<sup>26</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le livre des saisons.



Lorsque les enfants furent un peu plus âgés, on lui proposa un excellent emploi. En plus, elle aurait pu avoir de bonnes relations amicales avec son chef. Mais elle hésita si longtemps qu'une autre femme également très capable obtint le poste qui, de ce fait, ne fut plus jamais disponible !

Tout arrive en son temps. Tout a **son** moment propice. C'est ainsi qu'il y a des jours dans l'année où on devrait, par exemple, couper le bois parce qu'alors il ne brûle pas et ne se déforme pas et est donc idéal pour les poutres. **Le moment propice existe pour tout.** Johanna Paungger et Thomas Poppe ont fait beaucoup de recherches à ce propos et découvert des choses étonnantes – par exemple, à propos du moment propice pour une opération.

Les parents doivent absolument informer (former intérieurement, cf. *Sai Baba parle aux Occidentaux*, 1<sup>er</sup> février) leurs enfants à propos de l'importance du moment propice. Beaucoup d'enfants ne savent rien du kairós et s'étonnent qu'il y ait subitement des constellations qui changent tout. Ce sont alors les moments où on se rend compte qu'on ne peut pas revenir en arrière. Les enfants – et les adultes tout autant – doivent traverser la vie en se posant la question importante : **Quand le moment est-il propice pour ceci ou cela ?**

Les êtres humains ont tendance à avoir une attitude généreuse en ce qui concerne leur temps. Ils se comportent en partie comme si leur incarnation était éternelle. Et qu'arrive-t-il ? Ils perdent tellement de temps que le jour où ils doivent abandonner leur corps, ils ont le sentiment de ne pas avoir vraiment vécu, d'être arrivé à trop peu de choses, d'avoir au fond manqué à leur tâche (cf. Sénèque, *De brevitae vitae*<sup>27</sup>). Et ce qui est terrible : c'est qu'ils ont raison ! Ils ont gaspillé **leur** temps comme si ce temps était une mesure **en-dehors** d'eux-mêmes. Comme je l'ai déjà dit plus haut, le temps n'est rien d'autre qu'une mesure abstraite. Car cinq minutes sont cinq fois une minute ou cinq fois 60 secondes. Oui et alors ? Est-ce que cela a une signification quelconque ? A peine. Mais les cinq minutes pendant lesquelles je vis quelque chose de particulièrement beau ou de particulièrement terrible, je ne les ressens absolument pas comme 5 x 60 secondes dans les deux cas. Le moment heureux passe en un clin d'œil et l'autre moment semble durer une éternité.

Pense donc toujours à ceci : tu ne gaspilles jamais un temps **quelconque**, qui s'écoule de façon abstraite n'importe comment, n'importe où, n'importe quand, mais tu perds toujours de la vie. **Ta vie.**

C'est pourquoi les parents doivent attirer l'attention de leurs enfants sur le fait qu'il n'y a pas qu'un seul *kairós*, mais que **la vie toute entière n'est rien d'autre que des moments propices ! C'est parce que tu vis qu'ils sont si propices ! C'est pourquoi chaque instant, chaque fraction de seconde est si infiniment précieux, car il concerne ta vie, ton séjour sur terre et qui, selon toute probabilité, ne reviendra jamais sous cette forme.**

Vis donc aussi intensément que tu le peux. Ma maxime est : **Le temps libre n'est qu'une autre forme d'activité judicieuse.** Ceci est une très bonne norme qui s'accorde très bien avec mon autre maxime : **La liberté, c'est aimer faire ce que l'on doit faire.**

Les parents devraient au moins connaître ces règles de base, voire les vivre et les transmettre ainsi sous forme d'exemples à leurs enfants. Mais attention : qu'est-ce que j'ai dit ? Le plus important, c'est la joie et le bonheur ! L'éducation est ratée si les enfants ne font plus que travailler avec acharnement et ne savent plus se réjouir de rien. Travailler, oui. Travailler beaucoup, encore oui. Seulement travailler et ne plus avoir ni de joie, ni de bonheur ? En aucun cas !

Pourquoi fais-tu attention au bon moment si, ce faisant, tu passes à côté de la joie et du bonheur ? **Chaque être vivant cherche le bonheur.** Si tu ne le trouves pas, ta vie a été tout

---

<sup>27</sup> Ndt : Sur la brièveté de la vie.

aussi vaine que si tu avais gaspillé le temps durant toute ta vie – à moins que tu n'aies fait beaucoup de bien aux autres. Mais alors, pourquoi n'as-tu pas trouvé de joie ?

**La plus grande bénédiction qu'on puisse obtenir est donc : de faire son devoir avec beaucoup de joie et, ce faisant, de communiquer en plus cette joie à autrui.** Celui qui vit ainsi, a été ou s'est éduqué correctement – ou les deux. Il a en tout cas trouvé l'accès décisif à l'essence de la vie. D'une personne qui vit ainsi, on peut réellement dire que le chemin est le but car elle vit chaque instant de manière à ce qu'il soit rempli de joie.

Pour elle, chaque instant est *kairós* – et le bel adolescent aux pieds ailés peut s'envoler tant qu'il veut, il revient toujours, parce qu'ici il y a quelqu'un qui se laisse pour ainsi dire emporter sur son dos !

Mais songe encore à ceci : **le bonheur sans structure ne dure pas ! Le bonheur sans structure est plaisir, le bonheur avec structure est joie.**

Le plaisir est vite passé et a peu de profondeur. La joie, par contre, est le résultat d'un travail, c'est pourquoi elle est durable.

Sois prudent par rapport au monde du divertissement car, au fond, là on ne comprend pas la plaisanterie – ou, comme le dit si bien le jeu de mots : *Là, il faut compter avec beaucoup de gens sur lesquels on ne peut pas compter !*

Le monde de la joie, par contre, est fondé sur des programmes positifs, sur l'engagement et aussi sur le fait que la vie ne fait pas de cadeaux.

Planifie donc ta journée et apprend à tes enfants à planifier. Etudie les livres de Lothar J. Seiwert, par exemple *Gérer son temps pour réussir* ou *Simplifiez-vous la vie* qu'il a écrits avec Werner Tiki Küstenmacher. Apprends à planifier ta vie. Tant de gens, non, des peuples entiers n'ont pas de succès parce que, faute de planification, ils ratent le moment propice.

Combien de gens ne respectent pas leurs contrats parce qu'ils ne savent pas planifier. Combien cherchent alors refuge dans les contrevérités, les mensonges et les mauvaises attitudes.

Combien ne sont pas ponctuels parce qu'ils ne savent pas bien gérer leur temps. Mais sache que celui qui n'est pas à l'heure, ne respecte pas la vie d'autrui. Dans ce cas, respecte-t-il autrui ? Peut-il respecter quelqu'un dont il ne respecte pas la vie ? Et se respecte-t-il alors lui-même ? Vit-il dans la vérité et dans la droiture ?

Planifie ta vie, structure-toi, et tu auras beaucoup de temps pour ce qui est spontané et insouciant, pour la gaieté et pour beaucoup de joie.

Une vie heureuse sous-entend que tu ne fasses rien avec obstination et dans la contrainte. **Vis avec beaucoup de sérieux – et justement à cause de cela, avec légèreté et insouciance !**

Traite les informations qui suivent comme des indications importantes, qui ne doivent cependant pas t'amener à une superstition compulsive.

Sache qu'il y a **chaque jour un moment particulièrement favorable, *gulikâla*, et un moment particulièrement défavorable *râhukâla*** (cf. Diana Baskin, *Précieux souvenirs de Sathya Sai Baba*).

|    | Heures favorables<br><i>gulikâla</i> | Heures défavorables<br><i>râhukâla</i> |
|----|--------------------------------------|--|
| lu | 13:30 – 15:00                        | 7:30 – 9:00                            |
| ma | 12:00 – 13:30                        | 15:00 – 16:30                          |
| me | 10:30 – 12:00                        | 12:00 – 13:30                          |
| je | 9:00 – 10:30                         | 13:30 – 15:00                          |
| ve | 7:30 – 9:00                          | 10:30 – 12:00                          |
| sa | 6:00 – 7:30                          | 9:00 – 10:30                           |
| di | 15:00 – 16:30                        | 16:30 – 18:00                          |

Lors de l'heure d'été, tu dois chaque fois ajouter une heure.

Ces heures peuvent être importantes pour toi si tu as prévu quelque chose de particulièrement important. Dans ce cas, organise ta journée, c'est-à-dire tes voyages, une opération, la signature de contrats, le rendez-vous avec une personne particulière, la célébration d'une chose importante, le premier coup de pioche lors d'une construction, pour n'en citer que quelques-uns, afin que **le début de tes activités** tombe en *gulikâla*.

Pendant les journées tout à fait ordinaires, lâche prise, demande bénédiction et aide à Dieu et, grâce à cela, vit avec légèreté. Comme je l'ai déjà dit, rester à tout prix attaché à des règles rigides peut même être un malheur car cela mène facilement à la superstition et ainsi au début de la fin de toute liberté !

## Etre un exemple d'amour

Comme je l'ai déjà mentionné plus haut, la non-communication n'existe pas. Si on s'adresse à quelqu'un, il **ne peut pas** ne pas communiquer. **Tout ce qu'il fait, ou qu'il ne fait pas, est communication** (Paul Watzlawick et al., *Une logique de la communication*).

De même que la non-communication n'existe pas, il n'existe pas de communication qui, de temps à autre, d'une façon ou d'une autre, ne soit pas freinée, empreinte de malentendus, ou qui ne créera pas de problèmes.

Il en va de même pour la communication entre parents et enfants.

Il y a des parents qui parlent sur un ton sec (que je ne considère pas comme idéal) à leurs enfants et qui ont cependant des enfants heureux et contents. Puis il y a des parents qui parlent sur un ton doux et amical à leurs enfants, alors que ceux-ci ne font que se rebeller, être insupportables et impolis. D'où cela vient-il ? Tu as tout à fait raison, c'est l'amour qui fait la grosse différence. Bien évidemment, un ton sec n'est pas idéal, mais s'il est associé à l'amour, il est mille fois mieux qu'un ton apparemment amical mais dépourvu d'amour. Tous les êtres vivants ont besoin d'amour. C'est pourquoi les enfants n'ont pas besoin de mots vides et de bonnes formulations dits sur un ton doux. Ils ont plutôt besoin de limites claires, de sécurité et d'amour. **Car la sécurité et les limites claires ne sont rien d'autre que des formes différentes de l'amour.** Celui qui aime donne de la sécurité à l'être aimé. Celui qui ne donne pas de sécurité, n'aime pas.

La sécurité, les limites claires et l'amour sont pour les enfants le terrain nourricier sur et dans lequel ils peuvent bien se développer. S'il leur fait défaut, il leur manque quelque chose – le manque peut aller si loin qu'ils peuvent véritablement dépérir.

Etre un exemple d'amour consiste donc aussi dans le fait que les parents mettent des limites claires, mais le fassent avec empathie. Il est bien entendu que les limites claires sont importantes. Il est évident qu'il n'est pas bon de mal élever les enfants. Toutefois, appliquer sa méthode d'éducation avec obstination et sans coeur, sans faire attention à l'enfant, sans

remarquer ou sans vouloir remarquer où se situe l'enfant intérieurement et ce dont il a besoin, n'est en aucun cas salulaire, mais est un manque de cœur et est donc néfaste.

Voici un exemple. Il était temps pour **Tobias** d'aller au lit. Il était déjà très tard. Sa mère lui avait laissé beaucoup de temps pour jouer avec les autres enfants. Tobias avait beaucoup apprécié cela car, habituellement, il n'avait pas autant d'enfants avec lesquels il pouvait jouer. Maintenant il était tard, très tard et il était temps d'aller dormir. Mais Tobias ne voulait pas. Sa mère lui expliquait qu'il était tard et qu'il devait maintenant aller dormir. Mais ces mots n'atteignaient pas Tobias. Il pensait à tous ces enfants et aux beaux jeux qu'ils avaient joués ensemble. Ceci, par contre, n'atteignait pas sa maman.

Vu que Tobias continuait à résister catégoriquement, sa maman s'impatienta et dit : « Pourquoi fais-tu tout ce cirque? Pourquoi n'en as-tu jamais assez ? Il est si tard et demain tu seras mort de fatigue et tu ne pourras pas profiter de la journée. » Mais cela n'atteignait pas non plus Tobias. Alors sa maman se fâcha, rentra à la maison et le laissa dehors. Tobias s'assit sur les escaliers et pleura. La maman de Tobias aimait beaucoup son fils. Ses pleurs l'émurent et elle entendit aussi que ces pleurs exprimaient une détresse. Elle retourna donc auprès de son fils, le prit dans ses bras et lui demanda tendrement : « Mon petit chéri, pourquoi es-tu si triste ? Tu as pu jouer toute la journée, pourquoi n'est-ce pas assez ? » « Maman, j'ai si peu souvent l'occasion de jouer avec des enfants et après-demain ils repartent tous. Alors je vais me retrouver de nouveau seul. En plus, les autres enfants jouent encore, les entends-tu ? Et moi, je dois aller au lit ! » « Je comprends », répondit la maman, « je comprends que cela te rende triste. Bon, va jouer mais à condition que, lorsque les enfants seront partis, tu iras de nouveau dormir plus tôt, c'est-à-dire lorsque nous te le dirons. D'accord ? » « D'accord maman ! » dit Tobias, il donna un baiser à sa maman, et le voilà déjà parti.

Sa maman rentra à la maison. A peine un quart d'heure plus tard, Tobias revint auprès d'elle, se blottit sur ses genoux et s'endormit !

Qu'est-ce que nous apprenons ici ? La *logique du cœur*, comme la nommait Pascal, avait inspiré la bonne attitude à la maman de Tobias. Si elle s'était entêtée à appliquer une règle rigide, elle n'aurait abouti à rien d'autre qu'à rendre son jeune fils malheureux. Si elle n'avait pas été à l'écoute des objections justifiées de Tobias, celui-ci ne se serait certainement pas endormi aussi rapidement, ni surtout aussi paisiblement et aussi heureux.

Que te dit encore cette histoire ? **Qu'il n'y a pas de règles sévères, pas de règles rigides !** Que dit si bien la sagesse populaire ? *Ce qui pour l'un est un hibou, est pour l'autre un rossignol !* Cela veut dire que, premièrement, nous sommes tous différents et deuxièmement, les circonstances ne sont pas toujours les mêmes ! Seul le cœur est capable de décider ce qui est juste et ce qui ne l'est pas.

**Et seul le cœur construit des ponts.** Les personnes qui ne sont pas unies par l'amour, coupent tôt ou tard les relations les unes avec les autres. Les parents qui n'aiment pas leurs enfants, trouvent toujours une raison pour dire qu'ils sont peu satisfaisants, pour les critiquer constamment, pour les humilier, pour se distancer d'eux ou même les rejeter. Beaucoup de parents n'ont pas pour habitude de traiter leurs enfants de manière particulièrement affectueuse et ceci est typique du *kaliyuga*. Constamment, ils les rappellent à l'ordre, les corrigent, s'en désintéressent, ne s'en occupent pas, les frappent, les abandonnent. C'est ainsi que beaucoup d'enfants souffrent en silence, perdent la foi en leurs parents, en eux-mêmes, en la vie et en Dieu.

Beaucoup de parents ont un comportement aussi méchant et ignoble envers leurs enfants parce qu'ils ont en eux des programmes négatifs, c'est-à-dire des programmes de perdant. C'est pour cela qu'ils ont tant de misère et qu'ils la transmettent également dans une aussi large mesure.

La misère est terrible. Tout à fait juste. Mais nulle misère n'est aussi grande qu'on ne puisse, avec l'aide de Dieu, trouver un moyen pour s'en sortir. Les perdants, qui rencontrent toujours des problèmes mais ne trouvent pas de solutions parce qu'ils sont eux-mêmes le plus grand problème, ne voient jamais de moyens réels pour s'en sortir, mais plutôt de nouveaux désagréments. **Personne n'est obligé de maltraiter son enfant s'il ne veut pas le faire. Personne n'est obligé de battre son enfant s'il ne veut pas le faire.** Personne n'est obligé d'humilier son enfant, s'il ne veut pas le faire. Combien de parents vivent dans la plus grande misère et c'est justement pour cette raison qu'ils considèrent leurs enfants comme le plus grand cadeau et font tout ce qui est imaginable pour eux. **C'est leur cœur ouvert, c'est leur amour qui rendent l'impossible possible.**

Donc : sois un exemple d'amour et tout s'arrangera. Car ceux qui aiment réellement sont proches de Dieu. Et Dieu prend soin, jusque dans les moindres détails, de ceux qui sont proches de Lui.

## Critiquer

Beaucoup de parents pensent trouver dans la critique un moyen pour s'en sortir. Mais la critique, est-elle judicieuse ? La réponse est : non !

Pourquoi pas ? Parce que, comme je l'ai déjà dit, beaucoup de parents critiquent constamment leurs enfants. De ce fait, ils génèrent en leurs enfants des pensées négatives, des programmes négatifs, beaucoup de peur et, en plus, un sur-Moi extrêmement destructif, donc un juge intérieur très puissant et très négatif qui dévalorisera toujours leurs enfants et les maintiendra dans cette attitude.

C'est pour cette raison que je trouve les mots « mettre des limites » et « refléter » bien mieux que le mot « critique ».

Pour la plupart des gens, le mot critique est associé à quelque chose de négatif. Et c'est justement pour cette raison que nous voulons éviter cette notion : premièrement, parce que nous ne voulons pas blesser autrui et deuxièmement, parce que d'autres mots nous permettent de mieux dire ce que nous pensons.

S'ajoute à cela le fait que beaucoup d'êtres humains portent particulièrement leur attention sur ce qui est négatif – surtout par rapport aux personnes qui leur sont proches. On ne voit pas ce qui est positif et on n'en parle pas. Par contre, on exprime constamment ce qui est négatif, subtilement ou même directement.

De surcroît, le problème principal de la critique consiste dans **l'accumulation**. Parce que nous évaluons la critique de façon aussi négative – et parce que nous l'avons vécue de manière aussi négative, donc aussi destructrice – nous ne parlons pas de ce qui nous gêne au moment où cela se produit, mais nous « l'avalons » ... et accumulons. Et puis, un jour, notre « coupe » est pleine et à la moindre occasion, nous explosons et nous disons à autrui « franchement ses quatre vérités ».

Et que faisons-nous ainsi ? Nous nous confirmons notre programme qui dit que la critique est quelque chose de négatif. Car la véhémence avec laquelle nous « disons ses quatre vérités » et la quantité de reproches que nous lançons à la tête d'autrui font que celui-ci se renferme complètement, ou qu'il utilise l'arme de la contre-attaque.

Pour toi, cela signifie :

1. Ne te dévalorise pas.
2. N'accumule pas la critique.

3. Ne l'exprime pas sous le coup de l'émotion. Ne dis pas « ses quatre vérités » à ton vis-à-vis, car cette façon d'exprimer ton opinion, c'est-à-dire une tirade de reproches, ne sert à rien.
4. Dis ce que tu penses, non sous forme de critique, mais en tant que reflet. **Ne dis pas :** « Tu fais toujours ... », « Tout ce que tu dis ... »  
**Dis plutôt :** « J'ai un problème avec ... »
5. N'aborde qu'un seul point critique par conversation et combine-le avec un éloge. Par exemple : « Je te trouve très nuancé et très ouvert. Mais lorsque tu dis ceci ou cela, il m'est impossible de le concilier avec ta façon d'être habituelle ».  
Sache que si tu **critiques une fois, tu dois ensuite faire l'éloge cinq fois.**
6. Aborde tout cela entre quatre yeux et permet à ton vis-à-vis de parler et **laisse-le finir de s'exprimer.**
7. Ne parle pas trop longtemps. L'autre pourrait ressentir cela comme un sermon ou un « savon ».
8. Demande à ton interlocuteur ce qu'il attend de toi. S'il te fait alors des reproches à son tour, maintiens les éloges à son égard. N'entre pas dans la « tirade de la critique ». Mais ne dilue pas ton point de critique.
9. Cherche une solution commune.
10. Reste en contact. Regarde ton vis-à-vis ou touche-le.
11. Et le plus important : traite ton vis-à-vis avec attention et respect.
12. Et enfin, pense à la signification du salut indien *namas te* : « Le Divin en moi salue le Divin en toi ! »

Je parle de manière générale de ces points, vu qu'ils offrent un bon fil conducteur, non seulement pour le contact avec les enfants, mais également pour la communication entre adultes.

Ils te donnent aussi la possibilité d'expliquer à tes enfants de quelle manière ils peuvent **aborder** les sujets avec des amis ou même avec des enseignants.

La critique est toujours compliquée. Par contre, l'effet miroir, mettre des limites ou clarifier sont des aptitudes de communication extrêmement importantes qui décident du destin de toute relation. **Celui qui n'est pas capable de clarifier, ne peut pas mener une relation heureuse.**

Celui qui n'aborde aucun sujet, n'est pas capable d'établir une relation.

Celui à qui on ne peut rien dire – même si c'est dit de façon on ne peut plus aimable et constructive – celui-là ne sait pas gérer les conflits. Et s'il ne sait pas gérer les conflits, une relation ou une amitié avec lui deviendra très difficile, voire se brisera même au premier problème rencontré.

C'est pour cela qu'on devrait louer les enfants, leur mettre des limites positives, leur refléter les choses de manière constructive, afin qu'ils soient capables d'affronter les conflits, c'est-à-dire **qu'ils développent une grande tolérance par rapport à la frustration et qu'ils aient beaucoup de respect envers eux-mêmes et envers autrui.**

Car la critique existera toujours dans le monde. On n'échappe pas à la critique. Mais celui qui, dans son enfance, a appris à gérer constructivement ce qui ne lui plaît pas chez les autres, ou ce que les autres critiquent chez lui, a non seulement reçu de ses parents un programme de réussite magnifique, mais il remplit, en plus, les meilleures conditions pour vivre des relations bonnes, solides et durables.

Ne critique donc pas ton enfant. Sois plutôt un miroir qui lui reflète avec bienveillance et avec amour ce qu'il devrait modifier. Garde le contact. Sois positif et ne sois pas rancunier. En plus, soutiens ton enfant lors de toute critique venant de l'extérieur. Aide-le à accepter l'important message qu'elle renferme éventuellement et, **par ton soutien, rends-le capable de gérer des conflits.**

Car que disait si justement Bouddha ?

*On te critique lorsque tu parles trop.  
On te critique lorsque tu parles trop peu.  
On te critique lorsque tu dis juste ce qu'il faut.  
Il n'existe pas de protection contre la critique.*

Cela signifie que, même en tant que parent, tu ne peux pas échapper à la critique : tes enfants te critiqueront.

Et quelle sera alors ton attitude ?

Il se peut que tes enfants ne trouvent pas le ton juste. Ne t'en formalise pas, sois magnanime. Dis que tu trouves le ton désagréable, mais que tu prends au sérieux le contenu, les dires.

Tu transmets ainsi un excellent programme intérieur à tes enfants. La première partie de ce programme est qu'ils sentent que tu les écoutes, qu'ils sentent qu'ils ont le droit d'avoir leurs sentiments, qu'ils peuvent les exprimer et qu'on les entend aussi même lorsque la forme d'expression n'est pas idéale.

La deuxième partie de cet important programme intérieur s'exprime dans ce qui suit : **la prise au sérieux signifie aussi que tu t'excuses** si la critique de tes enfants est justifiée. Ne tourne surtout pas autour du pot. Ne cherche pas à te justifier. Ce serait épouvantable car aucun parent, père ou mère, qui peut être idéalisé, n'essaie de se tirer d'affaire afin d'éviter de devoir avouer une erreur.

**Excuse-toi plutôt. Dis simplement :** « Je regrette. Ce n'était pas correct ... j'ai oublié cela ... cela m'a échappé ... »

**Après t'être excusé, demande :** « Est-ce bien ainsi ou bien as-tu besoin d'autre chose ? »

Sois pour ton enfant un exemple en ce qui concerne la manière d'utiliser et d'accepter la critique et l'effet miroir. Grâce à toi, il apprend comment se comporte une personne qui a une attitude positive et constructive face aux clarifications.

Sois attentif aussi pour voir si ton enfant accepte tes excuses. L'excuse est très importante et ne devrait pas être dite en passant, ni être acceptée incidemment.

**A un « Je regrette » devrait suivre un « Merci beaucoup ! » clair, lié au sentiment correspondant.**

Si rien de tel, ou approximativement de tel, ne vient, il est fort possible que l'excuse n'ait pas été acceptée.

Il existe alors probablement encore un besoin de clarification auquel tu devrais absolument faire face.

Il se peut aussi que ton vis-à-vis doive encore apprendre à réagir à une excuse, c'est-à-dire à exprimer ce qu'elle provoque en lui.

En d'autres termes : les effets miroirs sont bien si on les traite de manière attentive, constructive et favorisant la relation.

Réfléchis vraiment bien aussi pour savoir quel sujet tu abordes, car **l'effet miroir permanent** est usant. Prends conscience des choses que tu peux ignorer, parce que tu peux laisser l'autre tel qu'il est. **Mais attention : lâche réellement prise et ne mets pas – sans t'en rendre compte ! – les sujets que tu n'abordes pas dans la « boîte d'accumulation ».**

Les parents qui réagissent ainsi lorsqu'ils utilisent l'effet miroir ou lorsqu'ils sont critiqués, transmettent à leurs enfants un excellent programme qui les préservera d'une hypersensibilité absurde.

Car comment naît l'hypersensibilité ? Suite à de nombreuses blessures et/ou par le fait que quelqu'un n'est pas entendu ou qu'il ne se **sente** pas entendu.

Ecoute ton enfant, prends-le au sérieux, ressens ce qu'il ressent, ainsi lui donnes-tu le meilleur exemple pour qu'il puisse mener une relation bonne, durable et capable d'affronter et de gérer les conflits.

## **L'éducation par les conséquences des actes**

J'aime les enfants. Je trouve leurs yeux tellement magnifiques, le ciel tout entier semble s'y refléter. Et je ressens le rayonnement de leurs visages comme le reflet de la beauté et de la perfection de Dieu. Malheureusement, en cette époque sombre, on les traite tellement mal qu'ils perdent leur rayonnement, leur joie et enfin leur beauté. Cela me fait de la peine.

**C'est pourquoi je dis : les parents ignorants, durs, sans cœur, éduquent par la punition. Les parents intelligents, doux et aimants éduquent par les conséquences des actes.**

*Positive Discipline*<sup>28</sup> de Jane Nelsen est un livre que les parents devraient non seulement lire, mais également mettre en pratique tous les jours. C'est un livre merveilleux, plein de sagesse, car il montre aux parents comment éduquer leurs enfants sans contrainte et sans punitions, mais uniquement par les conséquences des actes. Cela est plein de sagesse aussi parce que cela respecte les lois cosmiques. Dieu, et par conséquent le monde, n'éduquent pas au moyen de punitions, mais par les conséquences des actes.

Sais-tu ce qui préoccupe tant ceux qui travaillent avec les êtres humains ? Que **la plupart des gens ne voient pas leurs erreurs, mais croient pouvoir les repérer avec certitude chez autrui !** (cf. le merveilleux livre ou les CD de Dale Carnegie *Comment se faire des amis*). Et sais-tu quelle en est la cause ? Oui, cela vient de *mâyâ*, l'illusion, l'apparence. Dieu a créé *mâyâ* afin que le Dieu unique puisse devenir le monde multiple. *Mâyâ* fait apparaître comme multiple ce qui, au fond, n'est qu'Un. Par conséquent, celui qui est très lié au monde, doit s'empêtrer en *mâyâ* et prendre une illusion pour la vérité. Faire des remontrances ou critiquer quelqu'un est donc rarement une aide. Pratiquement personne ne montre de l'intérêt quand il s'agit d'apprendre quelque chose sur lui-même. La plupart ne veulent, soit rien savoir, soit ils renvoient la balle et critiquent à leur tour, se mettent en colère – ou bien les trois variantes en même temps !

Dans la plupart des cas, les punitions sont complètement inutiles – sauf si on veut se faire des ennemis, dans ce cas elles ont une efficacité de presque 100% (cf. Jane Nelsen, *Positive Discipline*<sup>29</sup>).

Seules les personnes très perturbées aimeraient se faire consciemment des ennemis de leurs enfants – il y a malheureusement suffisamment de gens qui, par impuissance, par manque d'intérêt ou par ignorance, éduquent au moyen de punitions.

Par contre, les parents intelligents et bons sont toujours à la recherche de moyens leur permettant d'atteindre leurs enfants, de leur expliquer les choses, de les influencer sans ériger des fronts inutiles, sans les blesser ou même leur nuire.

---

<sup>28</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : La discipline positive.

<sup>29</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : La discipline positive.



La méthode de Jane Nelsen est si utile parce qu'elle part de trois attitudes fondamentales vis-à-vis des enfants : **l'amour, le respect et l'apprentissage par les conséquences des actes**. Au début de son livre, elle décrit les lignes conductrices d'une discipline positive. Je les trouve si pertinentes que je les cite entièrement :

- « 1. *Les enfants désobéissants sont des enfants **découragés** qui ont des idées erronées quant à atteindre leur but prioritaire – **faire partie intégrante de la communauté**. Leurs idées erronées mènent à la désobéissance (au comportement inadapté).*
2. **Encouragez** vos enfants, afin de les aider à acquérir un sentiment d'appartenance, ce qui enlèvera le fondement à la motivation de leur comportement inadapté.
3. *Une méthode magnifique pour encourager les enfants est de leur consacrer des moments particuliers, une heure par semaine pour les plus grands, et de faire quelque chose qui vous permet de trouver un plaisir commun.*
4. *Au moment de mettre les enfants au lit, demandez-leur de vous raconter l'évènement le plus triste et le plus **heureux** qu'ils ont vécu pendant la journée. Soyez de tout cœur avec eux. Vous serez étonné de voir tout ce que cela vous fait découvrir et tout ce que cela vous permet d'apprendre.*
5. *Tenez des **conférences familiales** afin de résoudre les problèmes ensemble et dans le respect mutuel. Elles sont la clé d'une atmosphère familiale pleine d'amour qui aide les enfants à développer l'autodiscipline, la conscience de leurs propres responsabilités, l'esprit de solidarité et l'aptitude à résoudre les problèmes.*
6. *Donnez aux enfants des **tâches sensées**. Beaucoup d'enfants préféreraient cuisiner plutôt que faire la vaisselle. Les enfants ont un sentiment de solidarité lorsqu'ils savent qu'ils sont capables de faire quelque chose d'essentiel.*
7. **Décidez ensemble** quelles sont les tâches à faire. Permettez aux enfants de tirer chaque semaine au sort qui effectue quelle tâche. De cette manière, ce n'est pas toujours la même personne qui effectue les travaux.
8. **Prenez le temps** d'initier les enfants. Vérifiez qu'ils ont compris ce que vous entendez par « nettoyer la cuisine ». Pour les enfants, cela pourrait, par exemple, simplement vouloir dire placer les assiettes dans l'évier.
9. *Libérez-vous de la notion illusoire que les enfants fonctionnent mieux si on commence d'abord à les dénigrer. **Avez-vous envie de vous donner de la peine après avoir été humilié ?***
10. *Il se peut que la punition donne des résultats lorsque vous voulez, à un moment donné, faire cesser un comportement inadapté. Mais nous devons parfois nous méfier des combines à succès lorsque les conséquences à long terme sont négatives – rancune, révolte, désir de vengeance ou caractère renfermé.*
11. **Enseignez le respect mutuel et montrez le bon exemple**. Etre à la fois aimable et déterminé est un des moyens – aimable par respect vis-à-vis de l'enfant, et déterminé par respect vis-à-vis de soi-même et par rapport aux exigences du moment. Ce n'est pas toujours facile dans les situations de conflit, c'est pourquoi il faudrait d'abord essayer le point suivant.
12. *Le choix du bon moment décuplera votre succès. On ne peut pas résoudre avec succès un problème dans une situation conflictuelle, vu que les émotions entrent en jeu. Enseignez aux enfants le bénéfice des **phases de refroidissement**. Vous pouvez, soit vous, soit les enfants, aller dans une autre pièce et faire quelque chose qui favorise le bien-être, et ensuite aborder à nouveau le problème dans un respect mutuel.*
13. *Si c'est utile, signalez les conséquences logiques d'une action. Soyez attentif à ce que les conséquences soient **logiques, raisonnables et respectueuses**.*
14. *Lors des conférences familiales, les enfants peuvent **aider à décider des conséquences logiques du non-respect des accords**. (N'oubliez pas qu'il ne s'agit pas de punitions, vu qu'on ne peut pas à long terme obtenir de « bons » succès au moyen de celles-ci.)*
15. *Evitez le désordre matinal en mettant en place des **programmes de routine** en laissant, par exemple, les enfants choisir et préparer la veille leurs vêtements, livres, souliers et*

*cetera. Aidez-les à déterminer à l'avance combien de temps il leur faut pour le lever, et accordez-leur la responsabilité de se faire réveiller par leur propre réveil. Permettez-leur d'apprendre à leurs dépens ce que signifie arriver en retard.*

**16. Apprenez les quatre points pour obtenir la coopération.**

*a) Mettez-vous à la place de votre enfant et de son monde. Vérifiez, de concert avec votre enfant, si votre supposition est juste.*

*b) Montrez de la compréhension. Vous n'avez pas besoin d'être d'accord ou d'être indulgent. Si possible, donnez un exemple d'une situation où il vous est arrivé une chose semblable.*

*c) Exprimez, sans reproches, vos sentiments par rapport à la situation sous la forme « je ». Les enfants sont disposés à vous écouter dès lors qu'ils ont le sentiment d'avoir été entendus.*

*d) Elaborez ensemble des idées pour éviter le problème à l'avenir – ou pour résoudre le problème actuel par une conséquence logique. Lorsque les trois premiers points ont été entrepris avec respect, alors l'enfant acceptera de coopérer pour le quatrième point.*

**17. Lorsque vous avez fait une erreur, donnez un exemple de réparation.** *Faites savoir à votre enfant ce qui vous a déplu dans votre propre comportement, et demandez-lui de vous aider à trouver une meilleure solution.*

**18. Montrez aux enfants que les erreurs sont d'excellentes occasions d'apprendre toujours davantage ! »**

## **Développer la confiance**

Pourquoi l'éducation par les conséquences des actes est-elle si importante ? Parce qu'elle donne la possibilité à **l'enfant de voir dans ses parents des partenaires et non des ennemis**. L'observation de Jane Nelsen va dans le mille : les enfants qui ne se sentent pas compris, utilisent d'abord le pouvoir, ensuite la vengeance et enfin ils se résignent. Elle parle des « quatre **R** de la punition »<sup>30</sup> : **ressentiment, vengeance, révolte, retrait**.

C'est pourquoi l'éducation autoritaire est aussi peu sensée que l'éducation antiautoritaire. Mais à propos de cette dernière, il faut dire qu'elle a mis en route beaucoup de choses positives et qu'il va sans dire qu'une personnalité aussi importante qu'Alexander Neill, qui est en plus aussi cordiale et profondément humaine, peut obtenir beaucoup. Son concept d'éducation était novateur parce que, tout comme celui d'Alfred Adler, il traitait toutes les personnes, y compris les enfants (!), avec attention, respect et amour. Et il a mis en évidence une chose importante : qu'il n'y a absolument aucune raison de maltraiter les enfants, de les humilier, de les punir ou de briser leur volonté, comme cela avait été propagé par de nombreux pédagogues noirs de jadis (cf. l'excellent livre d'Alice Miller *L'enfant sous terreur*).

Mais beaucoup ont mal compris l'approche de Neill. A la lecture de son livre, *Libres enfants de Summerhill*, ils ont cru déduire la façon dont Neill avait traité ses enfants. Dans beaucoup de cas, sa méthode ne fonctionnait pas du tout aussi bien chez les lecteurs de ses livres que chez lui car, grâce à sa personnalité, Neill fixait bien des limites et par sa façon d'être clair, il faisait comprendre ce qu'il trouvait bien et ce qui ne l'était pas, bien qu'il ne l'exprimât pas à chaque fois. Beaucoup de parents n'avaient pas cette aptitude, et la mise en pratique dans leur propre famille était donc par conséquent assez chaotique. Néanmoins, toute notre reconnaissance et tout notre respect vont aux défenseurs de l'éducation antiautoritaire, car c'était le grand amour qu'ils portaient à leurs enfants qui les avait incités à chercher et à essayer des voies nouvelles. Les enfants de ces parents peuvent parfois avoir un comportement un peu étourdi, gaspilleur et ne pas toujours viser la réussite ; ils sont

---

<sup>30</sup> Ndt : les quatre R = Ressentiment (ressentiment), Rache (vengeance), Rebellion (rébellion, révolte), Rückzug (retraite, retrait).

cependant souvent bien plus heureux et plus satisfaits que ne l'était la génération précédente. Cela a certainement bien valu les efforts de tous !

Jane Nelsen a trouvé une distinction très utile que je cite ci-dessous :

#### « Sévérité

(contrôle exagéré)

- Ordre sans liberté
- Aucun choix
- 'Tu le fais parce que je te le dis'

#### Permissivité

(pas de limites)

- Liberté sans ordre
- Choix illimité
- 'Tu peux faire ce que tu veux'

#### Discipline positive

(détermination avec dignité et respect)

- Liberté avec ordre
- Choix limité, 'Tu peux choisir dans des limites bien définies qui témoignent du respect vis-à-vis de tous'. »

Jane Nelsen pense que les parents, peu importe ce qu'ils disent ou décident, devraient parler sur un ton **amical**, car « **l'amabilité est importante afin de montrer notre respect vis-à-vis de l'enfant. La détermination nous montre le respect vis-à-vis de nous-mêmes et vis-à-vis des exigences de la situation.** » (Accentuation par moi).

Et qu'arrive-t-il lorsque nous traitons un enfant avec amabilité, empathie et détermination ? La confiance naît, et de la confiance naît l'**obéissance authentique** qu'Elisabeth Plattner dans *Die ersten Lebensjahre*<sup>31</sup> différencie en bonne connaissance de cause de l'obéissance feinte qui est malsaine. Elle aussi a fait énormément pour les enfants, et ses livres (cf. la bibliographie) ne devraient manquer dans aucune famille.

Qu'entend-t-elle par **obéissance authentique** par rapport à l'obéissance feinte ?

Commençons par cette dernière : l'obéissance feinte se manifeste lorsque les enfants font quelque chose « apparemment » dans le sens des parents parce que, sinon, ils craignent la punition. L'absurdité de l'éducation autoritaire devient évidente par le fait que, dans une large mesure, elle engendre cette attitude ; il en est ainsi parce que les enfants ressentent les parents comme une menace ou même comme des ennemis, et non comme un soutien et comme des amis véritables. Lorsque les enfants voient en leurs parents une menace ou des ennemis, alors quelque chose a été complètement raté. En plus, une chose extrêmement triste s'est produite : à la place de la possibilité de vivre la joie d'être proches, la confiance et la communauté, un fossé s'est créé entre les parents et les enfants. Combien de choses sont ainsi perdues ! Comme c'est dommage ! En outre, il existe le danger de voir ces enfants faire des choses interdites au plus tard lorsque les parents seront absents.

Pour l'**obéissance authentique**, par contre, il en va tout autrement : les parents se comportent de telle manière que les enfants vivent et **ressentent** constamment **que les parents font tout pour leur bien – pour le bien des enfants !** Les interdictions doivent donc être données par sollicitude, pour protéger l'enfant, et non en fonction d'un caprice incompréhensible. Et le mieux est de le faire de telle façon que l'enfant puisse chaque fois vérifier que la décision des parents est sage et juste.

Cela commence avec la plaque « chaude » que l'enfant touche quand même parce qu'il ne croit pas ses parents. Et cela continue avec les chaussettes glissantes qui font que l'enfant

---

<sup>31</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Les premières années de la vie.

glisse sur le parquet et tombe parce qu'il ne voulait en aucun cas mettre des chaussettes antidérapantes. Et cela va jusqu'à rouler prématurément sur un vélo sans stabilisateurs, uniquement parce que l'enfant du voisin (bien plus âgé) sait déjà le faire.

L'amour est de nouveau de mise ici. Il n'est pas très utile – rien que pour satisfaire la manie de vouloir toujours avoir raison ! – de regarder l'enfant se blesser sérieusement ou s'attirer même des dommages corporels irréparables, selon la terrible devise : *Voilà ce qui arrive lorsqu'on n'écoute pas !* En entendant cette phrase, on voit déjà le père en colère courir hors de son bureau, la baguette à la main !

Les parents intelligents et affectueux vont permettre à leur enfant de toucher la plaque lorsqu'elle n'est plus très chaude. Parfois il suffit aussi que les parents touchent la plaque et ensuite touchent avec leur main encore chaude celle de l'enfant. Il sera certainement étonné, croira le père ou la mère et, en plus, il leur sera reconnaissant de lui avoir montré tant de sollicitude affectueuse.

Il en va de même avec l'exemple du vélo : les parents pourraient courir à côté du vélo afin de pouvoir rattraper l'enfant si nécessaire. Si cela s'est produit quelques fois, l'enfant comprendra qu'il n'est pas encore capable de rouler en vélo sans les stabilisateurs et que, sans l'aide des parents, il serait tombé plusieurs fois et se serait probablement blessé.

Toutes ces façons d'agir des parents engendrent la confiance, ce qui fait que les enfants demandent conseil à leurs parents lorsqu'ils s'aperçoivent qu'il y a des choses qu'ils sont incapables d'évaluer correctement. Ou alors ils respectent l'interdiction qui leur a été donnée.

C'est ainsi que l'obéissance authentique a préservé deux petits garçons de dommages graves, voire leur a sauvé la vie. Tous deux avaient été éduqués selon le point de vue qu'on ne leur donnait pas d'interdictions inutiles, on leur expliquait chaque fois pourquoi quelque chose n'était pas possible. Tous deux avaient donc une grande confiance en leurs parents. On peut donc dire que tous deux étaient *satsang*, une bonne compagnie, l'un pour l'autre – et cet exemple nous montre combien la bonne compagnie est importante !

Ils étaient en Inde et jouaient dans une cour. Là, sous la surveillance du concierge, ils avaient le droit de brûler des papiers. A un moment donné, le concierge était absent, mais des allumettes étaient là. Ils se promenaient avec les allumettes afin d'allumer quelque chose. Et qu'ont-ils trouvé ? Une grande bouteille d'essence ! L'un des garçons voulait y mettre le feu, car il ne savait pas de quoi il s'agissait. L'autre garçon avait été instamment mis en garde par sa maman, qui utilisait souvent de l'essence à la maison, de ne jamais jouer avec de l'essence et encore moins de jouer avec le feu à proximité de l'essence. Il s'en souvint aussitôt et dit : « Non, nous ne pouvons pas faire cela. Ma maman m'a dit que je ne pouvais jamais jouer avec de « l'essence » (c'est ainsi qu'il le prononçait !), car c'est très dangereux. Nous pouvons mourir sur le coup. Nous n'avons pas la permission de faire cela ! » L'autre garçon, qui avait également fait l'expérience d'adultes positifs et pleins de sollicitude, accepta aussitôt l'interdiction. Ainsi, l'obéissance positive commune des deux enfants les avait préservés d'une catastrophe.

## Tenir les promesses

L'obéissance authentique, c'est-à-dire la profonde confiance dans les parents, signifie non seulement que les enfants obéissent mieux, mais également qu'ils peuvent être préservés d'un grand dommage tel qu'une explosion avec toutes ses conséquences.

Mais on peut donner aux enfants autant de preuves qu'on veut des bonnes raisons d'une interdiction, si on ne tient pas ses promesses, la confiance ne peut pas s'installer à terme.

**Les enfants prennent les promesses très, très au sérieux.** Ils font très attention à ce qu'elles soient tenues, ils retiennent même le lieu et la date des promesses.

C'est pourquoi, ici aussi, est valable ce que j'ai dit des promesses, des promesses solennelles et des serments dans *Sai Baba parle des relations* : attention aux promesses que tu fais, elles t'engageront. Si tu ne sais pas les tenir, tu feras figure de menteur vis-à-vis de ton enfant ! Mais comment veux-tu être un exemple, comment veux-tu lui expliquer que mentir est mal, si toi **tu** lui en donnes l'exemple ?

Le plus important est donc que, **avant** de faire une promesse, tu réfléchisses sérieusement pour savoir si tu **sais et si tu veux la tenir**. Certains parents commettent l'erreur capitale de faire des promesses afin d'avoir enfin la paix. Ceci est une grosse erreur. Car cela n'engendre absolument pas la paix. Si tu te laisses arracher une promesse, tu éduques ton enfant à négocier, à insister, à harceler. A l'avenir, tu seras donc amené à passer beaucoup de temps à négocier, à discuter, à clarifier.

Si tu te trouves dans une situation où tu te sens forcé d'agir, alors suis les règles de Jane Nelsen : retire-toi après avoir dit à ton enfant que tu as besoin d'un peu de temps. Prends ton temps pour clarifier tes pensées et réfléchis pour savoir ce dont tu as besoin, ce dont ton enfant a besoin et ce que tu es prêt à lui accorder. Si la situation est très critique, voire dans une impasse, alors dis à ton enfant qu'une réunion familiale s'impose – ce qui serait vraiment à recommander. C'est là que vous pouvez clarifier et découvrir ce que chacun doit donner afin de conserver le respect, la dignité et l'amour.

**Mais ne recours jamais à des combines quelconques telles que tromperie, manque de clarté, report ou fausses promesses, uniquement parce que tu ne veux pas avouer tes erreurs.**

**Pense à ceci : tes enfants apprennent tout de toi, et avec eux tu élèves précisément le miroir dans lequel tu regarderas un jour ou l'autre. A ce moment-là, tu pourras évidemment le repousser et dire que l'enfant qui te présente un tel miroir n'est plus le tien. Mais qui est responsable, toi ou ton enfant ? Et que fait ton enfant ? Il te confronte à toi-même et à ton éducation. Et comment réagis-tu ? Tu es indigné. Et pourquoi ? Parce que tu vois ton reflet dans le miroir. Où est la faute de l'enfant ? Il n'y en a pas car, en fin de compte, c'est toi que tu vois dans le miroir et non ton enfant. En outre, un jour ou l'autre, tu seras vieux et faible. Qui a alors besoin de qui ? Et qui idolâtre pour ainsi dire ses petits-enfants ? Qui n'aimerait pas s'entendre dire qu'il n'a fait que des erreurs ?**

Tiens donc à tout prix tes promesses. Mords-toi plutôt la langue que de faire une promesse que tu ne sais pas tenir. Et fait tout pour la tenir.

Parce que cela engendre des choses importantes pour ton enfant et pour toi-même, à savoir : **confiance, sécurité, possibilité d'idéaliser et donc joie. De plus, cela te permet d'être un exemple important pour ton enfant.** Pense à ceci : sans sourciller, Rama s'exila pendant quatorze ans et renonça au trône paternel, parce qu'Il ne voulait pas que **Son** père rompe sa promesse ! Un fils va en exil afin de donner à Son père la possibilité de tenir sa promesse, parce que Lui, l'Avatar (incarnation de Dieu) Rama considérait comme Son devoir de rétablir *satya* (la vérité) et *dharma* (la droiture). Et pour montrer l'unité entre Ses pensées, Ses paroles et Ses actes, Il s'exila sans la moindre plainte.

Tous pleurèrent Son départ. Mais tous admirèrent aussi Sa grande générosité et l'exemple de la logique parfaite qu'Il montrait. Les Avatars sont sur terre pour cela : Ils te donnent un exemple, de sorte que tu observes à tout prix l'unité entre les pensées, les paroles et les actes – vis-à-vis de tous, mais particulièrement vis-à-vis de tes enfants, **afin qu'ils puissent te respecter et ainsi devenir eux-mêmes des êtres humains remarquables.**

## La gestion de l'argent

Souvent aussi, des promesses sont faites à propos de l'argent. Les parents promettent ceci ou cela qui coûte de l'argent, ou bien ils promettent de l'argent de poche qu'ils ne donnent pas, et beaucoup de choses semblables.

C'est très dommageable car, à terme, cela pèse sur les relations entre enfants et parents – à juste titre ! –, mine le rapport de confiance et, dès le départ, donne aux enfants un mauvais rapport à l'argent.

Mon opinion sur l'argent est claire : **l'argent est comme une chaussure. Il faut la juste mesure.** Si tu as trop d'argent – une chaussure trop grande –, alors tu te perds ; si tu en as trop peu, cela te serre.

Beaucoup de gens ont le sentiment d'avoir trop peu d'argent. Pour certains, c'est réellement le cas, pour d'autres, cela ne l'est pas. Beaucoup ont un problème inconscient : dans leur enfance, ils ont reçu une image négative de l'argent, c'est pourquoi ils ne savent pas le gérer de manière positive. Les uns ne se soucient pas de l'argent et en ont donc trop peu. Les autres pensent trop à l'argent et en catégories d'argent, et ils s'étiolent intérieurement (voir aussi plus loin dans le texte).

Comme je l'ai expliqué dans *Sai Baba parle de la psychothérapie*, beaucoup de gens devraient, par exemple, faire une constellation de base (p.518) afin de clarifier leur attitude inconsciente vis-à-vis de l'argent. Ont-ils une attitude positive vis-à-vis de l'argent ou le rejettent-ils ? Beaucoup **pensent** aimer l'argent, mais en réalité ils le rejettent. **Cette attitude négative inconsciente ressort clairement lors d'une constellation de base par exemple, c'est pourquoi elle est si importante pour les parents, vu qu'ils transmettent leurs programmes inconscients à leurs enfants.**

Les racines de l'attitude négative vis-à-vis de l'argent sont donc mises en place dans l'enfance. Là, les enfants voient comment les parents gèrent l'argent, comment ils en parlent, s'ils le respectent ou non, s'ils l'utilisent comme moyen de pression, s'ils respectent les contrats qui, par exemple, les obligent au paiement – également vis-à-vis des enfants. L'argent est une énergie puissante. Freud avait raison lorsqu'il comparait l'argent à la sexualité en constatant que « *Les peuples civilisés traitent les questions d'argent de manière très semblable à celle de la sexualité, avec la même ambiguïté, la même pruderie et la même hypocrisie* » (dans : *Le début du traitement de : La technique psychanalytique*).

Il y a donc, comme pour la sexualité, de nombreuses attitudes différentes vis-à-vis de l'argent.

Il y a ceux qui ne veulent pas d'argent et qui sont contents ainsi.

Il y a ceux qui prétendent ne pas vouloir d'argent mais qui, au fond, veulent de l'argent mais n'en obtiennent pas.

D'autres encore prétendent, comme les précédents, ne pas vouloir d'argent, mais ils font fortune.

Il y a encore ceux qui prétendent vouloir avoir de l'argent, mais qui n'en obtiennent pas.

Ensuite il y a ceux qui font fortune, mais qui ne savent pas la garder, et ceux qui prétendent ne pas avoir d'argent, mais qui en ont bel et bien.

Et enfin, il y a ceux qui disent vouloir faire fortune et qui le font effectivement.

Ce sont des classifications plus générales dans lesquelles existent des subdivisions quasi innombrables et des facettes qui se présentent sous forme de rejet, de désir et de réalisation de la prospérité ou de la richesse.

La plupart des attitudes sont imputables à des modèles que les personnes ont connus dans leur enfance. Il est évident aussi que cela est à mettre en rapport avec des expériences de vies

antérieures, mais nous n'aborderons pas ce thème ici afin de ne pas compliquer inutilement les choses.

Au fond, on peut approuver toute attitude vis-à-vis de l'argent, à deux conditions : premièrement, lorsque la personne est satisfaite de ses revenus ou de sa fortune et deuxièmement, lorsqu'elle et sa famille possèdent réellement assez ou s'en sortent bien avec ce qu'ils ont.

Il y a cependant des cas où une personne est tout à fait satisfaite de sa situation financière, mais sa famille ne l'est pas ou souffre même de privations.

Mais la grande majorité des êtres humains ne sont pas satisfaits – ni de leur argent, ni de leur partenaire, ni de leurs enfants. Et pourquoi pas ? Cela a un rapport avec leurs programmes inconscients. Si quelqu'un veut obtenir plus d'argent – parce qu'il en aurait réellement besoin – ,mais que son inconscient ne lui permette pas de gagner plus, cela crée alors des tensions dans son âme et il sera mécontent.

La phrase fondamentale est donc la suivante : **Chaque être humain a précisément autant d'argent qu'il se le permet inconsciemment. Pas un cent de plus et pas un de moins !**

Beaucoup de gens ne croient pas cela, parce qu'ils pensent n'être que ce qui est conscient et que l'inconscient n'existe donc pas pour eux. **Très peu de gens se demandent s'il existe une concordance entre la réalité extérieure et les décisions ou les programmes intérieurs.** Et qui est déjà disposé à faire une bonne thérapie et à dépenser de l'argent pour cela parce qu'il n'est pas satisfait de sa situation financière ? On préfère parler avec des gens qui ont des programmes inconscients semblables – et tout reste comme par le passé, selon la devise : *mieux vaut une pauvreté familière qu'une prospérité inconnue, car pour garder cette dernière, on doit travailler et apprendre beaucoup !*

Comme je l'ai déjà dit, c'est pendant l'enfance que la plupart des programmes ou façons de penser sont mis dans l'inconscient. Entre autres par des « petites phrases » telles que : *L'argent sent mauvais ; Les riches sont égoïstes ; Les riches sont solitaires ; Celui qui a de l'argent, l'a acquis au détriment d'autrui ; Mieux vaut être pauvre et heureux que riche et malheureux ; Les riches sont des gens pauvres qui ont beaucoup d'argent.*

Et puis il y a les autres qui disent avec insolence : *Mieux vaut être riche et en bonne santé que pauvre et malade ; Je ne me sens bien que chez les riches et les super riches ; L'argent et le succès ne font qu'un* – ce qui est une erreur absolue.

Ce qui est étonnant dans les deux formes de déclarations, c'est qu'elles sont toutes deux justes et également fausses parce qu'elles ne veulent rien dire. Bien sûr qu'il y a des riches qui, brutaux et sans scrupules, « font » leur argent aux dépens d'autrui. En réalité, ils sont pauvres car un jour ou l'autre, ils devront compenser cela.

Mais il y a aussi des riches qui sont riches parce qu'ils sont secourables<sup>32</sup>, parce qu'ils viennent en aide à leur entourage chaque fois qu'ils le peuvent.

Etre pauvre n'est pas un mérite en soi, mais ce n'est pas non plus une tare si on est heureux et content ainsi, et qu'on est, en plus, une bonne compagnie. Mais combien y a-t-il de pauvres qui ne sont ni heureux, ni une bonne compagnie, qui escroquent, gaspillent l'argent, volent ou assassinent même – tout comme beaucoup de riches.

**Comme pour tout, c'est l'attitude, la manière d'utiliser quelque chose qui détermine si c'est bien ou mal.** Rien n'est toujours mauvais, rien n'est toujours bon. C'est ainsi que le même fusil est bon s'il délivre le cochon d'une longue souffrance, et mauvais lorsqu'il tue le cochon uniquement pour qu'il puisse être mangé.

Et nous arrivons maintenant à un autre point passionnant : ne pas avoir d'argent est loin d'être une performance, cela peut même être mal et hypocrite. Car, premièrement, il y en a

---

<sup>32</sup> Ndt : jeu de mot en allemand : Hilfe = aide, secours ; reich = riche ; hilfreich = secourable ; hilf-"reich" dans ce contexte-ci = riche de l'aide qu'ils donnent.

beaucoup qui n'ont pas d'argent, non pas parce qu'ils l'ont décidé **consciemment**, mais plutôt parce qu'une instance parentale l'a décidé ainsi dans leur inconscient. Et, deuxièmement : est-ce bien qu'à cause de ce programme inconscient, la propre famille subisse des privations ? Comme je l'ai déjà dit : **tout dépend de ton attitude – et, dans une grande mesure, tu es responsable des façons de penser de tes enfants !**

As-tu, par exemple, **déjà regardé tes programmes inconscients concernant l'argent ? Connais-tu « l'avance en compte courant » de ton inconscient ? T'en es-tu jamais préoccupé ? Sais-tu que, avec une grande probabilité, tu le transmets à tes enfants ? Veux-tu cela ? Veulent-ils cela ? Est-ce bon pour eux ?**

Ce sont là des questions fondamentales que – malheureusement – beaucoup de gens ne se posent même pas et encore moins y répondent.

**Alexander**, par contre, voulait connaître ses attitudes inconscientes vis-à-vis de l'argent. Sa situation financière n'était pas mauvaise, mais il ne pouvait pas non plus dire qu'elle était bonne ou excellente. Dans un groupe, il a donc fait une constellation avec l'argent, le succès et le bonheur et, bien évidemment, avec leurs contraires (cf. *Sai Baba parle de la psychothérapie*, chapitre *La constellation de base avec l'argent*). Et qu'en a-t-il résulté ? Son contact avec le succès et le bonheur était assez bon, mais l'argent ne restait pas près de lui. Et pourquoi pas ? Comme les demandes de précisions de la thérapeute l'ont révélé, déjà son père, son grand-père et même son arrière-grand-père avaient mal pensé au sujet de l'argent et lui avaient transmis cette façon de penser. Il mit longtemps à mettre au clair avant qu'enfin l'argent, le succès et le bonheur se trouvent à ses côtés. Et qu'arriva-t-il alors ? Il a dû réorganiser toute sa vie – et elle se réorganisa, jusque dans les moindres recoins de son existence. Aujourd'hui, Alexandre a du succès, est heureux et a un bon rapport avec l'argent.

Certaines personnes qui n'ont pas d'argent, ne sont pas des exemples, parce qu'ils le gaspillent. Celui qui n'a pas un bon rapport avec l'argent, le perd, le gaspille à faire la noce, le dépense pour des choses inutiles, l'investit mal. Celui qui n'a pas d'argent pour ces raisons-là n'est certainement pas encore un héros. (Dans ce contexte, cf. les tableaux intéressants donnés dans le livre de Bernd W. Klöckner, au titre séducteur *Systematisch reich*<sup>33</sup> !).

**En outre, tu dois faire très attention où tu investis ton argent, ou bien aimerais-tu apporter ton soutien aux commerces d'armes, aux abattoirs ou restaurants steak house ? Demande toujours ce que l'on fait avec ton argent : premièrement, tu vois à qui tu as à faire et, deuxièmement, tu n'entres pas dans des implications karmiques dangereuses.**

Ce qui est très bien chez Bernd W. Klöckner, ce sont les différents tableaux à l'aide desquels il montre qu'en Allemagne – calculé sur des années – vivent de nombreux millionnaires. Mais pourquoi n'ont-ils pas cet argent ? C'est très simple : **parce qu'ils le dépensent et qu'ils n'épargnent pas.**

C'est pourquoi deux tableaux de son livre sont là pour t'informer de ce que tu gagnes au fil du temps et de ce que tu **peux épargner !** *Epargner* a un double sens merveilleux : si tu commences résolument à épargner à temps, tu t'épargnes beaucoup d'ennuis, beaucoup de soucis ou même la pauvreté !

---

<sup>33</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Systématiquement riche !



(convertis en € par moi)

| <b>Vous gagnez une fortune de plusieurs millions – investissez-la donc !!</b> |                   |                   |                   |                   |                   |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Revenus par mois nets en €  | Montant en 10 ans | Montant en 20 ans | Montant en 30 ans | Montant en 40 ans | Montant en 50 ans |
| 1000  | 135 000           | 320 000           | 574 000           | 924 000           | 1 404 000         |
| 1500  | 202 000           | 480 000           | 861 000           | 1 386 000         | 2 107 000         |
| 2 000   | 270 000           | 641 000           | 1 147 000         | 1 848 000         | 2 809 000         |
| 2 500   | 338 000           | 801 000           | 1 434 000         | 2 311 000         | 3 511 000         |
| 3 000   | 405 000           | 961 000           | 1 721 000         | 2 773 000         | 4 213 000         |
| 3 500   | 473 000           | 1 121 000         | 2 008 000         | 3 235 000         | 4 916 000         |
| 4 000   | 541 000           | 1 281 000         | 2 295 000         | 3 697 000         | 5 618 000         |
| 4 500   | 608 000           | 1 441 000         | 2 582 000         | 4 159 000         | 6 320 000         |
| 5 000   | 676 000           | 1 601 000         | 2 869 000         | 4 621 000         | 7 022 000         |
| 5 500   | 743 000           | 1 762 000         | 3 156 000         | 5 083 000         | 7 725 000         |
| 6 000   | 811 000           | 1 922 000         | 3 442 000         | 5 545 000         | 8 427 000         |
| 6 500   | 878 000           | 2 082 000         | 3 729 000         | 6 008 000         | 9 129 000         |
| 7 000   | 946 000           | 2 242 000         | 4 016 000         | 6 470 000         | 9 831 000         |
| 7 500   | 1 013 000         | 2 402 000         | 4 303 000         | 6 932 000         | 10 534 000        |
| 8 000   | 1 081 000         | 2 562 000         | 4 590 000         | 7 394 000         | 11 236 000        |
| 8 500   | 1 149 000         | 2 722 000         | 4 877 000         | 7 856 000         | 11 938 000        |
| 9 000   | 1 216 000         | 2 883 000         | 5 164 000         | 8 318 000         | 12 640 000        |
| 9 500   | 1 284 000         | 3 043 000         | 5 450 000         | 8 780 000         | 13 342 000        |
| 10000   | 1 351 000         | 3 203 000         | 5 737 000         | 9 242 000         | 14 045 000        |

Les revenus mensuels sont calculés avec une augmentation de 10% des revenus tous les cinq ans, en partie pour compenser l'inflation.

Tableau © Bernd W. Klöckner, Finanz- Institut Klöckner, Lahnstein. 1999

Et le tableau suivant, extrait du livre de Klöckner (convertis en € par moi) te montre ce que tu peux **épargner** lorsque tu épargnes chaque mois une somme fixe.

| <b>Votre fortune – vous n'avez qu'à le faire : EPARGNER</b> |                   |                   |                   |                   |                   |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Epargne en € *  | Montant en 10 ans | Montant en 20 ans | Montant en 30 ans | Montant en 40 ans | Montant en 50 ans |
| 100   | 17 308            | 52 093            | 122 000           | 262 481           | 544 087           |
| 150   | 26 000            | 78 100            | 183 000           | 393 700           | 817 200           |
| 200   | 34 600            | 104 200           | 244 000           | 525 000           | 1 089 600         |
| 250   | 43 300            | 130 200           | 305 000           | 656 200           | 1 362 000         |
| 300   | 51 900            | 156 300           | 366 000           | 787 400           | 1 634 400         |
| 350   | 60 600            | 182 300           | 427 000           | 918 700           | 1 906 800         |
| 400   | 69 200            | 208 400           | 488 000           | 1 050 000         | 2 179 200         |
| 450   | 77 900            | 234 400           | 549 000           | 1 181 200         | 2 451 600         |
| 500   | 86 500            | 260 500           | 610 000           | 1 312 400         | 2 724 000         |
| 550   | 95 200            | 286 500           | 671 000           | 1 443 600         | 2 996 400         |
| 600   | 103 900           | 312 600           | 732 000           | 1 574 900         | 3 268 800         |
| 650   | 112 500           | 338 600           | 793 000           | 1 706 100         | 3 541 200         |
| 700   | 121 200           | 364 600           | 854 000           | 1 837 369         | 3 813 600         |
| 750   | 129 800           | 391 000           | 915 000           | 1 968 600         | 4 086 000         |
| 800   | 138 500           | 416 700           | 976 000           | 2 100 000         | 4 358 500         |
| 850   | 147 100           | 442 800           | 1 037 000         | 2 231 000         | 4 630 900         |
| 900   | 155 800           | 468 800           | 1 098 000         | 2 362 300         | 4 903 300         |
| 950   | 164 400           | 494 900           | 1 159 000         | 2 493 600         | 5 175 700         |
| 1 000   | 173 100           | 520 900           | 1 220 000         | 2 624 800         | 5 448 100         |

\* 10% d'augmentation des revenus tous les cinq ans, en partie pour compenser l'inflation.

Tableau © Bernd W. Klöckner, Finanz-Institut Klöckner, Lahnstein. 1999

**Attention** : pendant votre période toute personnelle de rémunération, vous disposez d'une somme de plusieurs millions. Donc, si vous ne bâtissez pas une fortune durant cette période, ce n'est pas dû au manque de revenus, mais uniquement au mauvais usage de vos revenus personnels de plusieurs millions. Il dépend uniquement de vous d'avoir une attitude responsable vis-à-vis de l'argent qui passe par vos mains au fil des années. Si vous gagnez 3000 € par mois pendant 30 ans, vous avez après tout la responsabilité de 1,7 millions. Si vous dépensez entièrement ces 1,7 millions, alors vous avez fait une erreur quelque part.

## Principes concernant l'argent

**1. La chose la plus importante** que les parents devraient apprendre aux enfants par rapport à l'argent, c'est que l'argent en soi est neutre. Comme nous l'avons vu, le fait que quelqu'un ait de l'argent ou n'en ait pas ne veut rien dire. Il s'agit uniquement de la manière dont une personne utilise son argent. Karl-Heinz Böhm a récolté de nombreux millions et n'en est jamais satisfait. Il en veut toujours plus. Est-il un pauvre rapace ? Pas du tout, au contraire, c'est un être humain bon et avisé qui récolte l'argent afin de construire des écoles, des hôpitaux et des routes en Afrique.

**2. La chose la plus simple** que tu puisses faire avec l'argent, c'est de le perdre. Rien n'est plus simple que de perdre de l'argent ou de s'en défaire d'une autre manière.

**3. On peut gagner tant et plus d'argent, celui qui n'épargne pas** n'arrivera jamais à rien sur le plan financier.

**4. L'argent a la propriété de fasciner** les humains. Beaucoup de personnes ne savent plus rien faire d'autre que penser à l'argent et à son accroissement. Mais beaucoup d'argent, est-ce une valeur en soi ? Non, comme nous l'avons vu !

Attention donc si l'argent est toute ta vie et que Dieu, la famille, la profession ne représentent plus une véritable valeur pour toi.

Bien évidemment, il peut y avoir des situations dans la vie où tu dois t'occuper très intensivement de l'argent et de son acquisition, mais s'il devient le veau d'or, alors cela devient dangereux.

Mais tu dois de nouveau faire attention : car ne pas gagner d'argent n'est pas encore une bonne chose non plus. Alors, ne vaut-il pas mieux que tu gagnes plus d'argent et que, de ce fait, tu n'y penses plus constamment, plutôt que de gagner si peu que l'argent est un thème constant pour toi. ? Ou – mieux encore ! – tu gagnes beaucoup et tu fais beaucoup de bien avec cet argent ?

**5. Prends absolument conscience** de tes **façons de penser inconscientes**. Si tu penses que tu n'es qu'un *pauvre bougre*, alors tu le deviendras ou tu le resteras. Tu deviens ce que tu penses. Vois-toi donc en possession d'autant d'argent que nécessaire<sup>34</sup> – précisément comme une chaussure !

Alors tu seras en plus le meilleur exemple pour tes enfants !

**6. Apprends à tes enfants** à avoir une attitude responsable vis-à-vis de l'argent. Explique-leur ce qu'ils peuvent obtenir s'ils apprennent de bonne heure à épargner avec résolution (à cette fin, cf. le tableau ci-dessus). C'est pour cette raison qu'ils devraient déjà épargner 10% de leur premier argent de poche. Pour les enfants à partir de douze ans, le livre de Bodo Schäfer, *Ein Hund namens Money*<sup>35</sup>, est très utile (cf. également le livre de Nikolaus Piper, *Felix et l'argent*).

**7. Donne au moins 10%** de tes revenus à des œuvres humanitaires, ou donne l'argent directement aux personnes qui en ont besoin.

---

<sup>34</sup> Ndt : en allemand on utilise le terme *passt*, du verbe *passen* = convenir ; dans le cas d'une chaussure cela veut dire qu'elle a la bonne pointure, ni trop grande, ni trop petite.

<sup>35</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Un chien appelé Money.

# LES DEVOIRS DES ENFANTS

Les parents baissent toujours un peu la tête lorsqu'on parle d'éducation, car ils craignent que tout le poids, toute la responsabilité, tous les torts (!) leur soient attribués. Comme je l'ai déjà expliqué, également au moyen des idées de Jane Nelsen, je ne vois pas les choses ainsi. Car je trouve que les enfants devraient également apporter leur contribution.

## Respecter les parents

Plus haut, dans le contexte de l'histoire de Geoffry, j'ai parlé de l'importance de dénouer des liens anciens, négatifs avec les parents. Ils t'accablent et pèsent sur ta vie et, à la fin, ils te poussent même à adopter les attitudes déplaisantes de tes parents. Geoffry a résolu ses problèmes avec son père parce qu'il voulait être totalement là pour son fils Benjamin. Mais il y a encore une autre raison pour que tu dénoues à tout prix les liens négatifs avec tes parents : **celui qui n'honore pas ses parents, voire qui les rejette, ne sera pas non plus honoré par ses propres enfants.**

**Beaucoup de problèmes de l'époque actuelle viennent du fait que les enfants ne respectent pas leurs parents du fond du cœur.** Ils les appellent par leur prénom, les traitent comme des copains, ne les écoutent pas – et font ce qu'ils (les enfants !) veulent. Cela est extrêmement destructif. Dans cette incarnation-ci, les parents sont une instance unique pour leurs enfants. C'est uniquement grâce aux parents que les enfants ont leur corps et les qualités correspondantes. Et les parents sont Dieu dans la mesure où ils créent – en bien comme en mal – leur destin. Dans bien des cas, l'influence des parents s'étend au-delà de la mort. De très nombreuses décisions sont prises en fonction des désirs inconscients des parents. Parmi ceux qui sont en guerre avec leurs parents, beaucoup pensent être libres s'ils font le contraire de ce que leurs parents désirent ou attendent. Quelle fausse conclusion ! Il n'y a guère de plus grande dépendance que de devoir se demander constamment ce que les parents auraient sans doute souhaité, afin de pouvoir faire le contraire !

Ici, la phrase de Bert Hellinger, *Reconnaître ce qui est*, a aussi une grande signification. C'est une phrase importante. Car seul celui qui reconnaît ce qui est, vit dans la réalité. Et seul celui qui vit dans la réalité peut agir et changer quelque chose. Celui qui ne voit pas la réalité, ou qui pense tout simplement pouvoir ne pas en tenir compte, ne connaît pas encore la force, voire la violence des faits réels, et il est en fin de compte loin d'être réellement adulte.

Reconnaître ce qui est signifie donc de voir en tes parents les créateurs de ton corps et de ton destin. Ils sont ainsi les personnages dominants de ton incarnation actuelle. Tu peux tout changer, tout peut être changé. **Pas tes parents – mais bien les modèles, c'est-à-dire les programmes inconscients qu'ils t'ont transmis !**

Tu peux d'abord avoir un, puis deux, trois ou quatre frères et sœurs, tu peux avoir des tas d'enfants ou de partenaires. Tes parents biologiques restent toujours deux. C'est pourquoi tu dois les honorer, car ainsi tu honores le miracle de la vie qui se manifeste en toi et qui t'offre la grâce de pouvoir faire tes nombreuses expériences. Cela, tu le dois à tes parents. S'ils n'étaient pas devenus intimes, si ta mère ne t'avait pas porté jusqu'à terme, tu n'aurais pas ce corps. Peu importe qui t'a élevé, peu importe à qui tu dois ton existence par la suite, ce sont tes parents biologiques qui sont au tout début, c'est pourquoi ils méritent reconnaissance pour cela.

Car – et c'est la racine de la vérité qui va jusqu'à toi – **si tu ne respectes pas tes parents, donc le tout début de cette incarnation-ci, tu ne te respectes pas toi-même ! Et quelle est**

**la suite de la phrase ? Celui qui ne se respecte pas lui-même, ne respecte pas davantage autrui. Et celui qui ne respecte pas autrui, échouera tôt ou tard dans la vie.** Tes parents sont donc les bases profondes et stables de ton bonheur.

Et tiens compte de ceci : écouter les parents, leur obéir, est une façon de les respecter, de les honorer.

A propos de la relation entre parents et enfants, la Bible fait deux déclarations d'une grande portée : *La bénédiction des parents affermit la maison des enfants.* Et : *L'iniquité des pères sera punie jusqu'à la cinquième et sixième génération.*

Qu'est-ce que cela veut dire ? Premièrement, que les enfants devraient reconnaître l'importance des parents, importance qui ne peut pas être surestimée. Deuxièmement, que les parents de leur côté devraient prendre conscience de l'importance primordiale qu'ils ont pour leurs enfants. Car les erreurs des parents, leurs mauvaises décisions, leurs programmes et actes négatifs ont des conséquences d'une très, très grande portée. Le négatif que tu transmets aujourd'hui à tes enfants peut, le cas échéant, les préoccuper une vie entière. Vu que cela préoccupe à ce point tes enfants, cela influence également leurs enfants et ensuite les enfants de ceux-ci, et ainsi de suite jusqu'à ce que cette force soit réduite à néant.

Mais le positif a une dynamique encore bien plus forte, car le bien a la propriété de venir et de croître.

## **La fraternité des êtres humains et la paternité de Dieu**

Vu sous cet angle, tu ne peux accorder assez d'importance au travail de chaque parent qui, comme l'a fait Jeffry, essaye de se rendre compte de ce qu'il transmet consciemment et inconsciemment à ses enfants.

Il n'y a rien de pire que ce que font certains peuples depuis des générations : transmettre à leurs enfants et à leurs petits-enfants la haine qu'ils ont les uns envers les autres. Les parents, et tous ceux qui agissent de la sorte, ont raté leur incarnation en tant qu'être humain et doivent craindre devoir reprendre une incarnation animale dans leur prochaine vie. L'incarnation en tant qu'être humain est très difficile à obtenir. C'est pourquoi celui qui l'a enfin obtenue, ne la perd généralement plus. Mais s'il se rend coupable au point d'inciter un peuple à la violence et au génocide, et s'il éduque de surcroît ses enfants de telle façon qu'ils deviennent des assassins, alors il court le risque de régresser bien loin dans son évolution. C'est cela, par exemple, que de nombreux criminels du 20<sup>ème</sup> siècle, ou plus exactement des criminels qui ont commis des massacres, ont dû subir. Leur idéal d'éducation est tout le contraire de ce que j'enseigne.

Ma règle est donc la suivante : **pense le bien, vois le Bien, écoute le Bien, exprime le Bien et fais le Bien. Ceci est le chemin vers Dieu.** Cela veut dire : **c'est le chemin vers toi, vers ta véritable destination, vers le calme intérieur, vers le bonheur et la paix.**

Eduque donc ton enfant de telle façon qu'il voit dans chaque fille une sœur, dans chaque garçon un frère, dans chaque femme une mère, dans chaque homme un père, qui sont tous unis par le Dieu unique qui est leur père à tous<sup>36</sup> (« Allah »<sup>36</sup> a un son très ressemblant – pense-y !).

**Pense à ceci : le monde est construit de façon très simple. Ou bien les êtres humains vivent selon les maximes qui viennent d'être décrites et ils seront heureux, ou bien ils ne vivent pas selon ces maximes et ils seront malheureux.**

---

<sup>36</sup> Ndt : aller, alle (tous) – en allemand, Allah et 'alle' ou 'aller' sont très proches du point de vue du son.

Il est regrettable que les êtres humains de cette époque aient tant de difficultés à apprendre. Ceci dépend de l'évolution qu'ils vivent précisément en ce moment et des nombreuses idéologies, en partie vraiment idiotes, auxquelles ils adhèrent. Sont également responsables tous ceux qui font apprendre par cœur les dates historiques les plus surprenantes, sans se demander une seule fois ce qui s'est réellement passé ! Et que s'est-il passé ? Que se passe-t-il depuis 5.000 ans ? Toujours la même chose : **les êtres humains se battent en permanence les uns contre les autres, tous croient avoir raison – et tous vivent de manière lamentable !**

La raison de ceci est facile à comprendre : s'il existe un Dieu unique qui détermine l'existence de tous les êtres vivants, alors tu ne peux pas nuire à un de ces êtres vivants, voire le tuer, sans faire quelque chose qui **ne soit pas dans le dessein du créateur de cet être.**

Car pourquoi Dieu donnerait-Il un corps à une âme si, le moment d'après, quelqu'un pouvait venir et – impunément ! – ôter ce corps à cette âme ? Ce serait complètement insensé ! L'objectif de Dieu réside plutôt dans le fait que tous les êtres humains vivent ensemble et avec tous les êtres vivants dans la paix et le bonheur. Personne ne peut appeler à une guerre juste, encore moins à une guerre sainte. Tuer des personnes et des animaux n'est jamais un acte sacré ! **S'il existe réellement une chose sacrée selon le dessein de Dieu, c'est la paix sacrée !**

Et que se passe-t-il maintenant où les conflits semblent s'intensifier ? Les êtres humains doivent refaire les mêmes expériences négatives jusqu'à ce qu'ils apprennent enfin. Bien sûr, Dieu pourrait supprimer d'un seul geste de la main toutes les guerres, tous les conflits et toute la terreur. Mais qu'est-ce que cela aurait appris aux êtres humains ? Rien, et en un instant de nouveaux conflits renaîtraient. C'est pourquoi Dieu utilise une autre voie : il laisse persister les conflits jusqu'à ce que, par l'expérience directe, toutes les personnes impliquées prennent conscience que la guerre, la haine et la destruction ne sont pas une solution. Lorsque toutes les personnes impliquées ont souffert au point que leurs cœurs s'ouvrent, qu'ils reconnaissent enfin combien leurs actes sont insensés et contraires à l'ordre divin, alors Dieu leur accorde la grâce de trouver un chemin vers la solution.

**Et ceci est la chose la plus importante que tu puisses apprendre à tes enfants.**

Que ton éducation est erronée si tes enfants de 12, 14, 16 ans acceptent de partir à la guerre, comme ce fut le cas de nombreux jeunes lors de la deuxième guerre mondiale, par exemple, et comme c'est encore le cas actuellement dans certains pays ! Comment peut-on accepter de combattre dans une guerre offensive ? Les soldats allemands, qu'avaient-ils à faire en Pologne, en Russie, en Hollande, en France, en Scandinavie, pour ne citer que quelques-uns des pays auxquels ils ont fait la guerre ? Comment étaient les adultes, comment ont-ils éduqué les enfants, s'ils approuvaient des choses pareilles ?

Mais je vais encore plus loin : tout un peuple doit se demander ce qui cloche dans son éducation lorsque des êtres humains sont capables de commettre de telles atrocités, comme l'ont fait les Allemands, les Polonais, les Russes, les Tchèques, les ex-Yougoslaves, les Israéliens, les Palestiniens, les Irakiens, les Talibans et les Américains. Il n'est pas très utile de traduire en justice et de punir quelques-uns – si tant est qu'on le fasse ! – si on ne se pose pas la question la plus importante, à savoir : comment se fait-il que ces personnes deviennent des démons ? Quelles expériences ont-elles faites dans leur enfance ? Qu'est-ce qui est **fondamentalement** erroné dans notre éducation et qui ressort de manière **particulièrement** claire ici ? (cf. le livre intelligent de Alice Miller *C'est pour ton bien*).

Et les Américains, qui ont mené les procès de Nuremberg avec un grand engagement et une grande potentialité de connaissances et d'éthique, ont-ils évité au Vietnam des atrocités semblables à celles qu'ils reprochaient aux Nazis ?

Et qu'ont fait les Russes en Afghanistan et que font-ils encore aujourd'hui en Tchétchénie ?

Il ne sert à rien de regarder la paille dans l'œil d'autrui si on ne voit pas la poutre dans son propre œil. Ne parle à l'autre personne de la paille dans son œil que lorsque tu as enlevé la poutre dans le tien et que tu es certain que l'autre désire être informé sur sa paille ! Sais-tu ce que cela signifie ? Avant d'aborder le sujet, tu dois d'abord être certain que cela ne vient pas de l'ego, selon la formule : *Hé, je vois un défaut chez toi et je te le dis, que tu veuilles l'entendre ou non ! Et je ne me préoccupe pas non plus de savoir comment le dire afin que tu puisses l'accepter !*

Pourquoi les livres de Dale Carnegie ont-ils eu et ont-ils encore tant de succès ? Parce qu'il s'est donné la peine de découvrir comment établir le contact avec les autres. Et comment y arrive-t-on ? En **s'adaptant à eux, en les écoutant** et en cessant enfin d'attendre qu'ils s'adaptent à nous !

En outre, l'attitude : *Les autres n'ont qu'à s'adapter à moi* n'est rien d'autre que l'expression de ton programme d'échec – probablement tout à fait inconscient ! Car ton exigence insensée ne te fait pas de bien ; au contraire, elle a pour résultat que les personnes autour de toi se referment. Il y a des personnes qui savent tout mieux que les autres, qui prennent les autres pour des idiots et qui pensent pouvoir et *avoir le droit* de traverser la vie d'autrui en jouant des coudes.

Je dis : tout n'est qu'une question de temps. Comment disent si bien les Italiens ? *Tutti i nodi arrivano al pettine*, tous les nœuds (dans les cheveux) arrivent (à un moment donné) au peigne ! Cela veut dire que personne ne peut, à terme, vivre au détriment des intérêts d'autrui ou de la communauté à laquelle il appartient. Et ta communauté, c'est quoi ? Les trois maisons autour de ton appartement, ta maison ? La rue dans laquelle tu vis ? Le village, la petite ville ? La grande ville ? Ta patrie ? Non, non, non et encore non ! Ta communauté, c'est ta famille. Et rien d'autre. Rien que ta famille !

As-tu compris ce que j'entends par *famille* ? **Tous, tous les êtres humains ! C'est cela ta famille. Tous sont tes frères, tes sœurs, tes parents, tes enfants ! Il n'existe rien d'autre !**

Car, comment pourrais-tu vouloir honorer Dieu si tu tapes sur la maison dans laquelle Il vit ? Trouverais-tu juste et crédible que ton voisin t'affirme t'estimer beaucoup mais, qu'en même temps, il tape sur ta maison ou même la démolisse ? **Le corps de chaque être humain, de chaque animal est le temple de Dieu.** Tu ne peux donc pas honorer Dieu si tu ne respectes pas chaque être humain, chaque animal, c'est-à-dire chacune de Ses maisons.

**Et tu ne peux pas dire que tu t'es vraiment soucié de l'éducation de tes enfants si tu ne leur as pas transmis cela.**

Comment pourrais-tu les avoir préparés à l'avenir si tu ne leur as pas transmis cette vérité la plus fondamentale de toutes ?

C'est pourquoi il est du devoir de tous les enfants de voir l'unité de tous les êtres humains et de tous les animaux, qu'ils y réfléchissent, qu'ils en parlent et qu'ils agissent en conséquence. C'est précisément de ces enfants-là dont nous avons besoin pour l'âge d'or.

## **Les enfants doivent être une lumière pour le monde**

Et comment construit-on l'âge d'or ? Grâce aux personnes qui traitent tous les êtres vivants avec amour, respect et estime. Celui qui traite son prochain, les animaux et les plantes de cette façon, a un visage très rayonnant. C'est pourquoi les enfants qui pensent ainsi, sont une lumière pour le monde. Regarde leur visage, vois le rayonnement, laisse-le s'écouler dans ton cœur et demande-toi alors : lorsque tu vois et vis ce rayonnement, ne sens-tu pas dans ton cœur que l'âge d'or est déjà là ? Il est là ! Et de tels visages, il y en aura d'abord dix, puis cent, puis mille, puis dix mille, puis cent mille et puis des millions et des millions dans le monde.

L'âge d'or, ce sont ces visages, ces cœurs débordants, c'est ce rayonnement. Les êtres humains qui ont de tels visages, voient tout dans le monde comme un temple de Dieu. **Ils traitent par conséquent le monde avec respect et amour.** Autrement dit : comment peux-tu détruire un autre pays si tu sais que c'est le pays de Dieu ? Comment peux-tu ne pas aider autrui, alors que tu sais que ce sont tes parents les plus proches – même s'ils vivent en Chine ou au Cap en Afrique ? Pour toi, en Europe, c'est loin – pour eux, par contre, c'est forcément ce qui est le plus proche ! Tout dépend du point de vue. Mais dès que tu es devenu une lumière pour le monde, alors ton point de vue est celui d'un phare ! Et c'est précisément ta tâche d'adulte, de même que celle de l'enfant. A ceci près que, en tant qu'adulte, tu as en plus la tâche de transmettre ceci à tes enfants, à tes élèves et à tes étudiants.

Ton cœur, ton visage, ton rayonnement, c'est-à-dire ton amour, sont l'âge d'or. Que tu saches ceci et que tu en fasses partie, quelle bénédiction pour toi !

Sois reconnaissant et vis une vie remplie d'amour !

## L'EDUCATION ET LES FORMATIONS

Aujourd'hui, il existe d'innombrables formes de transmission des connaissances, des formations continues, des études universitaires, des spécialisations. Est-ce que cela a rendu les êtres humains meilleurs et – ceci est l'essentiel ! – sont-ils plus heureux ? La réponse claire est : non ! Dans ce contexte, les connaissances spécialisées signifient que les gens en connaissent toujours davantage sur les moyens qui leur permettent de gagner de l'argent, mais qu'ils savent de moins en moins comment vivre heureux, contents, en harmonie avec eux-mêmes, avec leur famille et avec leur environnement – animaux et plantes y compris !

La pure transmission des connaissances n'a pas encore de valeur en soi. Car, dans ce cas, l'apprentissage pour devenir cambrioleur de coffre-fort, boucher ou autres choses épouvantables aurait déjà une valeur.

N'a une **valeur** que ce qui rend service à l'humanité entière **et** au monde – et tu peux rendre service également à petite échelle, tu n'es pas obligé d'être une sommité pour rendre service au monde.

Ce qui satisfait uniquement l'intérêt de quelques individus, de surcroît au détriment d'autrui, n'a aucune valeur, et aucun être humain qui a acquis un véritable bon caractère n'aspirerait à cela. A quoi te sert tout l'argent du monde si tu ne sais ni en jouir ni le gérer, si tu n'es pas une bénédiction ni pour toi-même, ni pour ton prochain, ni pour l'environnement ?

### **Le but, c'est la formation du caractère**

C'est pourquoi je te dis que toutes les connaissances qui ne te transmettent pas plus de caractère, c'est-à-dire qui ne te **forment pas intérieurement**, donc qui **in-forment** réellement, ne te servent à rien. Au contraire, cela peut même être très dangereux pour toi ! Pourquoi ? Parce que cela gonfle ton ego. Et en quoi l'ego est-il dangereux ? Il te fait croire que tu as raison, que tu es au courant, que tu sais tout mieux que les autres – et tout cela ne correspond malheureusement pas à la vérité.

Celui qui a un gros ego, n'est pas facilement accessible à la réalité. Son mari peut la quitter, il peut perdre sa femme, elle/lui peut perdre son emploi ou son entreprise, mais ils continuent à penser avoir raison. C'est à cause de cet aveuglement extrêmement dangereux que je dis tout le temps que ton ego peut, le cas échéant, être ton plus grand ennemi.

Sois donc très prudent si tu penses avoir toujours raison, si tu as beaucoup de pouvoir et qu'il n'y a personne pour **te** dire, ou qui ose **te** dire, **sa vision** des choses.

Pense à ce que disaient les anciens Romains : *Plus bas les dieux veulent laisser choir quelqu'un, plus haut ils l'élèvent !* (cf. Hans-Jürgen Wirth, *Narzissismus und Macht*<sup>37</sup>, un livre que devraient lire tous ceux qui sont concernés par le pouvoir).

Ne compte donc pas sur la supériorité. Ne compte pas uniquement sur le succès extérieur. Ne compte pas uniquement sur les connaissances spécialisées. Il est incontestable que le savoir spécialisé te conduit au succès professionnel ou qu'il peut le faire (*peut*, car beaucoup peuvent, grâce à **leur intelligence émotionnelle, avoir également beaucoup de succès** et beaucoup échouent par manque d'intelligence émotionnelle).

Tout cela est juste. Mais c'est une vue beaucoup trop étroite car, dans la vie, il ne s'agit pas en premier lieu du succès professionnel, mais du bonheur, du contentement et de

---

<sup>37</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le narcissisme et le pouvoir.



l'accomplissement, c'est-à-dire de la capacité de pouvoir vivre **judicieusement sa véritable identité**. Et ce n'est ni l'argent ni le savoir spécialisé qui vont t'apprendre cela. Ce n'est que la **maturité émotionnelle** qui peut le faire.

Réfléchis à ceci : jamais encore, il n'y a eu une époque où autant de savoir spécialisé a été acquis et divulgué aussi largement. Dans le monde entier. Et en même temps, il n'y a jamais eu une époque où les gens se sont sentis aussi seuls, malheureux, non comblés et perdus qu'à cette époque-ci. Les succès professionnel et financier seuls ne te servent donc à rien.

Observe-le un peu de ce point de vue, qui devient malheureusement beaucoup trop souvent la réalité. A quoi bon qu'un bachelier réussisse le meilleur examen de sa promotion mais que sa personnalité soit si peu mature qu'il fonce à toute vitesse avec sa voiture, ne respecte pas le code de la route et, sous l'influence de l'alcool, perde le contrôle de sa voiture, quitte la route et provoque un accident mortel pour lui et pour son passager ? Les parents ont-ils pris la bonne décision en orientant sa formation uniquement selon les critères de la performance ? Que serait-il devenu s'il avait pu fréquenter une école où on aurait davantage mis l'accent sur le développement moral que sur la transmission du savoir purement rationnel ? Ou bien à quoi bon être le premier de la classe si tu as un comportement arrogant et blessant envers autrui et que tu engendres ainsi toujours davantage de rejet autour de toi et que ta vie perde de plus en plus son sens ?

Je suis pour le travail, et dans les Universités que j'ai créées en Inde, les étudiants apprennent beaucoup. Mais le développement moral ne vient-il pas en premier lieu ? Et en tant que père ou mère, ne préférez-vous pas que vos enfants apprennent éventuellement un peu moins de savoir spécialisé – ce qui, par exemple, n'est pas du tout le cas dans beaucoup d'écoles Waldorf ! – mais qu'on leur transmette suffisamment de **savoir émotionnel** pour qu'ils soient capables d'affronter avec créativité et avec une grande intelligence émotionnelle les défis plus ou moins difficiles de la vie ?

Peut-être trouves-tu l'exemple de l'accident de voiture mortel un peu excessif. Je trouve cet exemple plutôt anodin. Car **les conséquences de l'éducation, c'est-à-dire de la formation, réussie ou ratée, du caractère ont une portée beaucoup plus grande** : que vont devenir tes enfants si des personnes brutales, poussées uniquement par les intérêts du pouvoir et de l'argent, empoisonnent la nourriture, polluent l'eau, manipulent les denrées alimentaires de telle manière qu'elles provoquent le cancer, ou qu'ils contaminent ton environnement par irradiation radioactive au point que tes enfants deviennent estropiés ou meurent de leucémie ? Et que se passe-t-il pour toi lorsqu'une telle personne arrive au pouvoir dans ton pays et qu'elle déclenche une guerre, et que ton mari et tous tes fils y laissent leur vie ? Penses-tu alors toujours que la transmission d'un savoir spécialisé est plus importante que le développement de la noblesse de cœur, que le savoir-faire est plus important que le caractère ?

**Car seul le caractère joint à la compétence crée la confiance.** Ainsi, par exemple, un médecin qui a un bon caractère mais qui ne sait pas ce qu'il fait, ne t'est pas d'une grande utilité et peut même être très dangereux. De même qu'un médecin peut être extrêmement compétent, mais ne pas inspirer confiance parce qu'il est froid et calculateur, c'est-à-dire qu'il n'a pas un bon caractère.

C'est justement cette dernière situation qui se présente actuellement chaque jour – dans le monde entier ! Des milliards d'êtres humains misent uniquement sur le savoir spécialisé et, en partie, ne se préoccupent pas le moins du monde de savoir combien leurs pensées, leurs connaissances, leurs actes, leurs névroses et leurs blessures psychologiques nuisent à leur prochain ou à leur environnement : l'essentiel, c'est qu'ils aient du succès et qu'ils gagnent beaucoup d'argent ! Je ne peux que dire : comme c'est idiot ! Par exemple, à quoi a servi à

John F. Kennedy d'avoir autant de pouvoir et d'être aussi riche lorsqu'il a été assassiné à Dallas ? Et quelle utilité pour son fils ? A quoi ont servi à ce fils tout cet argent, cette célébrité et cette influence dont il jouissait lorsqu'il s'est écrasé avec son avion ?

Est-ce que ce John-John Kennedy a pu guérir les blessures occasionnées par la perte de son père alors qu'il était un petit garçon ? Toute cette reconnaissance dont il a bénéficié sa vie durant, a-t-elle pu apaiser le désir ardent qu'il avait de rejoindre son père ? Est-ce que la prise de conscience de ce désir ardent n'aurait pas été la chose la plus importante dans sa vie ? Est-ce que quelqu'un a pris cela en considération ? Et qui a mis à profit les larmes qui remplirent ses yeux à la vue du petit John-John lorsque celui-ci, à l'âge de trois ans, plaça sa petite main au front pour un salut militaire devant le cercueil de son père ? Qui a pensé à l'époque – et a mis cette idée en pratique : *Un jour, il faut donner la chance à ce garçon de clarifier sa relation avec son père, sans quoi le risque existe qu'il suive son célèbre père dans la mort ?*

Il en alla autrement pour William. Lui aussi avait perdu son père lorsqu'il était encore tout petit. Mais il put fréquenter une école où le développement émotionnel était mis au premier plan, car sa mère désirait qu'il puisse avoir beaucoup de guérison émotionnelle. Et il l'obtint parce qu'il put participer à de nombreuses activités créatrices, et souvent il bénéficia d'un véritable accompagnement psychologique. A 15 ans, il joua dans *Macbeth*, le drame de Shakespeare, Malcolm, le fils de Duncan qui fut tué par Macbeth. Grâce à cette pièce de théâtre, il put de nouveau ressentir, dans une situation différente, les sentiments qu'il avait ressentis après la mort de son père. C'était pour lui une grande souffrance, mais grâce à l'aide de ces condisciples et au soutien des excellents enseignants, il put guérir en grande partie. Grâce à ces expériences importantes, c'est aujourd'hui un mari très heureux et père de deux enfants. Grâce à son intelligence émotionnelle **et** à son savoir spécialisé solide, il a en plus du succès professionnel.

Plus loin dans le texte, je reparlerai de lui.

## Les écoles maternelles

Les écoles maternelles ont une fonction très importante. Elles offrent aux petits enfants le premier contact ludique avec d'autres enfants et sous la direction d'un instituteur ou d'une institutrice maternelle qui a à cœur de transmettre des valeurs à ces petits.

Ceci définit déjà la tâche d'une école maternelle : elle doit être là pour les enfants afin qu'ils puissent s'exercer au contact social, voir comment c'est lorsque quelqu'un dirige un groupe, propose des jeux, règle des conflits.

En référence à l'enseignement d'Alfred Tomatis et de Rudolf Steiner, il est important **d'aborder le côté artistique, c'est-à-dire ce qui touche le cœur et l'âme des enfants. Les enfants devraient, le plus tôt possible, faire l'expérience qu'apprendre est amusant.**

C'est pourquoi on ne devrait pas mettre les enfants trop tôt à l'école maternelle – sauf s'ils le demandent expressément. A trois ans, une fois par semaine est une bonne mesure – sauf si les enfants désirent y aller plus souvent.

Malheureusement, beaucoup d'enfants sont placés dans les institutions parce que les mères veulent prématurément reprendre leur activité professionnelle. Pour les enfants, ce n'est pas bien du tout, car ils ont absolument besoin de la chaleur du foyer familial pour développer une stabilité psychologique. Mais beaucoup de mères – et de pères ! – sont tellement coupés de leurs sentiments qu'ils ne remarquent pas du tout ce qu'ils font à leurs tout petits enfants. Et souvent les institutrices maternelles ne valent pas mieux : il y a là des enfants qui pleurent à vous déchirer le cœur après leur mère – mais personne ne s'en soucie. « Ils vont finir par se calmer ! » est la réponse glaciale. Alors que les enfants souffrent des tourments les plus épouvantables. Ils sont encore dans une symbiose totale avec la mère – et celle-ci les délaisse tout simplement.

**Il est indispensable de comprendre ce que ressentent les enfants. Les enfants devraient pouvoir sentir que leur mère leur permet de faire une nouvelle expérience et qu'elle est donc présente jusqu'à ce que l'enfant soit capable de la laisser partir facilement.**

Il y a bien sûr des situations familiales tellement épouvantables que les enfants sont mieux à l'école maternelle qu'à la maison. Mais cela n'est évidemment pas une norme ; au contraire, cela montre seulement que certains parents ont encore des choses à apprendre. C'est pourquoi la ligne de conduite qui dit que les enfants ne devraient aller de façon régulière à l'école maternelle qu'à partir de leur quatre ans est judicieuse. En plus, les parents doivent bien vérifier si une garderie est bien pour l'enfant et si oui, laquelle.

Car il n'y a pas que des parents étonnants, certaines institutrices maternelles le sont tout autant. Elles ne sont pas affectueuses envers les enfants, ne règlent pas les querelles, ne donnent pas de sécurité aux enfants ; au contraire, elles laissent passer la journée et s'occupent plus de leurs propres intérêts que de ceux des enfants qu'on leur a confiés.

Et puis, il y a les institutions – quelles qu'elles soient ! – avec une orientation idéologique, morale. Je les trouve toutes plus ou moins problématiques. On ne devrait pas transmettre aux enfants des idéologies, des orientations bornées, encore moins des façons de penser négatives, peu importe envers qui. C'est pourquoi sont mauvaises toutes les écoles maternelles dans lesquelles on apprend aux enfants, dès la plus tendre enfance, des façons de penser négatives envers un peuple, un pays, une communauté religieuse ou des races quelconques. C'est un manquement grave vis-à-vis des enfants et de l'humanité, dont les conséquences peuvent être terribles et en partie même catastrophiques, comme nous pouvons l'observer constamment.

Les écoles maternelles devraient donc être des lieux d'amour, de légèreté, de créativité, de cohabitation ludique et pleine d'humour où les enfants apprennent tôt le respect envers eux-mêmes, envers autrui et envers l'autorité.

Les enfants devraient beaucoup chanter, beaucoup jouer ensemble, faire des bricolages et ressentir beaucoup de joie.

On ne devrait en aucun cas abuser de la grande capacité d'apprentissage des enfants – en les exposant, par exemple, dès ce jeune âge aux ordinateurs, car cela entraîne un appauvrissement psychique.

Pense toujours à ceci : **l'âme d'un enfant est le bien le plus précieux !** Pourquoi ? Parce que, grâce à ce qu'il apprend aujourd'hui, il déterminera la destinée du monde de demain. Eduque les enfants avec amour, avec joie et avec des idéaux porteurs, et le monde de demain rayonnera – de même que rayonnera l'enfant éduqué de cette manière.

## **Les devoirs des écoles**

Je voudrais maintenant revenir à William. Sa mère intelligente et pleine d'amour s'était constamment posé deux questions : De quelle manière son fils pourrait-il surmonter le plus facilement la perte de son père ? Et la deuxième question était : Quelle école soutiendrait au mieux ses exigences ? Elle a manifestement fait un bon choix, car l'école de William accordait une grande importance au développement des qualités de cœur et à la formation du caractère de ses enfants.

Cela nous amène à un point très important : le positif, dont la première pierre devrait être posée au sein de la famille, doit absolument être poursuivi et approfondi à l'école. Les écoles devraient poursuivre ce qui a été commencé à la maison et à l'école maternelle : **elles devraient être des endroits du recueillement, du respect, de la créativité, de la joie et de l'apprentissage. Dans cet ordre-là !**

Ce à quoi aspirent certaines écoles aujourd'hui, par exemple à ce que les élèves deviennent de véritables machines à penser, est complètement contre-productif ! Car cela encourage les agressions, les querelles, l'égoïsme et la concurrence insensée.

Réfléchis à ceci : le mot *école* vient du grecque *scholé*, ce qui veut dire *temps libre* et qui était très apprécié d'Aristote surtout comme temps de la créativité, temps pour se trouver soi-même (j'y reviendrai de nouveau plus loin dans le texte).

Et qu'arrive-t-il lorsqu'un enfant a obtenu en suffisance ce dont il a absolument besoin ? Alors il s'ouvre à autre chose ! C'est l'approche des écoles Waldorf et de l'école d'Alexander Neill et de Maria Montessori, ainsi que le but visé de Rebeca Wild, pour n'en citer que quelques-unes, car Dieu merci, il y en a de plus en plus qui empruntent cette voie qui accorde une importance toujours grandissante à l'**épanouissement émotionnel** des enfants. Compare l'excellent **livre de Daniel Goleman, *L'intelligence émotionnelle*. Il devrait être déclaré lecture obligatoire pour les parents, les enseignants, les directeurs d'écoles et le ministre de l'éducation nationale.**

La lecture de ce livre nous montre immédiatement pourquoi les représentations théâtrales, par exemple, sont d'une grande importance, car elles permettent aux élèves de s'exprimer, de vivre leur créativité et d'atteindre, avec un groupe, un but déterminé. Ici, un enseignant attentif à l'expression et au langage du corps est d'une valeur inestimable – qu'on pense seulement à tout ce que Sami Molcho a à dire à ce sujet.

**Ceci nous amène à un point décisif : les écoles doivent transmettre une culture générale. Premièrement, la culture générale distingue un être humain cultivé et deuxièmement, elle le motive à se perfectionner constamment. Mais les écoles et les universités doivent se libérer des choses inutiles et s'axer sur la pratique. Combien le cours d'histoire est-il utile quand on y enseigne l'éthique et la loi du karma, combien les mathématiques sont-elles utiles quand les enfants n'apprennent pas seulement les calculs abstraits mais également la façon d'utiliser l'argent de manière judicieuse, et comme le cours d'allemand est merveilleux lorsque les enfants, grâce aux nombreux textes, apprennent comment traiter de manière positive la communication, la relation et l'éducation.**

Pour toutes les écoles, la norme devrait donc être : *Non scolae, sed vitae discimus* – nous n'apprenons pas pour l'école, mais pour la vie !

Car dans la vie, il y a deux qualités d'une valeur inestimable et il n'est pas rare qu'elles décident du développement d'une carrière : 1. *la façon de communiquer* et 2. *l'aptitude de parler devant autrui, surtout devant un public plus nombreux*. Pour certaines personnes, ces points décident si elles peuvent ou non accepter un emploi donné.

Il n'est pas rare que les personnes, qui n'ont pas été particulièrement encouragées à développer leur expression, aient l'impression d'être emmenées à l'échafaud lorsqu'elles doivent parler en public. Une école qui libère les élèves précisément de ces peurs ou qui ne les laisse même pas naître et qui, en plus, leur transmet une bonne estime de soi, leur donne pour toute leur vie une chose qui n'a pas de prix.

## **Les valeurs, la religion, la spiritualité**

Mais la chose la plus importante que les écoles peuvent transmettre, ce sont des valeurs solides. Car une vie sans valeurs, sans idéaux et sans buts positifs n'a pas de sens. Et c'est précisément ce que les écoles devraient transmettre : comment les êtres humains devraient organiser leur vie afin de lui donner un sens pour eux-mêmes et pour autrui. Elles devraient être les fiefs de l'éthique, de la paix intérieure, de la joie et de la vie commune pacifique.

C'est pourquoi les écoles devraient également transmettre des connaissances religieuses et spirituelles. Cet enseignement commence par le fait de laisser les enfants **faire l'expérience**

que la religion et la spiritualité enrichissent la vie. Ils devraient – surtout grâce à l'exemple des élèves plus âgés et des adultes – voir constamment ce que signifie vivre ensemble dans l'amour et le respect mutuel.

Je trouve qu'il est très important que les élèves aient une instruction approfondie des différentes religions, ceci dans le but de leur faire comprendre qu'elles ne font toutes qu'exprimer la vérité Unique : il n'existe qu'un seul Dieu qui a tout créé et qu'on peut retrouver dans chaque être vivant.

C'est pourquoi l'enseignement bouddhique du respect est tout aussi important que l'enseignement chrétien de l'amour. C'est pourquoi les étudiants devraient également avoir la possibilité de se familiariser avec les Vedas, le Coran et les enseignements de Zarathoustra. C'est pourquoi je suis contre toute façon de penser qui se place au-dessus des autres. Tous ceux qui font cela, devraient savoir qu'ils commettent un péché car **l'arrogance mène à la mésestime, et celle-ci mène au mépris, et celui-ci mène finalement à la lutte et à la guerre.** Toutes les guerres commencent dans les têtes, dans les façons de penser, par la mésestime d'autrui.

Les enfants devraient apprendre au plus tard à l'école, et de préférence déjà à l'école maternelle, que chacun doit être respecté, que tous les conflits peuvent être réglés de manière pacifique et qu'il est du devoir de chaque être humain de traiter autrui avec amour, respect et gentillesse.

## **La méditation est la religiosité « mise en pratique »**

**C'est pourquoi la religiosité vécue consiste aussi dans le fait que les enfants apprennent à connaître l'utilité de la méditation.** Qu'on leur apprenne tôt à méditer une à deux fois 10 à 20 minutes par jour, et qu'on leur fasse sans cesse remarquer qu'une vie sans méditation est comme une vie sans mouvement, sans air frais, sans jeu. (Concernant *la méditation de la lumière*, cf. par exemple *Sai Baba parle aux Occidentaux 25/7*).

Les enfants doivent faire l'expérience que la spiritualité n'est pas un concept vide qui ne fait qu'ennuyer et n'aide personne, mais qu'elle est l'amour vécu et procure donc une grande joie. Et la joie, qu'est-ce que c'est ? **C'est le sentiment de bonheur que ressent celui qui a accompli quelque chose, qui a fait quelque chose de bien.**

C'est pourquoi il faut inciter les élèves tôt à rendre service à leur prochain en les incluant, par exemple, dans des projets humanitaires. Cela leur permet de vivre directement le sens de l'amour et du respect. Ils apprennent à rendre service, ils apprennent le dévouement, ils apprennent combien il est important d'être là pour les autres et d'adoucir ainsi leur misère ou de leur faire plaisir. Et qu'il est réellement exact que la joie que nous donnons à autrui, revient dans notre propre cœur.

Aider autrui est en outre une forme de méditation. Qu'est-ce que je dis couramment ? *« Helping hands are better than praying lips » – les mains qui aident sont plus saintes que les lèvres qui prient.*

Ici aussi, les enseignants et les élèves plus âgés doivent être des exemples. Être des exemples est décisif, car les enfants apprennent surtout par l'imitation. C'est pourquoi de nombreux parents ne savent pas – ou ne veulent pas savoir ! – combien ils nuisent à leurs enfants à travers les films agressifs.

L'industrie du cinéma et les chaînes de télévision minimisent ce fait ou le nient parce que cette vérité va à l'encontre de leurs intérêts. Mais ce que les enfants voient, reste dans leur cœur comme une semence et germera un jour ou l'autre. Il suffit de penser à la **violence** incroyable **qui règne actuellement partout – y compris dans les écoles. Elle provient exclusivement des mauvais exemples et des valeurs lamentables qui sont transmis à tous, y compris aux enfants.** Comment se dit en italien l'exhortation que Jésus donna à Pierre ? *« Chi di spada*

*ferisce, di spada perisce ! », Tous ceux qui prendront l'épée, périront par l'épée.* En d'autres termes : les pensées négatives, agressives sont comme des armes qui reviennent rapidement vers toi et qui peuvent même te tuer.

C'est pourquoi les écoles doivent être les fiefs de l'amour, du respect et de la transmission des valeurs positives qui laissent la vie s'épanouir.

## **Les enseignants doivent être des personnes exceptionnelles**

Sache que, **en tant qu'enseignant**, tu es pour les élèves, après les parents, la personne la plus importante dans leur vie.

C'est pourquoi il est dit dans les Vedas que l'enseignant devrait être vénéré comme Dieu. Pourquoi ? Afin de faire clairement comprendre aux enfants, à leurs parents et aux enseignants eux-mêmes, quelle énorme influence ces derniers ont et combien il est important qu'ils soient bien préparés à cette tâche.

Tout d'abord, les enseignants doivent traiter les élèves avec amour. Ensuite avec savoir, clarté, compréhension, empathie et discipline. Le savoir et la discipline sont très importants. Mais ce qui se passe lorsque l'amour fait défaut est malheureusement visible partout : de nombreux élèves se comportent plus comme des rebelles que comme des élèves, parce que leurs parents et leurs enseignants leur accordent (ou leur ont accordé) trop peu de considération et d'attention.

**Comme dit si justement Lao-Tseu : *Le devoir sans amour rend maussade, la vérité sans amour rend enclin à la critique, l'éducation sans amour rend contestataire, l'ordre sans amour rend mesquin et le pouvoir sans amour rend violent.***

Les classes nombreuses ne portent pas préjudice au développement émotionnel des enfants (sauf pour les enfants souffrant du SDA, qui ont alors plus de difficultés pour se concentrer) à condition que l'amour soit présent.

Ces classes peuvent même représenter un enrichissement – surtout si les élèves, comme par exemple dans les écoles Waldorf, sont ensemble pendant 13 ans – parce que cela permet un échange étroit entre de nombreux caractères, façons de voir et origines différents.

**Mais tout cela n'est vrai qu'à une seule condition : que l'enseignant soit capable de prendre soin de chaque élève et de le guider aussi bien au niveau intellectuel que psychique – et qu'il ait un grand cœur.**

Les connaissances spécialisées sont certes une condition fondamentale mais, comme je ne me lasse pas de le souligner, elles ne sont pas la condition essentielle. La maturité psychique des enseignants et enseignantes est le b.a.-ba de tout enseignement. Et cela n'est pas fourni avec l'examen à l'Université. Cette maturité s'obtient par la vie et à travers plusieurs vies.

Afin que les écoles aient la grâce d'avoir de tels enseignants, elles doivent d'abord être préparées mentalement, comme l'a fait Rudolf Steiner pour le mouvement qu'il a fondé. En outre, l'école doit être ouverte au fait que les élèves amènent *leur* enseignant. Car les élèves remarquables avec un excellent karma, auront pour enseignant une grande âme: **une personne qualifiée qui sait combien il est important d'être sérieux et cependant léger, profond et cependant souple, affectueux et cependant clair, très émotionnel et cependant professionnellement très versé. Et qui a en plus la joie d'apprendre et d'enseigner et qui la transmet également.**

Les écoles et les élèves qui ont de tels enseignants iront loin, car la grâce est avec eux.

Ce sont les enseignants de l'âge d'or, car ils « valent de l'or » !

Et quel est le plus grand mérite de ces enseignants ? Que non seulement ils possèdent les qualités citées ci-dessus mais, qu'outre le développement émotionnel, ils apprennent une chose essentielle aux élèves, c'est-à-dire **apprendre comment apprendre, et cela avec joie.**

**Car, comme je ne me lasse pas non plus de le répéter, ces trois éléments essentiels, c'est-à-dire l'épanouissement émotionnel, la connaissance de la meilleure façon d'apprendre, et la joie d'obtenir toujours davantage de compétence, décident si un être humain aura du succès ou non dans sa vie privée aussi bien que dans sa vie professionnelle. En effet, celui qui n'aime pas apprendre, ne fera jamais partie des personnes hautement qualifiées de la société.**

Beaucoup n'arrivent pas à cette position parce que leur joie d'apprendre a été détruite à l'école par un enseignant incompetent. Et lorsque la joie est détruite, l'éthique sera détruite avec le temps, ensuite le caractère et enfin le sens de la vie.

**Avec la joie, par contre, la gratitude, la compassion, la tolérance, l'éthique et le respect pour la vie sont éveillés et maintenus.**

L'exemple de **Marie** nous montre à quel point le comportement, les attitudes, les réactions des enseignants ont des conséquences sur les élèves.

Marie appréciait beaucoup son institutrice et aimait beaucoup aller à l'école. En plus, ses parents lui faisaient comprendre que, comparée à beaucoup, beaucoup d'autres enfants, elle était particulièrement favorisée car, non seulement elle avait la possibilité d'aller à l'école – des millions d'enfants n'ont pas cette possibilité ! – mais qu'en plus, elle allait dans une école particulièrement bonne. Les parents ne disaient jamais : « Demain, tu dois aller à l'école », mais : « *Demain tu peux de nouveau aller à l'école, comme c'est bien !* »

Puis, dans l'apprentissage de l'alphabet, vint la lettre « K » et l'institutrice demanda si quelqu'un connaissait un nom avec « K ». Marie leva la main bien courageusement et dit tout haut : « Kokosnuss! »<sup>38</sup> Tous rirent de Marie et, de surcroît, l'institutrice ne vit pas l'embarras de Marie. Cette fois-ci, elle n'apporta pas son soutien comme d'habitude et elle ne dit pas : « Certes, ce n'est pas le nom d'un être humain, mais celui d'un fruit. Mais : celui qui prend un risque, celui qui apprend, fait aussi des erreurs ! C'est très bien d'avoir osé lever le doigt, Marie ! »

Vu que l'institutrice ne réagit pas ainsi, Marie se sentit glacée jusqu'à la moelle et ridiculisée.

A midi, son père vint la chercher et demanda comment s'était passée sa matinée à l'école. « Epouvantable ! Terrible ! Siiii gênante ! J'ai dit Kokosnuss pour un nom commençant par « K » et tous ont ri de moi ! Plus jamais, je ne dirai quelque chose ! » – « Je comprends cela » dit le père qui ressentait ce que sa fille devait ressentir, « c'est vraiment très désagréable. » Mais après une pause, il continua : « Mais qu'est-ce que je te dis souvent ? Seul celui qui fait des erreurs, réussit. Seul celui qui sait assumer les défaites, développe l'estime de soi, c'est-à-dire de la force. Celui qui veut toujours tout faire à la perfection, ne fait souvent rien, car les erreurs font partie de la vie. Et c'est bien ainsi. Fais donc encore beaucoup d'erreurs, Marie, et tu réussiras, tu seras forte et heureuse ! »

Marie garda le silence un instant, puis elle dit : « **Cette phrase qui dit qu'on peut faire des erreurs me réjouit pour toute la journée. Elle me donne vraiment beaucoup de force !** »

Et elle osa de plus en plus, et l'institutrice admira son courage et sa détermination, car elle était une très bonne institutrice qui manifestement, à ce moment-là, n'avait pas perçu que Marie avait absolument besoin de son aide.

Quelle tâche importante que celle de l'enseignant – pas étonnant que les Vedas disent de l'honorer en tant que Dieu ! (cf. Jumsai et Burrows, *Handbook for Teachers*)<sup>39</sup>. Car, à côté des parents, ce sont les enseignants qui interviennent auprès des enfants pour montrer le chemin et qui doivent donner des réponses aux questions importantes de la vie. Et ils devraient eux-mêmes mener une vie qui soit un exemple pour les enfants.

<sup>38</sup> Ndt : Kokosnuss = noix de coco.

<sup>39</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Manuel pour les enseignants.

Mais la société, respecte-t-elle ses enseignants ? Les parents et les enfants, sont-ils réellement reconnaissants envers les enseignants ? Est-ce que toutes les personnes impliquées et concernées reconnaissent l'importance des enseignants ?

Pour pouvoir attirer de bons enseignants, les écoles doivent être attrayantes afin que de telles personnalités aient envie d'y venir. La direction de l'école, les directives ministérielles, la collaboration entre les enseignants, le comportement des élèves envers les enseignants et la rémunération doivent être tels que le travail particulier des enseignants soit apprécié.

Dès qu'il s'agit de la rémunération, il devient souvent évident que de nombreuses personnes pensent : Ils ont de l'argent pour toutes sortes de choses – et pour des choses inutiles ! Mais pour la formation scolaire de leurs enfants, ils n'ont pas d'argent. Ils pensent ne pas devoir s'occuper de la rémunération des enseignants, vu que c'est soit l'Etat, soit la direction de l'école privée qui « s'en occupe ».

C'est ainsi que, durant de nombreuses heures par jour, les parents confient leur enfant à une personne influente, mais ne sont souvent pas prêts à accorder à cette personne si importante de très bons moyens d'existence. Est-ce ainsi qu'on respecte la grande valeur et l'énorme responsabilité de l'enseignant ?

Chaque parent devrait répondre lui-même à cette question – mais parfois, pour vérifier, demander aux enseignants s'ils ont le sentiment qu'au niveau matériel aussi leur travail énorme est reconnu.

## **La motivation**

La motivation est très, très importante dans la vie.

Les humains sont capables d'accomplir des choses incroyables lorsqu'ils sont correctement motivés. Par contre, lorsque la motivation leur manque, ils sont incapables de faire ne fut-ce que le strict nécessaire.

C'est pourquoi le premier devoir de l'enseignant est de transmettre les connaissances de telle manière que les élèves y trouvent du plaisir et que cela les motive. Par l'engagement de l'enseignant, chaque matière, même la plus aride, peut devenir une matière intéressante et enrichissante lorsqu'elle est transmise de manière appropriée aux enfants.

**Les enfants ont droit à ce que les connaissances leur soient transmises de telle manière qu'ils suivent avec le plus grand intérêt les explications des enseignants.**

**C'est pourquoi il faut constamment leur en montrer l'utilité pratique.** Ou bien ils assimilent eux-mêmes la matière, par exemple, en mettant en pratique ce qu'ils ont appris ou en l'apprenant aux autres.

Toute connaissance est vivante, car elle se développe constamment. C'est pourquoi elle doit être transmise de façon vivante. Une connaissance morte n'est utile à personne ; au contraire, elle ne fait que nuire : premièrement, on l'oublie aussitôt et deuxièmement, les élèves apprennent qu'ils « accumulent » des connaissances pour l'école et non pas pour eux-mêmes et troisièmement, et c'est le plus grave, on leur transmet qu'apprendre n'est pas un plaisir mais, qu'au contraire, c'est embêtant, ennuyeux et superflu.

Dans le livre *Guiding the Gifted Child. A Pratical Source for Parents and Teachers*<sup>40</sup> se trouvent, en plus d'un tableau très utile, des questions concernant les raisons probables du manque de motivation d'un enfant. Les parents et les enseignants devraient les étudier soigneusement et les mettre en pratique :

---

<sup>40</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants.



« Box 6 :

Les causes fréquentes du manque de motivation

- L'enfant a été si souvent critiqué, corrigé et mis en question dans son projet de vie, qu'il croit ne plus pouvoir satisfaire les attentes d'autrui ; dans ce cas, il est moins risqué de refuser de faire quelque chose que de satisfaire les attentes d'autrui.
- Le manque de motivation est utilisé pour se soustraire à la mainmise des enseignants et des parents.
- Le manque de motivation est une révolte contre laquelle les parents sont impuissants tant que l'enfant fait la grève passive.
- Le manque de motivation est un évitement des risques, vu que l'enfant peut toujours dire qu'il ne désire pas faire d'efforts sérieux, de cette façon il ménage son ego.
- Le manque de motivation peut aider l'enfant à être accepté par les enfants du même âge qui sont moins doués que lui.
- Le manque de motivation peut être l'expression d'une dépression, peut-être du sentiment d'être mal compris.
- Le manque de motivation pourrait inciter les autres à l'aider et à lui accorder l'attention que l'enfant souhaite

Nous résumons encore une fois les questions les plus importantes pour la compréhension de la motivation de votre enfant :

- Comment ressentez-vous l'atmosphère émotionnelle dans votre famille ?  
Bienveillante ? Critique ? Impatiente ? Tolérante ?
- Dans quel domaine êtes-vous un exemple pour votre enfant ?
- Combien de temps consacrez-vous chaque jour à votre enfant, uniquement pour l'encourager ?
- Comment évaluez-vous – par exemple sur une échelle de 1 à 10 – le degré d'indépendance émotionnelle de votre enfant par rapport aux enseignants et aux enfants du même âge ?
- Quels sont les sentiments qui bloquent éventuellement la joie d'apprendre de votre enfant ?
- Où se situe la passion de votre enfant ?
- Qu'est-ce qui le fascine et l'enthousiasme ?
- De quelle manière montrez-vous de l'intérêt pour les activités ou pour les sentiments de votre enfant ? »

Les enfants sont immédiatement motivés lorsqu'ils apprennent quelque chose qu'ils peuvent mettre en pratique.

C'est donc bien si les enseignants adoptent une communication positive et constructive, en expliquant les lois, en faisant comprendre les interactions, en apaisant les conflits, en écoutant activement, **en créant des situations win-win, c'est-à-dire des situations où tous les participants gagnent, et en LOUANT beaucoup, beaucoup, beaucoup.**

L'éloge est extrêmement important et – contrairement à la critique – motivant. Les enseignants donnent un grand trésor aux enfants lorsqu'ils les **louent beaucoup et que – grâce à cela aussi ! – ils leur apprennent ce qu'est une bonne communication.** Cela leur ouvrira de très nombreuses portes dans la vie.

Il est important aussi que les enfants apprennent les règles des relations, de la responsabilité, de la clarté, de la fidélité et de la loyauté.

**Tout aussi important est l'utilisation soigneuse du temps.** Les gens doivent apprendre à utiliser leur temps de manière utile et bien structurée. Comme je l'ai déjà expliqué, temps égale vie. Celui qui gaspille son temps, gaspille sa vie !

Combien de personnes échouent dans leur vie d'adulte parce qu'ils n'utilisent pas bien leur temps et parce qu'on ne leur a pas appris, ni à la maison, ni à l'école, à bien utiliser leur temps.

Les élèves devraient donc à tout prix apprendre comment **structurer utilement leur bureau, et plus tard leur lieu de travail**, car les gens perdent énormément de temps à cause d'un lieu de travail mal rangé.

**C'est déjà aux enfants, qu'il faut faire comprendre que l'ordre et la discipline ne sont pas des choses inutiles, arides, poussiéreuses, mais qu'elles peuvent au contraire beaucoup faciliter et embellir leur vie.**

Car structure égale temps et, comme on le sait, temps égale argent – à l'école, on devrait lire de bonne heure le livre *Simplifiez-vous la vie* ou écouter les CD.

Ceci nous amène au prochain point important qui est également très bien abordé dans *Simplifiez-vous la vie* et que j'ai déjà mentionné plus haut : la gestion de l'argent. Avec quelle rapidité la matière mathématique la plus aride devient-elle vivante lorsque les enfants en voient l'utilité. Ils trouvent les mathématiques très utiles lorsqu'ils reconnaissent qu'elles leur permettent de gérer l'argent avec bien plus de facilité. Les enfants doivent être motivés à l'école à utiliser l'argent avec compétence. Ils doivent apprendre à économiser, à planifier, à donner, et aussi à noter des buts concernant l'argent. Plus on présente cela aux élèves de façon vivante, plus ils apprennent pour leur vie !

**C'est pourquoi la motivation ou plus exactement l'enthousiasme est décisif. Les élèves doivent être très motivés, aimer aller à l'école, aimer apprendre, aimer acquérir des connaissances. Car seul l'être humain très motivé accomplit des choses exceptionnelles.**

**La vie est un miracle.** Et les connaissances concernant la vie également. Car, pense un peu à ceci : pouvoir acquérir des connaissances, n'est-ce pas aussi un miracle ? Que le monde entier soit fait de telle façon que des sciences le concernant puissent naître et qu'en plus ces connaissances peuvent être enseignées ?

Tout cela, ce sont des miracles. Quelle doit être la maladresse d'une personne qui enseigne une matière aussi merveilleuse pour que celui qui l'écoute s'ennuie et se démotive de plus en plus ?

Et ceci nous amène au point décisif : les humains ne peuvent accomplir des choses exceptionnelles que s'ils font ce qui correspond réellement à leurs inclinations. Ne devrait donc choisir d'être enseignant que celui qui voit dans l'enseignement sa vocation – et non pas

sa profession ! Car seul celui qui fait quelque chose par vocation est motivé et transmet cet enthousiasme qui se communique à autrui. En plus, c'est la personne adéquate pour découvrir la vocation d'autrui. L'enseignant qui enseigne avec tout son cœur, transmet aux enfants la joie qui doit absolument accompagner les connaissances et les motive par conséquent. C'est ainsi qu'il transmet l'essentiel : que chacun doit trouver et vivre sa voie. Alors, il peut s'épanouir complètement parce que, grâce à son enthousiasme, il se donne à 110%. Car c'est l'enthousiasme qui nous permet de faire des choses exceptionnelles.

Et c'est précisément cela que les enfants doivent apprendre. Ils doivent découvrir qu'ils ont des talents particuliers, qu'ils peuvent les développer et que cela leur procure beaucoup de joie.

Un enseignant qui motive les enfants de cette façon sera à juste titre vénéré par ses élèves, car il leur donne un énorme trésor : la joie d'apprendre, la joie de vivre.

Que peut-il leur donner de plus, comment pourrait-il les motiver plus ?

Un tel enseignant est une personne merveilleuse car, non seulement il crée un avenir en or pour les enfants, mais il participe de surcroît à la création de l'âge d'or.

## Noter les buts

Le plus tôt possible, les enfants devraient apprendre à formuler et à noter des buts précis. En outre, on devrait les inciter à se remémorer leurs buts régulièrement et à **prendre conscience du nombre de buts déjà atteints.**

Noter ses buts a quelque chose de magique – tout comme la vie entière est magique, c'est-à-dire merveilleuse.

Très tôt, les enfants doivent vivre ce côté merveilleux, ce côté magique. Une aide très utile pour cela est le journal des réussites de Stephan von Stepski-Doliwa dans *Ich bin ich und ich bin gut – mein Dank, meine Erfolge*,<sup>41</sup> dans lequel les élèves – tout comme les adultes ! – peuvent noter chaque jour tout ce qu'ils réussissent, à quel point ils sont comblés, toutes les raisons qu'ils ont d'être fiers d'eux-mêmes dans le sens positif du terme.

Voici un exemple : **Miranda** avait des problèmes à l'école. Ils venaient en partie du fait qu'elle avait des difficultés concernant la planification claire et l'ordre. Sa mère l'aidait régulièrement, mais à une condition : **elle devait écrire les notes qu'elle désirait obtenir dans chaque matière et à la fin de l'année scolaire.** Au début, Miranda le faisait plutôt à contrecœur. Mais avec le temps, elle constata que pas mal de choses qu'elle avait notées s'étaient réalisées. Cela l'encouragea à tel point que noter ses buts, ses résultats, ses réussites et ses remerciements devint pour elle une habitude tout à fait naturelle.

Cela lui a non seulement permis de devenir une très bonne élève et étudiante mais, après ses études, elle eut également beaucoup de succès dans sa vie privée comme dans sa vie professionnelle.

**Car noter ses buts engendre le succès. Le succès génère l'estime de soi. Et plus ton estime de toi est grande, et plus tu auras de succès.**

**Noter tes buts et comptabiliser tes remerciements et tes succès favorise ton intelligence magique, c'est-à-dire cette intelligence qui te permet d'organiser ta vie de façon merveilleuse.**

A l'école, les enfants devraient en plus apprendre qu'il y a de nombreuses formes d'intelligence.

---

<sup>41</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien – ma reconnaissance, mes réussites.

Il y a – pour n'en citer que quelques-unes :

L'intelligence spirituelle  
L'intelligence religieuse  
L'intelligence émotionnelle  
L'intelligence de la communication  
L'intelligence relationnelle  
L'intelligence analytique  
L'intelligence intuitive  
L'intelligence musicale  
L'intelligence pratique  
L'intelligence sociale  
L'intelligence de l'esprit d'initiative  
L'intelligence verbale  
L'intelligence créatrice

Cela veut dire que les écoles ne doivent pas se référer uniquement à **l'intelligence rationnelle, c'est-à-dire à l'intelligence analytique, qu'on mesure par les tests de QI**. Si elles le font, elles limitent beaucoup trop les élèves, **ce qui a un effet extrêmement négatif sur l'estime de soi et le programme de succès de tous ces élèves dont l'intelligence ne se situe pas dans le domaine rationnel, mathématique.**

Une personne comme Bobby Fisher peut être un raté absolu au point de vue émotionnel, mais être un champion mondial en tant que joueur d'échecs. La tâche des écoles devrait donc être d'encourager au maximum les élèves dans la forme d'intelligence respectives dans laquelle ils ont le plus de talent.

## **Encourager la créativité, le chant et le théâtre**

Une des tâches les plus importantes de l'école est donc d'encourager la créativité enfantine sous forme d'intelligence spirituelle, religieuse, émotionnelle ou relationnelle, pour n'en citer que quelques-unes.

Rudolf Steiner, Alfred Tomatis, Rebeca Wild, Maria Montessori et beaucoup d'autres accordent une grande importance à la créativité, car ils savent quel trésor inépuisable elle représente pour les enfants.

La créativité a deux côtés : d'un côté, le fait que les enfants créent quelque chose ou se produisent sur scène favorise leur estime de soi. Ceci est très important pour les enfants, car ils apprennent l'esprit d'équipe, ils voient qu'ils sont capables de créer quelque chose et **qu'ils ont de l'importance**. Car, même s'ils n'ont qu'un tout petit rôle dans une pièce de théâtre, ce rôle a une signification et est de ce fait important.

L'autre côté de la créativité consiste dans le fait que les élèves apprennent que **trouver des solutions est un acte créatif**. Ils apprennent ainsi à réagir de manière créative à chaque problème.

La vie est une succession de problèmes. Lors de chaque difficulté, nous pouvons soit être fâché et « aller bouder dans notre coin » – soit utiliser cette occasion pour vivre notre créativité. Les enfants devraient absolument apprendre la deuxième attitude. **Ils devraient se réjouir lorsque des problèmes surgissent, car ceux-ci leur donnent l'occasion de vivre leur créativité et de démontrer leur capacité à trouver des solutions et ainsi augmenter leur estime de soi.**

**En plus, les enfants devraient en tout cas bien maîtriser au moins un instrument de musique, car il s'avère que les enfants qui jouent d'un instrument apprennent beaucoup mieux. Ils récupèrent facilement le temps investi dans l'apprentissage de leur instrument de musique, vu qu'ils assimilent beaucoup plus vite les autres matières.**

L'apprentissage d'un instrument est si important parce qu'il exige de la part des enfants discipline et endurance – des qualités importantes pour avoir du succès dans la vie.

En plus, cela active le côté droit du cerveau, donc le côté de la créativité, qui a une valeur inestimable pour trouver l'accomplissement, le succès et le bonheur.

Mais jouer d'un instrument remplit l'enfant également de fierté et développe son estime de soi, car il sent immédiatement le résultat et la beauté de son travail.

En outre, se produire avec un instrument devant un public est une grande performance, qui demande à l'élève beaucoup de préparation, d'engagement et de courage, et qui lui permet une énorme croissance intérieure.

**Travailler sa voix est tout aussi important, et pour ce faire rien n'est mieux que le chant. En outre, chanter ensemble, plein d'entrain et de joie, unit fortement les personnes – et s'il y a quelques chants sacrés dans le répertoire, tant mieux !**

En plus, le chant fortifie la voix, ce qui est très important pour les conférences ou toutes sortes de productions en public.

**C'est pour ces raisons que les écoles devraient être des fiefs de créativité** et donc du théâtre, du chant, des orchestres et de la manière tout à fait positive d'aborder les problèmes.

Alors elles transmettent aux enfants, aux enseignants et à la société un maximum de joie, de positivité et de reconnaissance vis-à-vis de la vie.

## **Les langues et les dialectes**

Cela nous amène au prochain point très important : **le dialecte**. Beaucoup de gens trouvent très créatif et tout à fait naturel de se parler en dialecte. Il n'y a rien à redire à cela, de plus cela peut favoriser le sentiment d'appartenance.

Mais le dialecte est pour beaucoup de gens un énorme handicap professionnel s'ils ne savent parler **que celui-ci**. Bien sûr, il y a eu de très nombreuses personnes ou même des génies qui ont parlé le dialecte et qui ont eu un grand succès. Mais le dialecte peut être une grande barrière, parfois même insurmontable, pour de nombreuses personnes qui ne veulent ou ne peuvent (!) pas travailler, du moins pas tout de suite, comme des génies.

Par ailleurs, je trouve qu'à l'époque où tous se rapprochent, on devrait parler des langues que beaucoup comprennent. Si tu parles un dialecte très particulier, il se peut que tu ne sois compris que par quelques milliers de personnes – voire seulement par cent personnes ! Par contre, si tu parles une langue cultivée, tu es immédiatement compris par des millions de personnes !

En Inde, à cause des très nombreuses langues et dialectes, les gens parlent trois, quatre, cinq langues ou plus. De même dans la petite Suisse. Pourquoi ne sais-tu pas faire ce que savent faire les Indiens et les Suisses ?

Est-ce ton but de parler au moins deux ou trois langues ? Outre la langue du pays, tes enfants parlent-ils aussi au moins couramment l'anglais ? Ont-ils en plus un bon accent et une prononciation claire ?

Les écoles qui n'enseignent pas bien les langues, privent les enfants d'énormément de choses. Celui qui apprend une langue étrangère, apprend à connaître un autre peuple. Ce qui veut dire qu'après un certain temps, ni la langue, ni le peuple ne sont plus étrangers. Quel merveilleux élargissement du champ de la conscience !

**Et pense à ceci : beaucoup ont obtenu un poste très intéressant parce qu'ils maîtrisaient bien ou même très bien une langue demandée. Et beaucoup n'ont pas obtenu d'emploi**

**parce qu'ils ne savaient s'exprimer qu'en dialecte ! C'est pourquoi les parents doivent insister pour que leurs enfants, en plus du dialecte, maîtrisent parfaitement la langue du pays.**

Comme elles sont amusantes ces personnes qui savent parfaitement passer du dialecte à la langue cultivée, et quelle chance elles ont !

Donc : **en tant que parent** cherche une école qui **a beaucoup à offrir** à tes enfants, **aussi bien au niveau émotionnel qu'intellectuel, une école dans laquelle ils apprennent beaucoup**, car l'adage est juste qui dit : *Ce que l'on n'apprend pas étant jeune, on ne l'apprend jamais*. Et pense à *kairós*, au bon moment. Il y a une période – jusqu'à l'âge de 6 ans, au plus tard jusqu'à 10 ans – pendant laquelle on peut encore facilement et sans accent apprendre les langues. Tout ce qui vient plus tard, demande plus d'efforts.

**En tant qu'élève**, tu devrais à tout prix mettre à profit toutes les possibilités qui te sont offertes. Apprends avec joie. Organise tes études de telle manière que tu y trouves du plaisir, et si ce n'est pas tout de suite le cas, alors essaies jusqu'à ce que cela te procure de plus en plus de joie. Car l'aptitude à noter tes buts et à continuer à te former parce que cela te fait plaisir, décidera du succès que tu auras.

Et un des buts, aussi bien des élèves que des écoles, devrait être que les élèves parlent parfaitement l'anglais à la fin de leur scolarité – le mieux serait l'anglais d'Oxford. Celui qui quitte actuellement l'école en sachant parfaitement parler et écrire l'anglais a un avantage inestimable et de nombreuses portes lui seront ouvertes qui, sinon, à cause de la barrière de la langue lui resteraient fermées.

**C'est pourquoi je dis : apprenez les langues, apprenez autant que vous pouvez, mais apprenez votre langue maternelle et l'anglais parfaitement – et peut-être encore l'espagnol ! – alors vous aurez la possibilité d'entrer en communication avec des millions et des millions d'êtres humains – et d'apprendre énormément et d'avoir autant de chances.** Car savoir bien parler plusieurs langues équivaut à être surdoué et représente donc une valeur inestimable.

## Les enfants surdoués

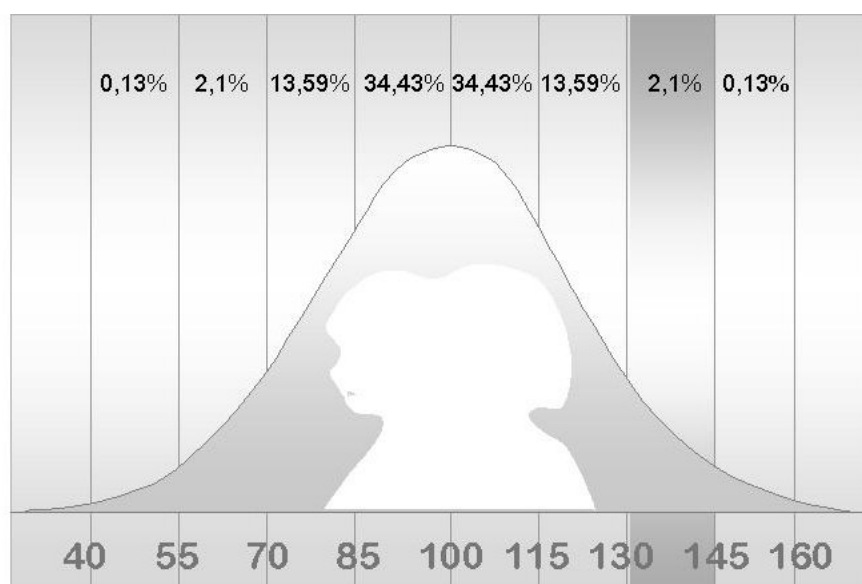


Illustration 1 : Répartition normale des quotients intellectuels.

Si nous observons ce tableau du livre *Guiding the Gifted Child. A Practical Source for Parents and Teachers*,<sup>42</sup> qui représente la répartition normale des quotients intellectuels, nous remarquons immédiatement : la répartition principale se situe au niveau du quotient intellectuel de 100. Si nous tenons compte du fait que la limite de la débilité mentale a été fixée au niveau de 85 points, nous pouvons en déduire que la répartition moyenne se situe environ entre 85 et 125 points.

Avoir 130 points est considéré comme la valeur limite à partir de laquelle commence le domaine des surdoués (le champ foncé dans le tableau. Cela dit déjà tout : les écoles normales sont orientées vers la majorité, c'est-à-dire vers la moyenne, ni les enfants moins doués ni les enfants surdoués n'y ont une place.

C'est le drame des **enfants surdoués** : ils se sentent exclus, ils se sentent dans l'erreur et ne sont par conséquent pas motivés et – au pire – ils échouent et **ne terminent pas leur scolarité. Quelle contradiction.** S'ajoute à cela que « les enseignants ne sont pas capables d'identifier comme surdouée la moitié des enfants qui, dans des tests d'intelligence individuels, se sont révélés être surdoués (Fox, 1981) ». Cela veut dire que beaucoup de surdoués ne sont pas reconnus dans leurs capacités et, par conséquent, on ne les **évalue pas comme surdoués, mais en partie même comme peu doués.** C'est ainsi que l'enfant surdoué ne vit pas ses capacités particulières comme une bénédiction, mais comme un désavantage. D'un côté, il se sent exclu de la majorité et, d'un autre côté, il se sent en plus peu doué. S'ajoute à cela que de nombreux surdoués ont une faiblesse dans le domaine de la lecture et de l'orthographe et se font ainsi remarquer, si tant est qu'on les remarque, de façon négative (voir plus loin dans le texte à dyslexie).

Comment reconnaît-on les enfants surdoués ? Le mieux est de laisser examiner son enfant par des spécialistes particulièrement bien formés. L'annexe du livre *Guiding the Gifted Child. A practical Source for Parents and Teachers*,<sup>43</sup> comporte une liste d'adresses<sup>43</sup> de différentes institutions qui ont la compétence voulue pour examiner les enfants et conseiller les parents concernant les mesures à prendre. Cette liste vient d'une brochure que le Ministère fédéral allemand de la culture, de la science, de la recherche et de la technologie a publié. Ce qui montre que, même en haut lieu, le thème des surdoués est un sujet de discussion.

Evidemment, les parents se demandent maintenant : « Et quels sont les signes éventuels qui me montrent que mon enfant est surdoué ? » Une question tout à fait justifiée. Dans le cadre de ce livre, je ne peux évidemment qu'aborder ce sujet. Celui qui a le sentiment que son enfant pourrait être surdoué, ou si d'autres attirent son attention à ce sujet, devrait absolument acheter le livre précité du Prof. Webb et. al. et/ou consulter un des centres qui y figure. Actuellement, en règle générale, les psychologues scolaires ne sont pas encore formés pour détecter les enfants surdoués ; c'est pourquoi, en ce qui concerne les aptitudes exceptionnelles, leurs déclarations ne sont pas forcément toujours pertinentes.

Comme signes éventuels pouvant indiquer qu'il s'agit d'un enfant surdoué, les auteurs ont établi un tableau qui donne au moins des indications claires :

---

<sup>42</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants.

<sup>43</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants. La liste en question se trouve dans l'annexe de la traduction allemande *Hochbegabte Kinder, ihre Eltern, ihre Lehrer.*

« **Box 4 :**

**Les particularités intellectuelles typiques chez les enfants surdoués**

- Pour leur âge, ils ont une étendue inhabituelle de vocabulaire.
- Ils savent lire avant la plupart des autres enfants, la plupart du temps déjà avant d'entrer à l'école.
- Ils saisissent mieux les subtilités de la langue.
- Une période d'attention, d'endurance et de concentration intensive plus grande.
- Une habilité de base plus rapide et nécessitant moins d'entraînement.
- Un large éventail d'intérêts.
- Une curiosité très développée et un réservoir inépuisable de questions.
- Un intérêt à faire des expériences et à faire les choses d'une manière différente.
- La tendance à combiner les idées et les choses d'un point de vue inhabituel ou qui n'est pas évidente (pensée divergente).
- Ils savent retenir de nombreuses informations.
- Un sens de l'humour inhabituel.
- Ils sont plus sensibles que d'autres enfants. »

Tu pourrais maintenant demander : « Est-ce vraiment utile que mon enfant subisse ces tests ? N'aurais-je pas éventuellement plus de problèmes après qu'avant ? Dans ce cas, ne dois-je pas chercher une autre école, mon enfant ne sera-t-il pas encore plus difficile et n'aurais-je pas encore plus de problèmes ? »

Je comprends tes peurs et tes appréhensions. Mais, premièrement, « adopter la politique de l'autruche » ne sert à rien ; au contraire, il est toujours utile de regarder la réalité en face – car, tôt ou tard, elle apparaîtra toujours. Mais plus tard tu la perçois, plus grandes seront les difficultés à y faire face.

Deuxièmement, enfin savoir **pourquoi** il se sent toujours différent – et savoir que la raison ne vient pas du fait qu'il est peu doué, mais qu'il est au contraire surdoué – peut être une aide inestimable pour ton enfant. Cela développe l'estime de soi.

Troisièmement, les spécialistes qui ont de très bonnes connaissances dans ce domaine peuvent te donner des conseils pour que tu saches ce que tu peux faire pour aider ton enfant de façon optimale.

Et, quatrièmement, tes efforts seront compensés au centuple par le fait que, grâce à une bonne solution, ton enfant sera heureux et aura du succès, et obtient de ce fait un programme positif de vie qui l'accompagnera sa vie durant.



## La dyslexie

Il y a quelques années encore, la plupart des enseignants ne connaissaient même pas la signification du mot *dyslexie* (*Legasthenie*<sup>44</sup> vient du grecque *leg*, lire, et *asthenia*, faiblesse). Les difficultés de lecture et d'orthographe de tant d'enfants n'ont pas été comprises et, par conséquent, ils en ont beaucoup souffert.

Actuellement – Dieu merci – cela a fondamentalement changé. Non seulement les enseignants mais également les parents sont ouverts à ce sujet et, parmi le personnel qualifié, un grand nombre s'est spécialisé dans le traitement de cette faiblesse de la lecture et de l'orthographe. C'est très bien et cela montre un progrès.

Mais de nouvelles questions surgissent, des questions que nous devrions – pour le bien des enfants – observer de plus près.

1. La dyslexie peut soit être innée, soit se développer suite à une situation familiale difficile – ou les deux.
2. La dyslexie est devenue un mot à la mode sous lequel on classe de plus en plus de choses – par exemple, également les surdoués comme nous l'avons vu plus haut. En plus, on range un peu trop vite sous cette « étiquette » les difficultés d'apprendre en général, les blocages, le manque de motivation et les peurs de toutes sortes.
3. Les parents utilisent volontiers le terme de *dyslexie* pour les difficultés les plus diverses de leurs enfants. Ils envoient aussi volontiers leurs enfants en thérapie – pourvu qu'**ils** ne doivent rien reconsidérer, qu'**ils** ne doivent prendre conscience de rien et encore moins changer quelque chose !

Ce n'est évidemment pas un comportement idéal de la part de ces parents. Mais ils n'en sont que partiellement responsables. L'autre part de responsabilité incombe aux personnes spécialisées telles que psychologues, pédagogues et enseignants. Souvent, ils ne sont pas assez compétents pour aider réellement les enfants et pour **expliquer aux parents de quelle manière ils peuvent aider leurs enfants et quelle est la part dont ils doivent prendre conscience eux-mêmes.**

Ici vaut ce que j'ai dit dans *Sai Baba parle de la psychothérapie* : « Les thérapeutes doivent être très compétents et avoir un côté humain extrêmement développé. » Si ce n'est pas le cas, ils ne sont pas une bénédiction pour l'humanité, mais tout le contraire.

Les thérapeutes devraient donc toujours inclure les parents dans la thérapie des enfants, car bien souvent la situation familiale est à l'origine des problèmes des enfants.

Dans ce cas, une thérapie peut être une grande chance pour tous, car les enfants apprennent que les problèmes qu'on prend en main sont des chances merveilleuses pour grandir, et les parents ont la possibilité de dénouer les blocages et les schémas anciens, c'est-à-dire de modifier les programmes négatifs.

**Dans la vie, rien ne nous est donné – et c'est bien ainsi. Mais tout devient un cadeau lorsque nous nous investissons totalement pour trouver une bonne solution à chaque problème. En plus, c'est le meilleur moyen pour développer la conscience et l'estime de soi.**

Dans son livre *Helfen bei Legasthenie*,<sup>45</sup> Tilo Grüttner décrit très bien comment trouver une voie pour sortir de chaque difficulté. Au moyen de l'histoire du petit Hans qui ne savait pas écrire la lettre « R », il nous fait comprendre que derrière une « pure » faiblesse d'orthographe

<sup>44</sup> Ndt : en allemand, dyslexie se dit Legasthenie.

<sup>45</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Aider en cas de dyslexie.

peut se cacher encore tout à fait autre chose. En effet, Hans ne sait pas écrire la lettre « R » parce que celle-ci lui rappelle son petit frère Rainer qui lui dispute sa place d'aîné. Dans de nombreux cas, le traitement de la dyslexie ne se résume pas au seul traitement d'une faiblesse plus ou moins grande, mais il inclut la thérapie d'une situation familiale conflictuelle qui ne se limite pas à un membre de la famille, mais qui est **révélée** par ce membre.

C'est pourquoi il est important que les parents – et les enseignants également ! – prennent conscience du travail qu'accomplissent leurs enfants lorsqu'ils entrent à l'école. Combien d'enfants pensent tout savoir, et le savoir mieux, et maintenant à l'école, ils doivent admettre **qu'il y a tant de choses qu'ils ne savent pas**. Cela représente une grande blessure narcissique et il n'est pas rare que les enfants y réagissent par les maladies les plus diverses.

Si cela n'est pas compris, des blocages peuvent facilement en résulter et se manifester, par exemple, sous forme d'une dyslexie véritable ou apparente.

Dans son livre *Plötzlich macht es klick !*<sup>46</sup>, Sigrid Leo fait remarquer la chose suivante : « D'après mes observations, il y a pour chaque enfant un moment optimal où il est pour ainsi dire prêt à pouvoir lire le premier mot. Si ce moment n'est pas reconnu, alors l'enfant se sent inférieur par rapport à ses camarades de classe, parce que 'tous les autres' savent déjà lire. Et l'enfant qui ne sait pas encore lire ressent une pression, se crispe et ne se sent pas à la hauteur, il prend peur et le rythme normal de l'apprentissage est freiné. »

En d'autres termes : les enfants ont un très, très grand besoin d'empathie et de compréhension pour les grandes performances qu'ils accomplissent.

Ce que souligne A. Tomatis dans son livre *Les troubles scolaires* (p.133) est également important, à savoir que la dyslexie peut aussi être due à un problème d'oreille : « Lorsque l'oreille ne perçoit pas les différences de fréquence (ou la hauteur), les lettres à dominance sonique aiguë (S, F, CH, V) seront confondues. Les caractères qui partagent un même timbre et ne varient que sur leur fondamentale (M, N, G, Q) auront un sort identique. » C'est pourquoi il pense que les difficultés de lecture révèlent toujours un problème d'oreille. Soumettez donc ton enfant à un test d'audition auprès d'un médecin ORL.

Mais vu que l'on ne peut pas dissocier le corps de l'âme, je conseille d'aider l'enfant aux deux niveaux et, ce faisant, lui ouvrir peut-être des horizons tout à fait nouveaux.

Comme nous le verrons en abordant le point suivant, une psychothérapie ou plutôt une psychanalyse pourra être « frustrante d'inefficacité » tant qu'on n'aura pas vu qu'il s'agit d'un syndrome de déficit de l'attention (SDA, voir plus loin) (Edward M. Hallowell / John Ratey dans *Driven To Distraction*).<sup>47</sup> Cela veut dire : **si la dyslexie est une expression particulière de SDA**, alors il faut en premier lieu diagnostiquer ce syndrome et le soigner avant de pouvoir continuer le traitement de la dyslexie.

## **Le syndrome de déficit de l'attention**

Dans le SDA, le syndrome de déficit de l'attention jadis appelé **hyperactivité** en fonction de son symptôme le plus connu, l'enfant peut à peine se concentrer, si tant est qu'il le puisse. Il présente souvent des particularités concernant **l'activité, l'attention et l'impulsivité**.

Tout semble le distraire, vu qu'il ne peut pas se concentrer **sur une seule chose**. Un enfant présentant un SDA ne peut pas rester en place, court dans tous les sens, a des difficultés à s'en

---

<sup>46</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Subitement il y a un déclic !

<sup>47</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Poussé à la distraction.

tenir à une seule chose et ne peut pas rester à table parce que, subitement, il y a mille choses qui l'intéressent plus que le repas.

**Il y a plusieurs types de SDA.** Le plus connu est le **SDA plus l'hyperactivité**, qui se caractérise surtout par un manque d'attention et par la bougeotte. Puis, il y a le rêveur **hypoactif**, souvent dépressif, doté d'une très grande compétence sociale qui, bien souvent, n'est pas détecté. Ce type se rencontre surtout chez les filles. Il y a enfin le **type hyperactif et impulsif** dont la compétence sociale est limitée, qui s'emporte très vite et qui réagit souvent par la colère parce que sa tolérance à la frustration est très, très basse.

**Afin de te familiariser avec le SDA et de le comprendre, tu devrais absolument lire le livre très bien structuré et très instructif du Dr. Helga Simchen *Die vielen Gesichter des ADS*.<sup>48</sup> De même que l'excellent livre du Dr. Graf *Homöopathie und die Gesunderhaltung von Kindern und Jugendlichen*.<sup>49</sup>**

Dans la préface du livre très émouvant et très instructif de Dagmar Dietz *Sitz doch endlich still*<sup>50</sup>, le Dr. Petra-Marina Hammer écrit : « Le SDA fait partie des troubles psychiatriques les plus fréquents chez les enfants et les adolescents. » Elle continue : « le nombre est d'environ 8% ; pour l'Allemagne cela veut dire : plus d'un million d'enfants/d'adolescents ont un SDA, ou **2 enfants dans chaque classe** (accentuation par moi). Le SDA n'est cependant pas typique de l'Allemagne ou de l'Europe, le SDA existe dans toutes les cultures de notre monde qui, jusqu'à présent, ont été étudiées selon les méthodes scientifiques. »

Et le Dr. Hammer écrit encore : « **Un enfant qui gigote parfois, ne sait pas se concentrer ou est vite distrait, ne souffre pas forcément d'un SDA. Mais beaucoup d'enfants ont un SDA non détecté et ils en souffrent** (accentuation par moi). On les désigne à tort comme gêneurs, trouble-fêtes, ratés, paresseux, rêveurs et casse-pieds. Leur comportement est mal interprété et, par conséquent, ils ne sont pas traités correctement. Tôt ou tard, les enfants ou adolescents souffrant d'un SDA ont le sentiment que le monde entier est contre eux. Ils acquièrent la conviction que « quelque chose ne tourne pas rond chez moi ». »

Ces symptômes n'ont rien à voir avec un SDA, vu qu'ils ont été suscités par une éducation inadéquate comme, par exemple, le fait que les parents ne comprennent pas leur enfant, sont impatientes, ne savent pas compatir, sont trop sévères ou imprévisibles.

C'est surtout à l'école que les enfants souffrant d'un SDA acquièrent le sentiment de ne pas pouvoir donner satisfaction, car c'est là qu'ils se font remarquer à cause de leurs difficultés dans les domaines de l'orthographe, du calcul, de la concentration et du contact social.

Un enfant souffrant d'un SDA, même s'il est très doué, parvient au mieux à des résultats moyens, souvent même mauvais ou très mauvais, parce qu'il a des difficultés à mémoriser et il a encore moins la possibilité de s'y consacrer en toute tranquillité. Cordula Neuhaus écrit dans *Das hyperaktive Kind und seine Probleme*<sup>51</sup> : « A l'âge de l'école primaire et souvent aussi à l'adolescence, l'enfant se fait mal voir et dérange. Les parents sont souvent convoqués à l'école, reçoivent des appels téléphoniques ou des lettres de plaintes concernant tout ce que l'enfant a de nouveau fait ou pas fait, accompagnées d'évaluations et d'interprétations multiples. »

---

<sup>48</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Les nombreux visages du SDA

<sup>49</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'homéopathie et le maintien de la santé des enfants et des adolescents.

<sup>50</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Vas-tu enfin rester tranquille.

<sup>51</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'enfant hyperactif et ses problèmes.

Sigrid Leo pense qu'il serait utile de réduire la consommation de sucreries de ces enfants, car ils utilisent ces dernières comme une drogue. C'est pourquoi il faudrait convenir avec l'enfant « *de manger chaque fois un petit morceau de fruit avant de consommer une sucrerie. Ainsi l'enfant ne ressent aucune pression et l'appétit du sucré est souvent satisfait par le fructose du fruit* », écrit Sigrid Leo dans *Plötzlich macht es klick*.<sup>52</sup> Cela est déjà très bien, rien que par le fait que le sucre n'est pas un aliment (cf. plus loin dans le texte le chapitre sur *l'alimentation*) ; au contraire, tout comme regarder la télévision c'est une drogue qui ne nourrit pas, mais qui dope et qui affaiblit le système immunitaire, les nerfs, les dents et le système digestif.

Les enfants qui consomment beaucoup de sucre ont de ce fait un problème psychologique **et** physique – et il n'est pas rare qu'ils aient très tôt des caries.

Un changement du mode d'alimentation est très salutaire (cf. Dr. Graf cité ci-dessus), mais ne guérit pas le SDA. Vu que les enfants souffrant d'un SDA doivent s'investir beaucoup – Dagmar Dietz insiste là-dessus dans ses écrits –, on ne devrait pas les accabler en plus avec un régime compliqué et triste. Mais ne pas manger de viande, de farine blanche et de sucre est pour eux aussi un changement alimentaire très salutaire.

Il est particulièrement important pour les enfants souffrant du SDA qu'on soit attentif au rythme et aux moments de calme – pour cela les méditations collectives dans la classe sont un excellent moyen (cf. également le beau livre de Eva M. & Joachim H. Angerstein *Mit Kindern Stille üben*<sup>53</sup>).

Mais il y a un grand problème pour les enfants souffrant du SDA, c'est qu'ils sont, comme par magie, attirés par la télévision. Dans un premier temps, la télévision, par le suspense des films, leur procure un apaisement de leur propre agitation, mais avec l'effet secondaire désagréable que, après avoir regardé la télévision, leur agitation et avec elle leur dépendance de la télévision augmente. Regarder la télévision n'apporte donc pas d'apaisement, mais un nouveau problème qui n'est pas moins important.

Mais l'agitation est précisément le contraire de ce qui est réellement nécessaire à un être humain. C'est pourquoi une « promenade d'écoute », comme le recommande Sigrid Leo, est une suggestion merveilleuse. Les enfants devraient être initiés très tôt au calme et à la beauté de la nature. Ils devraient aiguïser leur perception pour les choses qui les entourent. Ils devraient, par exemple, être attentifs aux couleurs, aux odeurs, aux bruits et aux différents chants des oiseaux. Ils devraient prendre contact avec le sol et sentir combien le toucher des écorces diffère selon les diverses espèces d'arbres. Les parents devraient inciter leurs enfants à voir le côté merveilleux de leur environnement et vivre cette perception consciente comme une source de quiétude et de recueillement intérieur.

Ce sont là des suggestions très utiles et on devrait absolument en tenir compte – cependant, le problème du SDA reste. Que faire ?

Une des caractéristiques des enfants hyperactifs est **qu'ils veulent, qu'ils se donnent de la peine, mais qu'ils n'y arrivent pas**. Les parents devraient en tenir compte – tout particulièrement lorsque l'agitation de leur enfant les conduit à la limite de leur capacité d'endurance et de leur patience (cf. le livre de Felix Dietz, un enfant souffrant de SDA, *Wenn ich doch nur aufmerksam sein könnte !*)<sup>54</sup>

---

<sup>52</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Subitement il y a un déclic.

<sup>53</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Initier les enfants au silence.

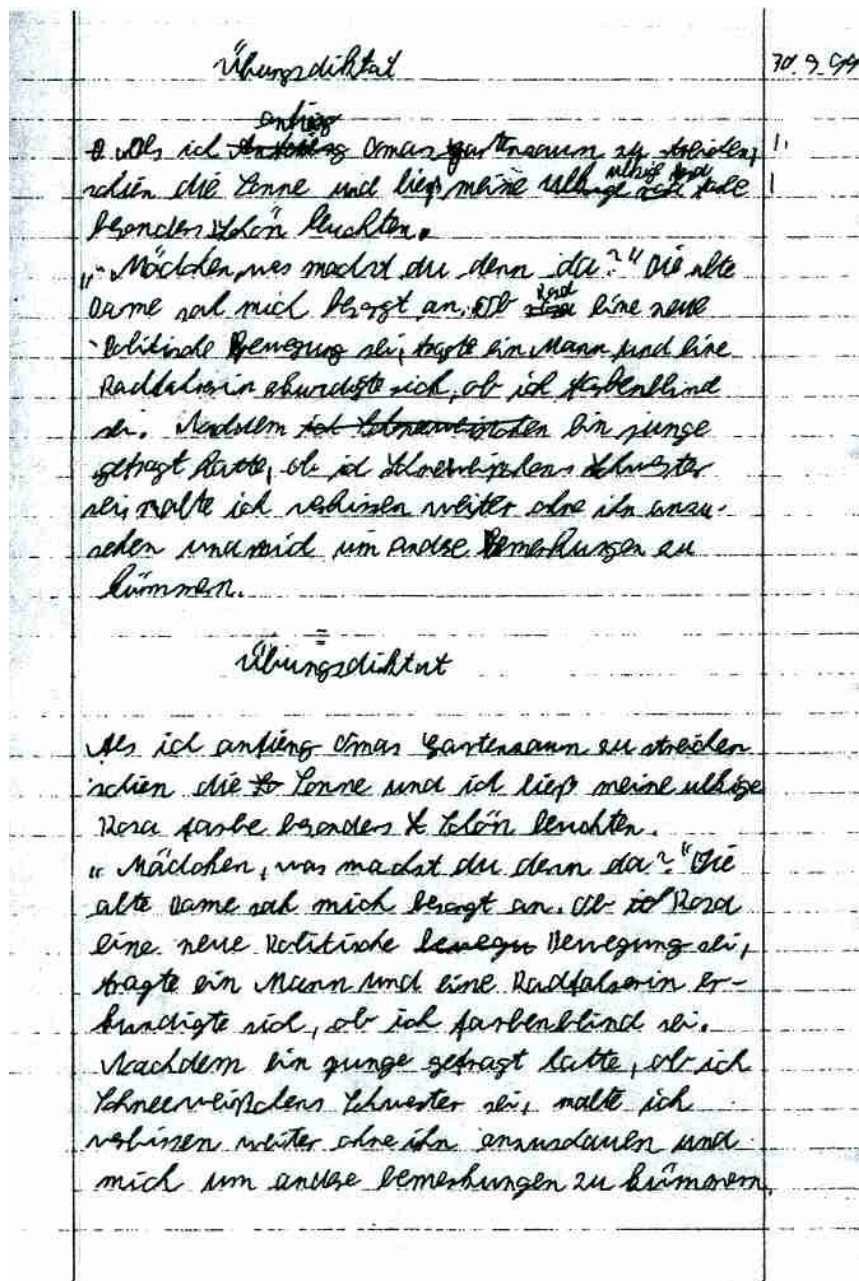
<sup>54</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Ah, si seulement je pouvais être attentif !

C'est pourquoi Roswitha Spallek, médecin et thérapeute, a choisi d'administrer le médicament méthylphénidate (donc Ritalin) et elle obtient les succès les plus surprenants. Des enfants qui ne pouvaient pas dormir, qui tyrannisaient toute la famille, dorment ; des enfants qui ne pouvaient pas rester assis, ne fût-ce qu'un moment, restent assis ; et des enfants qui avaient d'innombrables fautes dans une dictée, écrivent comme par enchantement, peu après la prise de méthylphénidate, une dictée avec nettement moins de fautes (voir la reproduction ci-jointe).

A ce sujet, le Dr Spallek écrit : « *La modification de l'écriture sous méthylphénidate peut aussi servir pour diagnostiquer le SDA. Récemment, on m'a présenté un garçon de 12 ans qui avait une écriture si peu lisible que les enseignants refusaient de corriger ses dictées et ses rédactions. Les parents de ce garçon plutôt hypoactif doutaient de mon diagnostic d'un SDA. J'ai proposé de faire un test d'écriture une heure avant et une heure après la prise de méthylphénidate. Le résultat de ce test a convaincu les parents de la justesse du diagnostic* » (Roswitha Spallek : *Große Hilfe für kleine Chaoten*).<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Une grande aide pour des petits perturbateurs.



Cependant, ce ne sont pas seulement les enfants, mais également beaucoup de parents qui souffrent du SDA et qui devraient suivre un traitement homéopathique ou allopathique et/ou psychologique.

Il y a bien des objections contre le méthylphénidate, vu qu'il fait partie des psychotropes et que la notice énumère la possibilité d'une multitude d'effets secondaires.

Je trouve qu'il est bien que de nombreux parents soient aujourd'hui très sceptiques par rapport aux médicaments. Ils sont tout à fait conscients combien certains effets secondaires peuvent être – et sont – dangereux !

En ce qui concerne le SDA, on devrait judicieusement peser le pour et le contre et cependant ne pas perdre trop de temps, parce que ces enfants courent le risque d'être étiquetés comme étant difficiles, paresseux, peu sociables, voire asociaux – des jugements négatifs dont ils ont de grandes difficultés à se défaire, comme le décrit avec insistance Dagmar Dietz dans son

livre *Sitz doch endlich still*.<sup>56</sup> En outre, plus tard il est beaucoup plus difficile de soigner les conséquences du SDA comme, par exemple, une très mauvaise estime de soi, le manque de motivation, la dépression ou les angoisses.

Le fait que certains parents et pédiatres prennent la décision, par exemple, d'ignorer tout simplement les lamentations, les cris, les accès de colères, ou les nombreuses blessures et le cas échéant de laisser les enfants pleurer pendant quelques jours et quelques nuits, n'est certainement pas une bonne solution, vu que les nombreux pleurs, cris et accès de colère sont justement des symptômes typiques du SDA.

Le SDA représente une limitation incroyable pour les enfants et pour les adultes ; non seulement cela empêche beaucoup de faire des études supérieures, mais il n'est pas rare qu'ils ne puissent même pas terminer une formation professionnelle – ce qui, pour les personnes concernées, représente un sort très difficile à supporter.

En outre, à cause du manque d'attention, les personnes concernées ont un plus grand risque d'accidents – que ce soit à la maison, à l'école ou sur la route. Les enfants atteints du SDA aiment la vitesse, c'est pourquoi « à l'âge adulte ils commettent, plus souvent que la moyenne, des excès de vitesse et sont plus souvent impliqués dans les accidents de la route » (Michael Huss, *Medikamente und ADS*).<sup>57</sup>

On devrait donc prendre en considération toutes les méthodes de traitement qui semblent prometteuses, que ce soit un traitement allopathique, homéopathique ou psychothérapique mais, bien sûr, seulement s'il est conseillé et suivi par un thérapeute très conscient de ses responsabilités et qu'on ne donne pas du Ritalin – peut-être même sans examen précis et sans diagnostic différentiel – uniquement parce que le thérapeute désire « maîtriser rapidement » la situation.

**Cela a toujours des conséquences fâcheuses.**

## **Méthodes de thérapie**

Pour les personnes atteintes du SDA et pour leurs familles, la perte de l'estime de soi et la diminution de la qualité de vie peuvent être énormes. C'est pourquoi je présente différentes formes de thérapie pour le traitement du SDA afin qu'on ne choisisse pas, par ignorance ou par manque d'alternatives, la première venue.

Il n'y a pas de remède qui soit bon et utile pour tous. Le choix du remède dépend de nombreux facteurs différents, tel que la constitution psychique et physique, la situation familiale et le thérapeute.

C'est ainsi que pour différentes raisons, le **Ritalin**<sup>®</sup> peut être indiqué pour certains enfants. Pour certains, qui sans cela ne trouveraient pas d'issue au cercle de frustration, le Ritalin peut faire office de « béquille » pendant un certain temps. Le médicament apporte un certain calme, le temps de trouver une nouvelle bonne solution.

Pour d'autres, en revanche, ce médicament est tout à fait contre-indiqué parce que le Ritalin a un tel effet sur leur personnalité qu'ils perdent, par exemple, leur joie et leur créativité.

**Si on administre du Ritalin, il est, premièrement, indispensable de faire un diagnostic différentiel précis et, deuxièmement, de faire une observation précise et nuancée pendant le déroulement de la thérapie afin de toujours pouvoir adapter le bon dosage.**

---

<sup>56</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Vas-tu enfin rester tranquille.

<sup>57</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Les médicaments et l'ADS.

En ce qui concerne le SDA, il n'existe pas de solutions rapides. Parfois plusieurs formes de thérapies sont indiquées, soit simultanément, soit l'une après l'autre. Une **psychothérapie**, telle que la thérapie comportementale, mais également les constellations familiales (cf. *Sai Baba parle de la psychothérapie*) peuvent être très utiles.

Les **mantras de guérison** peuvent soutenir le traitement du SDA. Il est également important de beaucoup porter les bébés atteints du SDA – tout comme les autres ! –, vu que le **contact physique** a un effet apaisant et favorise la **guérison**. L'**ergothérapie** offre également de bonnes possibilités de traitement, de même que l'**eurythmie anthroposophique**, l'**hippothérapie** et l'**apprentissage de stratégies utiles** pour augmenter la concentration, la motricité et la capacité de structurer. Dans ce domaine, de nombreux thérapeutes excellents ont développé plusieurs bonnes méthodes qui soutiennent très bien le traitement médicamenteux, voire le remplacent, et ont ainsi aidé de très nombreux enfants.

Il est également particulièrement important d'entretenir des contacts et des échanges intensifs avec les institutrices maternelles et les enseignants.

Un **excellent traitement homéopathique** peut également être une thérapie très utile, car son but est de guérir le SDA (cf. Judyth Reichenberg-Ullman & Robert Ullman *Ritalin Free Kids. Safe and Effective Homeopathic Medicine for Adhd and other Behavioral and Learning Problems.*)<sup>58</sup>

Malheureusement, de très nombreux homéopathes ne savent rien ou trop peu au sujet du SDA, c'est pourquoi le **diagnostic** SDA ne leur vient pas à l'esprit. De ce fait, ils essayent d'innombrables traitements sur les enfants ou sur toute la famille sans tenir compte du fait que le SDA a un tableau clinique tout particulier et demande donc un traitement approprié (cf. Friedrich P. Graf qui a traité de manière approfondie et très étayée le thème du SDA dans son livre *Homöopathie und die Gesunderhaltung von Kinder und Jugendlichen*<sup>59</sup>).

Le Dr Graf propose de motiver l'enfant à avoir beaucoup d'activités et d'exercices physiques, car ceux-ci entraîneraient un changement positif et donc automatiquement un meilleur sommeil.

A ce propos, l'évolution de **Valentin** est un exemple intéressant. Dès sa naissance, il était si agité qu'il ne pouvait pratiquement pas rester une minute tranquille. Il pleurait toute la nuit et, en plus, il manifestait sa mauvaise humeur lorsque quelque chose ne se déroulait pas selon ses idées.

Valentin reçut des traitements homéopathiques successifs et adéquats et, en plus, il fut très, très souvent porté, ce qui amena un certain équilibre.

Mais lorsqu'il entra à l'école, le SDA se montra avec toutes ses forces : Valentin avait de grandes difficultés de concentration, ne pouvait pas rester assis tranquille, était mauvais en calcul et en orthographe et se tenait de plus en plus à l'écart des autres.

Il était complètement frustré parce que, de jour en jour, il se rendait toujours davantage compte qu'il savait de moins en moins suivre le rythme des autres enfants.

C'est alors qu'une excellente homéopathe lui prescrivit son traitement de fond dans une dynamisation LM et plus tard dans une dynamisation Q.

Peu après la prise, qui fut répétée plusieurs fois pendant quelques mois, les conséquences négatives du SDA diminuèrent sensiblement.

Maintenant, Valentin pouvait se concentrer plus longtemps. Il mémorisait beaucoup mieux les poèmes, les chansons et les calculs ; en outre, il s'épanouissait visiblement.

---

<sup>58</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : On peut se passer du Ritalin. Des médicaments homéopathiques sûrs et efficaces dans les cas d'ADS et autres problèmes comportementaux ou d'apprentissage.

<sup>59</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'homéopathie et le maintien de la santé des enfants et des adolescents.



Motivé par les nombreux encouragements et l'amélioration de ses résultats, il aimait de plus en plus aller à l'école et apprendre.

Cela eut pour conséquence de le rendre encore plus calme, plus joyeux et d'avoir encore plus de succès.

Pour assurer un traitement efficace du SDA, il est décisif que les parents coopèrent activement avec les enfants aussi bien qu'avec le(s) thérapeute(s).

1. Les parents doivent traiter leurs enfants avec **amour et respect**.
2. La motivation des enfants devrait être une priorité. C'est-à-dire que si vous critiquez une fois, vous devriez ensuite louer cinq fois ! Donner des points de récompense est également une très bonne possibilité.
3. Il est très important que les parents protègent leurs enfants des excitations excessives.
4. Le contact physique franc et plein d'amour, qui doit absolument être exempt de toute séduction subtile, est d'une importance inestimable. Ce contact est souvent plus utile que des mots !
5. Les parents doivent fixer des limites claires et bien réfléchies, qui ne seront pas discutées, ou « diluées ».
6. Ils devraient toujours être conscients que leur enfant a un grand besoin de mouvement, de sommeil, de périodes de repos, mais avant tout d'une vie bien réglée.
7. Les parents doivent aussi comprendre qu'ils devraient continuer à se former et à travailler sur eux-mêmes.

C'est ici que je clos ce chapitre sur le SDA, car chacun doit trouver lui-même sa voie, son thérapeute « idéal », sa meilleure forme d'évolution.

Si ton chemin devait s'avérer un peu plus long, reprends courage grâce à la phrase qui suit :

**Les détours sont parfois les chemins les plus courts.**

C'est-à-dire : n'abandonne jamais – et tu atteindras le but !

## **Les formations**

Pour moi, le mot formation inclut toutes les formations professionnelles faites après la scolarité, c'est-à-dire après la fin de l'école primaire, de l'acquisition du brevet d'études du premier cycle ou aussi du baccalauréat, afin d'apprendre un métier. En Allemagne, c'est encore (*encore*, puisqu'on envisage de supprimer le titre de « maître » (patron) et « compagnon » (ouvrier qualifié) structuré de telle façon qu'un jeune suit une formation professionnelle et la termine en tant qu'ouvrier qualifié, ce qui lui donne le droit de travailler sous la responsabilité d'un patron. Lorsqu'il a lui-même acquis le titre de patron, alors il peut travailler en tant qu'indépendant et former lui-même des apprentis.

Cette hiérarchie, qui date encore du temps des corporations du Moyen Age, a pas mal d'avantages. Elle structure la formation de façon tout à fait claire.

Mais aujourd'hui, le problème consiste dans le fait que de nombreuses valeurs, qui jadis étaient encore transmises, ne sont plus vécues – et ne sont plus non plus rétribuées. Pourquoi un cordonnier, par exemple, aspirerait-il au standard élevé d'un travail de maître s'il doit en demander un tel prix que son client, pour le même prix, pourrait s'acheter une nouvelle paire de chaussures ? Et avec ces exigences, comment pourrait-il survivre, alors que dans toutes les

grandes surfaces la réparation des chaussures ne coûte qu'une petite partie de ce prix – et, qu'en plus, le client n'accorde aucune importance au fait que la réparation soit mal faite, vu qu'il jette ces chaussures de toute façon six mois après?

La société de consommation est la fossoyeuse de nombreuses valeurs, de nombreux **us et coutumes**. **Souvent on ne se soucie pas de fabriquer quelque chose de solide, mais uniquement du fait que cela présente bien et que « le prix corresponde »**. Dans beaucoup de pays, l'Etat en porte une part de responsabilité ! Le règlement qui stipule qu'un service public ne peut octroyer l'adjudication qu'à l'offre la moins chère, est très déraisonnable. Car, le fait que quelqu'un offre son travail particulièrement bon marché, ne veut vraiment pas dire que ce travail sera particulièrement bien fait. En outre, c'est un calcul à courte vue : car c'est le contenu, c'est-à-dire le travail effectivement fourni, et non le prix seul qui doit être comparé. Et qu'en est-il de celui qui paraissait réellement le moins cher, mais qui a risqué trop gros et s'est trompé dans ses calculs ? Supposons qu'il doive se déclarer en faillite lors de la construction d'un bâtiment ? Et s'il est alors probable que l'achèvement du projet prenne un retard de plusieurs mois, le résultat est-il toujours « aussi avantageux »? Et cette manière d'agir, est-elle correcte ? Le fait de presser quelqu'un au point que le seul moyen pour cette personne d'obtenir l'attribution du travail entraîne justement ce que cette dernière avait voulu éviter en maintenant, par exemple, l'adjudication pour cette construction, à savoir la faillite, crée-t-il un bon karma ? Et toute insolvabilité n'est-elle pas à la charge de tous ? Et qui paye les employés sans travail ? L'Etat ? Et l'Etat, c'est qui ? N'est-ce pas chaque individu ? C'est-à-dire également celui qui a fait baisser les prix. **Et qu'arrive-t-il si l'Etat fait faillite ? ...**

Et si toutes ces décisions concernent une école et que les élèves en sont témoins – est-ce que cela leur apprend comment traiter avec respect l'argent, le travail et les intérêts de tous ? Certainement pas !

Bon marché, bon marché est souvent le cri de guerre de ceux qui veulent acheter beaucoup, mais qui, inconsciemment, n'ont pas le droit de s'accorder quelque chose. Ils doivent s'acheter quelque chose parce qu'ils veulent se faire « du bien ». Mais cela doit être bon marché pour deux raisons : premièrement, parce qu'inconsciemment ils pensent ne pas pouvoir s'offrir plus et, deuxièmement, parce qu'à cause de cette interdiction inconsciente, cela traînera bientôt, inutilisé, quelque part !

« Bon marché, bon marché » a détruit de nombreuses entreprises et détérioré grandement l'éthique des corps de métier, des corporations. En français, 'Handwerker' se dit *artisan* et en italien *artigiano*. Ces mots renferment le mot *art* ou *arte*, c'est-à-dire l'art. L'artisan, selon la conception générale, exerçait un art. Et où est l'art aujourd'hui ? Là où il est resté dans presque tous les domaines : en rade ! Car l'art se rapporte non seulement à la muse, mais également au loisir qui, en grec, se dit *scholé* et forme la racine du mot école comme nous l'avons vu plus haut. Aristote enseigna que *scholé* était ce qui est le plus important pour apprendre et pour accéder aux trésors les plus profonds en soi-même – selon la vision ancienne de Platon que toutes les connaissances – ce sont les idées – sont déjà enfouies dans notre âme. Comme ils avaient raison !

Ce qui est intéressant dans ce contexte, c'est que le contraire de *scholé* est *ascholia*, ce qui correspond en latin à *otium* et *negotium* et qui a donné en italien *negozio*, le commerce !

Et que veut dire *scholé* exactement ? Concernant *scholé*, Ingemar Düring, le grand spécialiste d'Aristote, écrit dans son livre *Aristoteles*<sup>60</sup> : « *Le mot est généralement traduit par 'loisir'. Mais il ne signifie (...) nullement loisir dans le sens de 'temps libre de toute obligation' ; au contraire, c'est le temps pendant lequel on s'exerce aux vertus généralement reconnues telles que « sagesse, bravoure, réflexion et justice »*. Le travail quotidien dicté par l'obligation est *ascholia*, le temps personnel de chacun est *scholé*. Cela ne signifie rien d'autre que l'école, ou

---

<sup>60</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Aristote.

le centre de formation professionnelle ou le contrat d'apprentissage, devrait enseigner à l'élève à s'exercer dans les vertus et avant tout dans la « **logique du cœur** ». Alors son travail est l'œuvre d'un *artisan*, ou d'un *artigiano*, d'un artisan d'art.

Mais lorsque je parle de centre de formation professionnelle, de loisirs<sup>61</sup> et de vertus, alors beaucoup se demandent si tout cela n'est pas un peu « rêveur » ou naïf. Que la réalité est quand même toute différente ! Dure, calculatrice, sans scrupules.

Oui, c'est précisément ce que je veux dire ! La réalité actuelle ne correspond pas aux lois cosmiques universelles, c'est pourquoi elle ne peut pas porter bonheur.

C'est pourquoi je dis : *Art comes from heart*, l'art vient du cœur. Que veut dire le fait qu'aujourd'hui il n'y ait plus d'art ? Cela signifie que les cœurs sont fermés. Et ils le sont en effet car, comme le disait Aristote, c'est pendant les loisirs<sup>61</sup> que nous nous ouvrons aux grandes vérités. Mais aujourd'hui, plus personne n'a du temps, parce que tout doit être rapide et bon marché. C'est pourquoi la course continuelle est la maladie numéro 1 dans de nombreux pays.

Comment dit-on si bien dans le langage populaire ? *Paris ne s'est pas fait en un jour*. Ou encore : *Tout vient à point à qui sait attendre !* Mais aujourd'hui, presque plus personne ne pense ainsi – et ne peut pas non plus le faire, parce qu'il ne peut pas se le permettre ! Car ce 'plus de temps', personne ne le lui paye. Il s'agit de temps et d'argent. Celui qui ne respecte pas le temps imparti, ne gagne pas son salaire. Il doit donc se dépêcher. Mais ce qui est fait dans la hâte, n'a pas le temps de mûrir. Tout processus de maturation a besoin de temps. Et c'est précisément ce temps que presque plus personne n'a aujourd'hui !

Mais c'est justement cela que doivent réapprendre ceux qui suivent une formation.

## Les universités

Cela nous amène à un tout autre domaine. Dans de nombreux pays, les universités disposent de beaucoup de temps. Là, on fait des recherches. Là, on enseigne. Là, on analyse. Et il n'est pas rare qu'on y **gaspille énormément de temps** !

En outre, on y forme bien souvent des personnes qui, non seulement, ne sont pas une bénédiction pour la société mais qui, au contraire, lui portent préjudice.

Car, dans la plupart des cas, il y a deux choses que les universités **ne** transmettent **pas** : 1. l'éthique et 2. les connaissances pratiques !

Bien souvent, les étudiants doivent apprendre les sujets qui intéressent les professeurs. Et chaque professeur est en premier lieu intéressé par sa spécialité. Ce qui, tout d'abord, n'est pas mauvais en soi. Mais lorsqu'il ne s'agit plus que du fait que des êtres humains sachent toujours davantage sur de moins en moins de sujets, alors l'adage latin est juste « *pro patria est dum ludere videmur* » – (ce que nous faisons) c'est pour la patrie, même si nous avons l'air de jouer. Mais pour quelle « patrie » travaillent-ils ? Ne jouent-ils pas plutôt exclusivement leurs propres jeux ?

Jadis, le latin était la langue du clergé et des universités. Maintenant, le latin est une langue morte. Et pourquoi est-ce une langue morte ? Parce que plus aucun peuple ne la parle et la rend vivante.

Aujourd'hui, le latin n'est plus la langue des universités, mais beaucoup des connaissances qui y sont transmises sont tout aussi mortes. Et là, l'adage latin suivant pourrait bien définir le problème : « *Amicus certus in re incerta cernitur* » – l'ami sûr se reconnaît dans la chose incertaine. C'est-à-dire que la vie montrera si ce qu'on a appris à l'université était utile ou non, si les professeurs, les docteurs et tuteurs étaient des compagnons véritables et, dans tout le vrai sens du terme, des amis qui ont, ou non, préparé à la vie.

---

<sup>61</sup> Ndt : 'loisirs' dans le sens susmentionné.

Ici se révèle une chose fondamentale : le monde a changé – et change de plus en plus. En disant cela ici, cela me semble presque banal, vu que cette phrase est si souvent évoquée. Mais manifestement pas encore assez souvent pour que d'aucuns réalisent ce qu'elle veut dire ! Le monde a changé, certains décideurs ont-ils réalisé cela ? Ont-ils modifié leur façon de penser, leurs paroles et leurs actes ? Non ! Beaucoup de choses continuent comme toujours ! Parmi les décideurs des écoles et des universités, beaucoup n'ont manifestement pas encore réalisé qu'elle n'est plus valable cette ancienne phrase selon laquelle les bons élèves et les bons étudiants qui obtiennent des notes excellentes, obtiendront un jour un bon emploi stable.

En partie, c'est précisément le contraire qui a lieu. Ce sont les non-conformistes, les élèves et les étudiants qui misent plus sur l'intelligence émotionnelle que sur l'intelligence rationnelle, qui ont un grand succès. Et ce sont les élèves et les étudiants qui agissent à partir du cœur, avec amour et avec éthique qui, à l'âge d'or, obtiendront les positions dirigeantes.

C'est-à-dire qu'il est temps que les enseignants, les professeurs, les ministres et ceux qui gouvernent modifient leur façon de penser, car ce qui se voit encore souvent jusqu'à présent, fait partie de l'ancien temps, du temps de l'égoïsme, des querelles, des guerres et de la destruction. Ce temps arrive visiblement à sa fin. Est-ce que les responsables s'en sont déjà rendu compte ? Modifient-ils la formation des élèves et des étudiants de telle manière qu'une unité entre la tête et le cœur, entre l'intelligence rationnelle et l'intelligence émotionnelle, puisse naître ?

Ce qui est grave dans ce contexte, c'est que de nombreux enseignants et professeurs ne se posent absolument pas de questions pour savoir ce qu'ils devraient enseigner à leurs étudiants afin que ceux-ci puissent traverser la vie avec une réelle base de connaissances. Non, beaucoup ne s'y intéressent absolument pas ; au contraire, ils ne se préoccupent que de ce qui *leur* fait plaisir, de ce qui *les* rend célèbres.

Et cet égoïsme flagrant va parfois si loin que ces professeurs n'encadrent tout simplement plus les travaux de doctorat attribués, parce que leurs intérêts ont changé et qu'ils ne peuvent plus se servir du résultat éventuel, qu'ils auraient évidemment publié comme étant le résultat de **leurs** recherches. Ils ne se soucient pas le moins du monde du fait que leurs étudiants ont consacré des mois, voire des années, à ces travaux.

Lorsque des professeurs de mathématique ou de physique agissent ainsi, alors on peut dire : ce n'est ni éthique ni correct et, en plus, c'est un exemple lamentable, mais où est le préjudice pour la physique quantique si le professeur X n'est pas un exemple pour ses étudiants ?

Mais lorsque des professeurs de médecine, de psychologie, de pédagogie ou des sciences économiques agissent de la sorte, alors la situation est dramatique car ici on montre et on enseigne un comportement qui, dans la pratique, aura un effet épouvantable.

Si certains professeurs montrent si peu de respect pour le temps de leurs étudiants et pour la vie de nombreux animaux d'expérience, est-ce étonnant que les étudiants se rebellent et pensent avoir le droit de descendre dans la rue et, s'ils le trouvent opportun, de tout casser ?

Tout ceci doit changer – et cela changera. **Une médecine, une psychologie, une pédagogie et une économie sans spiritualité, sans amour, sans respect et sans attention, sans idéaux solides et sans valeurs ne correspondent pas aux besoins du monde actuel.**

**Et des enseignants sans cœur sont en réalité aussi des enseignants sans intelligence.** Car il est tout à fait incompréhensible qu'ils transmettent à leurs élèves et étudiants toutes ces connaissances avec lesquelles, dans la pratique, ceux-ci se trouveront un jour ou l'autre tout à fait seuls. A quoi sert à un étudiant en médecine d'être gratifié d'un tas de connaissances spécialisées, alors que l'empathie, la sollicitude, la compassion ne sont même pas abordées ?

A quoi sert à un étudiant en psychologie de faire, semestre après semestre, une statistique après l'autre, alors qu'il n'apprend aucune méthode thérapeutique à fond ?

Un étudiant en pédagogie, que peut-il apprendre de sensé si son professeur le rabaisse ?

Comment l'économie pourrait-elle prospérer si l'éthique fait défaut et qu'on n'en parle même pas ?

**Tant que les écoles, les centres de formations et les universités ne sont pas des lieux d'éthique, de respect, de tolérance, de sollicitude et de responsabilité, il n'y aura pas de paix dans le monde. Les enseignants et les professeurs doivent réfléchir pour savoir ce qui est vraiment nécessaire à leurs étudiants afin de leur donner une formation théorique et pratique fondée, solide et complète. Les enseignants aussi bien que les étudiants doivent avoir du courage pour l'éthique, pour l'amour et pour la spiritualité. Les écoles et les universités doivent de nouveau devenir des lieux de la *scholé* : de la sagesse, de la bravoure, de la réflexion, de la justice et de l'attention (comme l'appelait Bouddha).**

**En outre, ces vertus doivent être liées aux vertus cardinales qui sont amour, vérité, droiture, paix et non-violence.**

**C'est alors que naît la paix, c'est alors que naît le bonheur, c'est alors que naît une grande sagesse dans le monde.**

Heureusement pour l'humanité, pour les animaux, pour les plantes et pour l'environnement, il y a déjà des professeurs, des docteurs et des tuteurs qui vivent, agissent et enseignent selon ces principes.

Ils sont une lumière pour le monde.

## DANS LA PRATIQUE

Si j'intitule la partie qui suit « dans la pratique », d'aucuns pourraient croire que les classements précédents étaient purement théoriques.

Ce n'est pas du tout ce que je veux dire ! De toute façon, je suis d'avis qu'on ne devrait pas séparer la pratique et la théorie de façon catégorique – déjà rien qu'à cause de l'idée d'unité entre les pensées, les paroles et les actes. Freud était d'avis que la pensée était un entraînement à l'action, c'est ainsi que la pensée juste devrait automatiquement aboutir aux paroles justes et à l'action juste.

Il se peut que certains parents cherchent des réponses à des questions telles que vêtements, contact physique, thérapie. C'est pourquoi j'aborde ces points ici.

### **Des conceptions et des décisions claires *avant* la grossesse**

Je ne peux pas le souligner suffisamment : les êtres humains se créent la plupart des problèmes par le fait qu'ils ne se posent absolument aucune question au sujet de leur façon d'aborder quelqu'un ou quelque chose, ni pour savoir s'ils se sont décidés ou non pour quelqu'un ou quelque chose.

Le livre *Sai Baba parle du monde et de Dieu* est plein de suggestions en ce qui concerne la décision, l'éducation des enfants ou les vêtements. Peut-être aimerais-tu y jeter un coup d'œil, je t'assure que tu y découvriras du nouveau à chaque lecture.

L'histoire *Isaak ou le bon moment* énumère précisément tout ce que tu devrais prendre en considération **avant** de t'engager dans une relation. L'as-tu lu ? L'as-tu mis en pratique ? L'as-tu conseillé à d'autres parce que tu trouvais important ce qui y était mentionné, mais que cela n'entraînait plus en ligne de compte pour toi vu que tu avais déjà une relation stable ou que tu étais déjà marié ? Qu'est-ce que je veux dire par là ? **Observe la règle des 72 heures : ce que tu ne mets pas en pratique dans les 72 heures, dans la plupart des cas, tu ne le mettras pas non plus en pratique plus tard. Prends donc la décision, en cas de chose nouvelle, de la commencer tout de suite. N'attends pas jusqu'à demain. Vu à partir d'hier, demain est aujourd'hui !!**

Les décisions sont si importantes parce qu'une relation « superficielle » peut vite se transformer en une famille « à prendre très au sérieux ». Dans le livre précité, p. 213, est relatée l'histoire d'une femme qui avait eu plusieurs relations qui ont échoué. Elle était triste et elle rencontra un homme qu'elle n'aimait pas beaucoup, mais qui savait bien la consoler. Cet homme la mit enceinte. Cette réalité la désespéra tout d'abord, car maintenant elle devait se décider pour un homme auquel elle n'avait jamais réellement dit « Oui ». Cette femme se résigna et accepta son « destin », comme elle disait. Ensuite – et cela n'est pas mentionné dans cette histoire – elle s'arrangea de la situation et a su trouver un chemin vers sa fille. Pendant longtemps, ce ne fut qu'un chemin et non un contact bon et profond. Et la relation avec son mari n'a jamais été sans tensions, sans problèmes, sans l'éternelle question : « Cet homme, est-il le bon pour moi ? »

Cette question peut t'user à la longue. Crois-moi qui connais des milliards de destins : ne fais pas confiance à l'idéologie du *kaliyuga* : *que faire des essais serait le but de la vie*. Cette idée est complètement folle, ou bien aimerais-tu subir la torture dans une prison d'Amérique du Sud ou une exécution publique en Chine ?

Aujourd'hui, des millions de gens essaient tout ce qui est imaginable. Merveilleux ! Mais combien échouent en faisant cela ? Et à cause de ces essais, combien d'enfants perdent leurs

parents et leur foyer ? Combien d'enfants n'ont jamais le sentiment d'avoir été vraiment désirés, d'être aimés du fond du cœur ?

**L'estime de soi est un des présents les plus importants de l'être humain et, en plus, un des trésors qu'il emporte de sa maison parentale dès son enfance.** Par conséquent, les parents ne devraient-ils pas tout faire pour donner à leurs enfants autant d'estime de soi que possible ?

**Pour cela, le premier pas à faire est de se décider l'un pour l'autre *avant* la grossesse et après clairement pour un enfant.**

Lorsque les parents se décident dès le début pour leur enfant, leur contact est tout différent. Ce n'est pas un hasard qu'un enfant désiré par sa mère soit mieux nourri dans le ventre de la mère qu'un enfant non désiré. En plus, durant toute sa vie, le corps de l'être humain révèle si ce dernier a été désiré ou non (cf. par rapport à la structure schizoïde, Stephan von Stepiski, *Theorie und Technik der analytischen Körpertherapie*).<sup>62</sup>

En m'appuyant sur l'excellent livre de Jane Nelsen, *Positive Discipline*<sup>63</sup>, je dis que **les enfants ont besoin qu'on se décide clairement pour eux – et cela dès le début – car cela aussi est une forme d'ordre !**

## **Une orientation positive pendant la grossesse**

La décision claire pour l'enfant fait que les parents, déjà pendant la grossesse, parlent avec lui, lui chantent des chansons, lui lisent des textes sacrés. Ceci est pour l'enfant, aussi bien avant qu'après sa naissance, aussi important que le lait maternel, ce qu'aujourd'hui, les scientifiques savent également (cf. Martin Dornes, *Der kompetente Säugling*<sup>64</sup>).

Etablis donc le contact avec ton enfant, choisis son prénom le plus tôt possible. Pendant la grossesse, de nombreuses mères voient en rêve exactement comment sera leur enfant, quel sera son sexe et quel prénom lui convient. Parle avec ton enfant, il est beaucoup plus compétent que tu ne penses !

En plus, ta voix est de la plus grande importance pour ton enfant (cf. concernant la signification de la voix de la mère pour l'enfant à naître et pour le bébé, Alfred Tomatis, *La nuit utérine*.)

Et facilite-toi la vie : si, après la naissance, tu devais constater que le prénom ne convient pas à 100%, alors utilise-le comme deuxième ou troisième prénom. Et si vous vous êtes trompés et que ce n'est pas une fille, mais un garçon – ou l'inverse – et que le prénom choisi n'est pas trop saugrenu, alors vous pouvez également l'utiliser comme deuxième prénom : Michaëla devient Michael, Alexandra devient Alexandre et Peter devient Petra.

Evidemment, cela ne fonctionne pas toujours. Mais si tu veux que cela fonctionne, alors tu trouveras une solution adéquate.

**Ce qui est important, ce ne sont pas les prénoms, ce n'est pas non plus le sexe, c'est le contact qui est décisif.**

Pour **Fernando**, c'était le cas. Lui et sa femme étaient très heureux de l'enfant qui grandissait maintenant depuis quelques semaines. Tous disaient que ce serait sûrement une fille. Cela aussi le rendait très heureux, car il s'était totalement décidé pour cet enfant et il sentait déjà un bon contact avec lui.

---

<sup>62</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Théorie et technique de la thérapie corporelle analytique.

<sup>63</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Discipline positive.

<sup>64</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le nourrisson compétent.

Une nuit, Juanita rêva très clairement de son enfant. C'était un très beau rêve, un rêve qui comblait Juanita. L'enfant lui apparut en rêve et lui dit : « Je ne suis pas une fille, je suis un garçon et j'apporterai beaucoup de joie ! » Le lendemain de ce rêve, le contact de Juanita avec son enfant était encore plus étroit, encore plus cordial. En plus, maintenant elle savait très précisément qu'ils n'auraient pas une fille, mais un fils. De cela aussi, ils étaient très heureux. Pour Fernando, qui s'était déjà tellement adapté et réjoui à l'idée d'une fille, cela signifiait une réadaptation.

Bientôt, Juanita et lui trouvèrent un prénom et chaque fois qu'ils parlaient avec leur enfant, ils l'appelaient par son prénom, ce qui, dès le début, leur permettait un contact cordial avec leur fils. Un contact qui, après la naissance, s'intensifia encore davantage de jour en jour.

## La place des frères et sœurs

Les constellations familiales nous ont montré que chaque membre a **sa** place au sein de la famille. S'il ne l'a pas, cela peut entraîner des conflits qui peuvent aller très loin.

Beaucoup de parents ne savent pas grand-chose de ces lois, ce qui n'est pas encore grave. Mais cela pose des problèmes lorsqu'ils se comportent comme s'ils savaient pertinemment ce qui est juste et ce qui ne l'est pas, ce qui est le mieux pour eux et pour leurs enfants, alors qu'en réalité ils sont plutôt ignorants.

**Je dis : l'ignorance avouée de tout cœur protège de la punition.** Lorsque les parents avouent leurs erreurs, leurs incertitudes ou leur ignorance à leurs enfants, alors les enfants élevés avec amour savent très bien l'accepter. Surtout si les parents s'excusent de leurs erreurs. Mais les problèmes surviennent lorsque les parents affirment connaître ou savoir faire quelque chose, alors que leurs enfants sentent ou découvrent que ce n'est pas le cas et – pire encore ! – lorsque les parents nient l'évidence.

Comment dit-on si bien ? La justice élève un peuple. Un peuple sans justice périt !

En ce qui concerne la place des frères et sœurs, il y a deux problèmes principaux que je traiterais ici. A ceux qui veulent en savoir plus sur les constellations familiales, leur déroulement et leurs conséquences, je conseillerais de lire *Sai Baba parle de la psychothérapie*.

**Venons-en maintenant aux deux problèmes principaux.** Le premier consiste dans le fait que souvent la fille est la préférée du père et le fils le préféré de la mère. Cette répartition de l'affection est extrêmement destructrice car elle engendre des « princes » et des « princesses ». Qu'est-ce que cela veut dire ? Les princes et les princesses sont-ils si difficiles ? Les vrais peut-être pas, mais ce sont les faux qui posent problèmes. Le garçon qui est le préféré de la mère et la fille qui est la préférée du père ont de grandes difficultés à établir une bonne relation de couple. « Pourquoi »?, demandes-tu avec raison. Parce qu'on les met dans une position qui n'est pas la leur. En effet, le préféré de la mère devrait être son mari et la préférée du père devrait être sa femme. Les enfants n'ont absolument rien à y faire car cette position de « préféré(e) » crée des sentiments négatifs destructeurs tels que jalousie, séduction ou abus et les nombreuses blessures qui en résultent.

**Il y a en outre encore une chose très importante :** les enfants qui sont mis à la place d'un parent n'obtiennent en réalité pas une place particulière, on leur joue plutôt un mauvais tour car ou bien on exige trop d'eux ou bien on les abuse – ou bien, malheureusement, les deux.

Ceci nous amène au deuxième point mentionné plus haut : Les enfants ont besoin de **leur** place. C'est-à-dire les filles, en fonction de leur âge, à côté de la mère – donc l'aînée juste à côté d'elle et la plus jeune le plus loin –, les fils à côté du père dans le même ordre.

Cela permet de respecter deux lois : **les enfants ont une place claire, dans l'ordre de leur naissance, à côté du parent du même sexe.**



Le non-respect de cet ordre crée des problèmes. Par exemple, si le fils aîné se trouve à la place du plus jeune et celui-ci à la place de l'aîné à côté du père, cela peut avoir des conséquences graves.

**Il y a un ordre divin que tu dois respecter si tu veux que ta vie soit une bénédiction.** Si tu ne le respectes pas, tu dois t'attendre à des difficultés qui peuvent être considérables et faire que ta famille vive perpétuellement dans la discorde, dans l'insatisfaction, dans la souffrance.

Par exemple, il se peut que le fils aîné souffre d'énurésie uniquement parce que son frère plus jeune a pris sa place juste à côté du père – et que la mère encourage ce fait.

Il se peut également qu'une fille soit constamment agressive, n'ait pas de bons résultats scolaires et ait des problèmes avec ses camarades de classe parce qu'une sœur, ou même un frère, l'a évincée de sa première place à côté de la mère.

## Les enfants adoptés

La place des frères et sœurs peut devenir particulièrement difficile lorsqu'un enfant adoptif arrive dans la famille. Lorsque, par exemple, la famille accueille d'abord l'enfant adopté et qu'ensuite arrivent des enfants biologiques, se pose la question de savoir quelle est la place de l'enfant adoptif.

Par exemple, où se situe la fille adoptive si après elle naît une fille ? La fille adoptive était bien la première dans la famille, mais la propre fille a la priorité parce qu'elle est la fille biologique de ces parents-là.

Dans de nombreuses familles, on arrive à trouver une solution même dans cette situation particulièrement difficile. Dans d'autres, par contre où, par exemple, il y a en plus des problèmes entre les parents, cela peut parfois être très difficile. Par contre, le rang des frères et sœurs peut être facilement clarifié lorsque l'enfant adopté est de sexe différent ou vient plus tard.

Pourquoi est-ce que je dis cela ? Parce que se pose souvent la question : enfants adoptifs – oui ou non ?

Je trouve que la question est mal formulée. Elle devrait être : dans quelle famille arrive cet enfant ? Et si cette famille n'a pas (encore !) d'enfants, comment est la relation entre les parents ?

Je trouve difficile de rejeter catégoriquement l'adoption car l'accueil affectueux d'un enfant dans une famille peut représenter la planche de salut ou la guérison. Et de nombreux parents d'enfants adoptifs accomplissent des choses magnifiques et font énormément de bien aux enfants.

Mais tout dans la vie ne représente un message clair que si le contexte, si les motifs conscients et inconscients apparaissent clairement. Tant que cela n'est pas le cas, quelque chose peut sembler bon alors que c'est négatif pour tous – ou bien l'inverse.

C'est pourquoi il est important, **avant** une décision, de se poser autant de questions que possible et d'y répondre. Plus le nombre de questions qui ont été clarifiées dans la phase préparatoire est grand, moins les surprises désagréables sont nombreuses après.

C'est ainsi que les enfants adoptés ont du mal dès leur origine – et cela dans le vrai sens du terme. Car leur famille d'origine était tellement difficile, ou même tout à fait inexistante, qu'on a dû leur trouver un nouveau chez-soi. La vie de ces enfants commence déjà avec un des plus grands rejets : peut-être que leurs parents biologiques les ont tellement malmenés, les ont tellement maltraités que les autorités ont dû les retirer de leur milieu familial, ou bien leurs parents les ont abandonnés à la naissance. Ils communiquent ainsi à leurs enfants que ceux-ci n'ont pas une grande valeur pour eux.

Cela représente une profonde blessure qui n'est pas facile à guérir. Et c'est une des raisons qui fait que beaucoup d'enfants adoptifs veulent absolument retrouver leurs parents biologiques : ils espèrent ainsi trouver la guérison de cette blessure qui fait si mal et ils désirent ardemment que leurs parents biologiques leur disent – enfin ! – que malgré tout ils les aiment beaucoup. Dans la plupart des cas, cela n'arrive pas – ce qui aggrave parfois encore la blessure. Mais parfois cela sert de stimulant pour enfin entreprendre quelque chose pour guérir cette ancienne blessure.

Enfants adoptifs – oui ou non ? Ni l'un, ni l'autre. De même qu'on ne peut pas donner une réponse générale à la question : *sauter par la fenêtre – oui ou non ?* Car il faut d'abord savoir qui saute, de quelle hauteur il saute, où et pourquoi il saute. Une fois, c'est un saut de joie de la fenêtre du rez-de-chaussée en évaluant clairement que ce n'est pas une hauteur importante. Une autre fois, parce que la maison est en feu, c'est un saut du troisième étage dans un drap tendu par les pompiers. Une autre fois encore, par manque d'appréciation, c'est un saut du premier étage sur un sac de paille qui s'y trouvait par hasard, ce qui a fait que tout s'est bien terminé. Mais il y a encore toutes les autres variantes où l'erreur d'appréciation est telle que cela se termine mal.

C'est pourquoi le plus grand cadeau que tu peux obtenir dans cette vie-ci est la **connaissance de toi-même**. Elle seule te garantit l'appréciation juste de toi-même et des situations dans lesquelles tu te trouves. Si tu ne te connais pas, si tu ne sais pas ce qui va t'arriver, alors tu ne sais ni comment tu dois y réagir, ni comment tu réagiras.

**Connais-toi toi-même, reconnais le Divin en toi, sois flexible dans la vie, alors tu seras la plus grande joie pour toi-même, pour ton partenaire, pour tes enfants et pour le monde entier.**

## **L'accouchement sans violence**

Le mérite revient à Frédérick Leboyer qui, très tôt et très intensément, s'est intéressé à la possibilité d'un accouchement sans violence. Il a aidé de nombreuses femmes et enfants à vivre l'accouchement comme un évènement heureux et beau et non comme un traumatisme effrayant.

Aujourd'hui, les recherches et la pratique s'orientent de plus en plus dans cette direction.

Une fois de plus, ce sont tes buts et tes attentes en tant que future mère ou futur père qui sont importants : désires-tu réellement, c'est-à-dire dans ton inconscient, un accouchement sans violence ? Après tout, peux-tu t'imaginer cela ? Ou bien es-tu « encore tellement sous le choc » de ta propre naissance que tu ne peux absolument pas t'imaginer un évènement positif ?

Les évènements sont en partie enregistrés dans la musculature striée, donc dans la musculature volontaire. La musculature lisse, involontaire, apporte une contribution considérable dans le processus de l'accouchement. Si, à cause du traumatisme de sa propre naissance, la musculature striée de la femme travaille contre la musculature lisse, alors surgissent inévitablement des tensions et des douleurs parce que le processus de l'accouchement ne se déroule pas précisément comme prévu.

C'est pourquoi les femmes devraient clarifier le vécu de leur propre naissance, par exemple, par l'**acupuncture**, le rebirth et/ou le rolfing. Le rolfing est une forme très intensive de massage qui dénoue les tensions les plus profondes (cf. Stephan von Stepski, *Theorie und Technik*<sup>65</sup>).

---

<sup>65</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Théorie et technique de la thérapie corporelle analytique.

Les femmes qui, avant l'accouchement, résolvent leur traumatisme et qui développent des images positives concernant la naissance de leurs enfants ont souvent un accouchement plus facile que les femmes qui ne résolvent pas ce traumatisme.

Pense toujours au pouvoir de tes pensées : **tu deviens ce que tu penses**. Si tu penses que ton accouchement sera difficile, alors tu accoucheras avec difficulté. Par contre, si tu penses que ton accouchement sera facile alors, avec une grande probabilité, ton enfant naîtra facilement car tu feras également des choses décisives dans ce sens !

Car les pensées positives s'accompagnent aussi d'une **bonne planification**. Choisis avec soin ton accoucheuse, de même que la maternité ou la clinique. Ne laisse rien au hasard, il pourrait s'avérer être une mauvaise surprise ! Planifie pour toi, planifie pour ton enfant, planifie pour ta famille, alors – quel hasard !! – beaucoup de choses positives te surprendront.

## **Beaucoup de contact corporel**

Beaucoup de femmes ont un bon accouchement et un enfant en bonne santé mais du fait que, dès le départ, elles lui donnent trop peu de contact corporel, l'enfant ne se développe pas et de loin aussi bien qu'il pourrait le faire avec plus de contact corporel.

Tu ne dois pas oublier que, dans le ventre de sa mère, le bébé vit un contact très étroit avec son corps et avec celui de sa mère. Là, il est à l'étroit, au chaud et en sécurité, il entend certains bruits familiers (cf. H. Murooka, *Sleep Gently In The Womb*)<sup>66</sup> et en plus il est parfaitement nourri.

Subitement, après la naissance, tout est différent : la lumière est différente, les bruits et la nourriture le sont également. Les petites jambes et les petits bras bougent dans tous les sens – mais ne trouvent pas de point d'appui, pas de contact. Le contact physique n'est plus, et de loin, aussi intense qu'avant la naissance – ni par rapport à lui-même, ni par rapport à la mère. De surcroît, les variations de température sont énormes et en plus, pour la première fois, l'enfant a faim.

Si, pendant les premières semaines après la naissance, tu enveloppes le ventre et les jambes de ton bébé dans un lange au lieu de lui mettre une grenouillère, tu lui donnes la possibilité d'avoir un contact physique avec ses petites jambes, c'est-à-dire de se sentir et de vivre la limitation habituelle (cf. Maria de Wit, *Kinderkleidung*,<sup>67</sup>). Maintenant le bébé a évidemment besoin d'énormément de contact corporel. **Au fond, un bébé a besoin de deux choses : de lait et de contact corporel ! Pas de réglementation et pas de séparation.**

C'est pour cela qu'il est très important de porter le bébé car : **le contact corporel, le mouvement, la voix et l'amour de la mère donnent à l'enfant une sûreté et une sécurité qui, en tant que sentiment de base, l'accompagneront toute sa vie et représentent donc un des cadeaux les plus précieux.** Pense à ce que j'ai dit plus haut : **la confiance que ton enfant peut développer vis-à-vis de toi est la base de sa confiance en lui. Et cette confiance en soi est la base de son bonheur et de son succès.**

Concernant le contact corporel, tu dois t'imaginer ceci : ton enfant est un petit singe prématuré. A la naissance, les bébés singes sont de loin supérieurs aux bébés humains. Ce n'est qu'à trois ans que les enfants humains dépassent leurs cousins animaux et cela avec une rapidité toujours croissante.

---

<sup>66</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Doux sommeil dans le ventre de la mère.

<sup>67</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Les vêtements pour enfants.

Mais à la naissance, ce n'est pas le cas. C'est pourquoi les bébés humains sont si désarmés. Ils n'ont donc **pas besoin d'un landau, mais de contact corporel**. Les enfants qui grandissent en ayant beaucoup de contact corporel, se développent plus vite et mieux que les pauvres enfants qui sont dans leur landau et qui en plus, la nuit, doivent dormir seuls et de surcroît dans une chambre séparée.

Les petits singes sont toujours accrochés au ventre de la mère. John Bowlby, dans son livre *Attachment*, attachement, (cf. également ses deux autres livres : *Separation*, La séparation, et *Loss*, La perte) montre avec insistance à quel point les singes vont mal et combien leur développement est névrosé lorsqu'ils grandissent sans le contact étroit avec la mère.

**Les enfants ont besoin de contact corporel, de contact corporel et encore de contact corporel** – et plus ils sont petits, plus ils en ont besoin.

Les écharpes porte-bébés, qu'on peut actuellement obtenir partout en Allemagne, sont un moyen idéal pour cela.

Mais réfléchis à ceci : une Brahmine qui vient de donner naissance à son enfant, ne quitte pas la chambre pendant la première semaine après l'accouchement et elle ne quitte la maison qu'après quatre à six semaines, afin de ne pas exposer son enfant tout à coup aux nombreuses impressions étrangères mais de l'habituer plutôt pas à pas aux nouvelles impressions.

Peu après la naissance, de nombreuses mères emportent leur enfant partout – même aux réceptions, aux concerts, voire dans les discothèques ! Les nombreuses stimulations surmènent totalement le nourrisson et peuvent avoir des conséquences catastrophiques pour son système nerveux.

Si tu ne peux pas éviter de sortir avec ton enfant, alors protège-le autant que possible des contacts trop nombreux du monde extérieur. Il est très mauvais de porter un enfant dans l'écharpe porte-bébé, le dos vers la mère et le visage vers le monde extérieur car, dans ce cas, il est livré à la merci du monde extérieur et les nombreuses impressions lui nuiront.

Il est tout aussi important que tu ne portes pas trop tôt ton enfant en position assise, car cela surmène son dos. Dans les premiers mois, la position horizontale est de loin la meilleure (cf. Evelin Kirkilionis, *Ein Baby will getragen sein*)<sup>68</sup>. Porte donc ton enfant très près de ton corps et permets-lui d'avoir autant de contact physique que possible.

A ce propos, lis également le merveilleux livre de Jean Liedloff, *Le concept du continuum. A la recherche du bonheur perdu*, qui décrit clairement quel effet bienfaisant représente le fait de porter les enfants près du corps.

Mais lorsque l'auteur écrit que les enfants qu'on laisse grandir librement reconnaissent toujours le danger, cela est valable pour les dangers collectifs tels qu'on les rencontre dans la forêt vierge et qui sont clairement perceptibles comme, par exemple, un fleuve impétueux. Pour les très nombreux dangers du monde moderne et des ménages actuels, les enfants ne savent pas diriger leurs antennes avec la précision nécessaire, c'est pourquoi ils ne sont pas et de loin aussi protégés que les enfants de la forêt vierge.

Dans le livre *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, on trouve une histoire au titre de *Deux femmes ou les enfants ont besoin d'amour* (p.135 et suiv.). Là, je décris non seulement combien le contact corporel est important, mais également que les enfants ne doivent pas être allaités selon un horaire rigide. Je dis en plus qu'il est **particulièrement grave de laisser tout simplement pleurer les enfants**, comme le conseillent encore actuellement certains médecins, certaines accoucheuses ou certains naturopathes<sup>69</sup> ignorants ! **Ne fais jamais cela parce que, avec une certitude absolue, tu le regretteras un jour car ton enfant en gardera des séquelles durables.**

---

<sup>68</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Un enfant aime être porté.

<sup>69</sup> Ndt : 'Heilpraktiker' : terme utilisé en Allemagne pour désigner un naturopathe non médecin, mais reconnu par l'Etat.

## La laine, la soie, le coton

Tout comme on ne peut guère surévaluer l'importance de satisfaire avec amour les besoins de proximité, de nourriture et de consolation qu'ont les enfants, de même doit-on choisir avec soin les vêtements du bébé. En effet, le petit corps, faute de masse, ne peut que très difficilement compenser les variations de température et, vu que la surface du corps des bébés est trop grande par rapport à leur intérieur, ils se refroidissent très vite (Sai Baba parle du monde et de Dieu, p. 137).

Pense aussi au fait que la tête d'un nourrisson représente 18% de la superficie de son corps – chez l'adulte, elle ne représente que 9% ! Pense donc à lui mettre un bonnet, car les enfants refroidissent très vite par la tête.

Le bébé ressent la température constante comme une protection et comme une sécurité, vu qu'il la connaît de sa période prénatale.

La laine, la soie ou le mélange particulièrement bon de laine et de soie sont donc idéals pour les vêtements. S'il fait très chaud, les enfants en bas âge peuvent également porter un mélange de coton et de soie. Celui-ci est frais, mais évite quand même le refroidissement du bébé.

Par contre, les tissus en pur coton refroidissent le corps. Pas étonnant que de nos jours, où être « cool » est à la mode, on porte tant de coton. Mais le problème, c'est qu'un corps qui se refroidit sans cesse se contracte à la longue. Tu peux très bien observer cela chez les bébés – mais aussi chez les adultes. S'ils ont froid, ils s'immobilisent davantage, ce qui entraîne des blocages.

Il en va du froid intérieur comme du froid extérieur. Si les enfants n'ont pas assez de contact corporel, ils se figent *intérieurement*. Si un enfant se sent seul, il pleure. Si, malgré ses pleurs, il n'obtient pas de contact parce que la mère est rigide et ne le prend pas dans ses bras ou ne vient même pas, alors l'enfant se fige. C'est ainsi que se prépare la voie de la maladie psychique et donc également physique (Sai Baba parle du monde et de Dieu, p.137/138).

Gottfried Keller a écrit le roman *L'habit fait le moine*<sup>70</sup>. Son titre est valable à de nombreux niveaux : tout d'abord, les gens t'abordent différemment selon que tu te présentes en costume sombre ou en chemise et pull-over, voire en jean déchiré. Ensuite, les vêtements que tu portes, de même que les couleurs et ton maintien, expriment clairement ton état psychique.

Mais les « habits font les gens » aussi dans la mesure où les vêtements que te met ta mère ont une influence non négligeable sur ton développement physique, sur la flexibilité de ton corps et sur ta santé en général.

## L'alimentation

L'alimentation est naturellement tout aussi importante ! (Comme le mot *naturel* convient bien ici !). La plupart des gens se nourrissent mal – et de manière non naturelle ! Ils mangent trop de graisses et trop de protéines. En plus, d'une manière générale, ils mangent trop.

Ta façon de manger et ta nourriture montrent aussi clairement à quel niveau d'évolution psychique tu te trouves et quels sont tes problèmes psychologiques.

Celui qui n'a pas été allaité suffisamment longtemps peut avoir des problèmes pour manger lentement, pour manger ce qui lui convient et ceci dans la bonne mesure. Mais que veut dire « allaité suffisamment longtemps » ? Ici, nous revenons à nouveau au thème principal de ce livre : il ne s'agit pas de donner quelques bons tuyaux pour l'éducation, mais il s'agit de

---

<sup>70</sup> Ndt : Le titre allemand est 'Kleider machen Leute' dont la traduction textuelle est « Les habits font les gens ».

l'attitude générale. A quoi bon pour un enfant que la mère l'allaite pendant un an et demi alors qu'elle le néglige à bien des niveaux ?

Si la mère laisse pleurer l'enfant, cela montre clairement qu'elle-même n'a pas travaillé à ses propres problèmes d'abandon ou de trahison. Si elle n'a pas assez de lait – à cause de blocages intérieurs ou pour des raisons de santé –, elle doit forcément recourir au biberon car elle ne peut pas laisser son enfant mourir de faim simplement parce qu'il devrait absolument être allaité. **Les règles rigides sont donc du poison pour toute éducation – tout comme peut l'être une trop grande flexibilité !**

Si elles n'ont pas de trop grands problèmes non résolus de leur enfance, les mères décident très précisément et très justement du moment où elles devraient cesser l'allaitement. Et les enfants traités avec amour le font également comprendre. En plus, ils peuvent très bien accepter que la mère désire arrêter l'allaitement pour des raisons de santé par exemple. En effet, il s'agit du bon contact entre la mère et l'enfant. Lorsque ce contact existe, il peut en découler énormément de bonnes choses. Lorsque ce contact manque, tout peut aller de travers.

Lorsque la mère, pour quelque raison que ce soit, n'est pas en mesure d'allaiter, elle peut nettement améliorer l'alimentation par biberon. Par exemple, elle peut veiller à ce que l'ouverture de la tétine ne soit pas trop grande, ce qui permet de satisfaire le réflexe de succion de son bébé. Pendant que son enfant boit, elle peut lui donner beaucoup de contact corporel ou même physique, de sorte que son enfant obtienne le même contact corporel en buvant au biberon qu'il aurait eu pendant la tétée.

La concentration avec laquelle la mère donne le biberon à son enfant est – comme pour toute chose ! – d'une grande importance. Durant ce temps, elle devrait être présente à 100% pour son enfant et ne se laisser ni distraire ni déranger par quoi que ce soit. Le lait de jument est un excellent complément au lait pour bébés, et plus tard au lait de vache, car il renforce le système immunitaire de façon merveilleuse.

**On ne doit en aucun cas donner des boissons sucrées aux enfants** car elles détruisent aussi bien les dents que le système immunitaire.

Attention également en ce qui concerne les aliments tout faits car la conservation et la stérilisation se font souvent au détriment des substances vitales.

Il est tout aussi important que la mère n'essaye pas de déshabituer prématurément son enfant de boire le biberon. Et c'est précisément lorsqu'il n'a pas été allaité qu'il est possible que l'enfant ait un manque à combler.

Certains conseillers insensés pensent qu'un enfant qui boit trop longtemps au biberon deviendra alcoolique à l'âge adulte. Quelle affirmation aberrante ! Si tant est qu'il y ait un rapport, alors c'est précisément le contraire : si on supprime le biberon trop tôt à l'enfant, il est possible que s'installe une « blessure orale » qui demande à être satisfaite une vie durant. Et c'est justement cette « blessure orale » qui est, par exemple, une raison de l'alcoolisme !

Accorde donc à ton enfant **son temps** – dans la plupart des cas, les enfants connaissent beaucoup mieux leurs besoins que les adultes !

### **Ce que tu ne devrais pas manger**

Parmi les produits que tu ne devrais pas manger, parce qu'ils te nuisent à la longue, se trouvent : le sucre qui a déjà été mentionné plus haut, vu qu'il t'affaiblit beaucoup ; de même que la farine blanche, vu qu'elle ne fait que te rassasier mais ne te donne pas les substances

vitales (cf. aussi le merveilleux livre de Max Otto Bruker *Unsere Nahrung – unser Schicksal*,<sup>71</sup> que tu devrais absolument lire).

Concernant le **sucre**, le Dr. Bruker écrit : « *A côté d'autres aliments modifiés industriellement, le sucre industriel joue non seulement un rôle déterminant dans le développement des troubles dus au mode d'alimentation mais, dans une large mesure, il est également responsable du fait que les maladies une fois déclarées, soient incurables, ceci en empêchant de mettre en place le mode d'alimentation qui serait absolument nécessaire pour un traitement efficace. Le sucre industriel engendre ainsi un cercle vicieux incurable d'où le malade ne sait plus se sortir.* »

De son côté, non seulement la **farine blanche** n'a **aucune valeur nutritive** mais elle nous enlève la possibilité d'absorber, via les **céréales complètes**, suffisamment de substances vitales et de vitamine B. La farine blanche est donc une des causes importantes de maladies.

Le Dr. Bruker le formule bien lorsqu'il écrit : « *Les rats qui sont nourris uniquement avec de la farine blanche meurent après quelques semaines, alors que les rats nourris avec de la farine complète restent en bonne santé. Il n'y a pas de meilleur test pour prouver l'infériorité biologique des farines blanches.* »

Tu devrais absolument éviter le **sel raffiné**, c'est-à-dire le chlorure de sodium. Lorsqu'on « purifie chimiquement » le sel naturel pour en faire du sel de cuisine commercial, on le « réduit à la combinaison de chlorure de sodium ». Cela fait de « l'or blanc », c'est-à-dire du sel naturel, du « poison blanc » (Dr. méd. Barbara Hendel & Peter Ferreira, *Wasser & Salz*<sup>72</sup>), donc du chlorure de sodium.

Dès que l'enfant peut prendre de la nourriture solide, se pose la question du poisson et de la viande.

Je dis : pas de viande. Attention quant au poisson !

Tu ne devrais manger de la viande qu'en cas de nécessité, réellement uniquement en tant que remède. Cela, tu le peux, car les êtres plus évolués doivent se maintenir aux dépens des êtres moins évolués. Si, par exemple, pour ta guérison le médecin te prescrit de manger de la viande et que tu ne le fais pas parce que tu es végétarien et que tu meurs, alors tu t'es rendu coupable. Mais si tu ne manges pas de viande et que tu trouves une autre solution pour guérir, alors tant mieux.

Le **poisson** est également un animal et ne devrait donc pas être mangé. En outre, à cause de la brutalité et de l'insensibilité des humains du *kaliyuga*, la plupart des eaux sont, en partie, dangereusement polluées. Les poissons qui ont pour tâche de garder les eaux propres – qu'on pense aux anciens Romains qui gardaient toujours des truites dans leurs citernes d'eau afin de les maintenir propres ! –, sont totalement contaminés par les produits chimiques qui s'y trouvent.

Il en est de même pour les saumons d'élevage, soi-disant si bon pour la santé. Regarde comment se fait cet élevage ! Des milliers de saumons végètent dans un espace extrêmement restreint et sont nourris avec une « alimentation concentrée » qui devrait t'alarmer car elle contient une quantité innombrable de substances chimiques qui peuvent considérablement nuire à toi et surtout à ton enfant. Pour un kilo de saumon, on doit utiliser cinq à six kilos d'autres sortes de poissons moins chères. Peux-tu t'imaginer combien de métaux lourds, de pesticides et d'autres substances extrêmement dangereuses on te sert en même temps que ce saumon ?

---

<sup>71</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Notre alimentation – notre destin.

<sup>72</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'eau et le sel.

Le saumon, tout comme les autres poissons, n'est pas sans danger car il est en partie rempli de parasites, vu que sa vitalité est très affaiblie à cause des mauvaises conditions de l'environnement.

En outre, est-il juste et bon pour les êtres humains, les animaux et les plantes, qu'actuellement on vide littéralement les mers au moyen de filets de pêche énormes ?

Et la **viande** ? Trouves-tu juste que, par exemple une vache qui, grâce à son lait, maintient la vie de ton enfant, soit abattue en guise de remerciement ? Ou égorgée ? Que fais-tu pour éviter cela ? Se peut-il que l'augmentation de tes impôts t'énerve plus que ce qu'on fait subir aux bovins, aux porcs, aux moutons, aux chèvres, aux oies, aux dindons, aux canards, aux poules ? Sais-tu que, rien qu'en Allemagne, 100000 animaux sont abattus chaque jour ?

Et que dis-tu du fait que les abats déjà très pollués des saumons soient ensuite transformés en nourriture pour animaux ?

Comment peux-tu être aussi naïf de croire que les êtres humains qui sont capables de traiter les animaux avec tant de brutalité pourraient te traiter mieux ? N'es-tu pas alarmé par toutes les révélations concernant les fraudes et les crimes concernant la « production de viande » (quel euphémisme, quelle description embellie pour parler de l'abattage d'êtres vivants !) ? Mais je te dis que cela ne t'émeut pas parce que les animaux ne t'émeuvent pas, de même que ton enfant intérieur à moitié mort ne t'émeut pas. Comme c'est dommage, car la cordialité, la compassion et la gratitude sont tout de même les sentiments les plus nobles de l'être humain.

Mais si tant est que tu n'aimes pas les animaux, aime au moins ton corps – qui fait que tu as tant en commun avec les animaux. Car celui qui mange de la viande, de surcroît une viande aussi mauvaise, aura tôt ou tard des maladies animales. Surtout lorsqu'il sera vieux.

Je le dis encore et encore : la goutte, le cancer, l'apoplexie, l'infarctus du myocarde et le syndrome de Creutzfeldt-Jakob ont leur racines dans l'absorption de viande (cf. aussi Ronald Zürer et Armin Risi, *Vegetarisch leben*<sup>73</sup>).

Il est clairement démontré que les personnes qui ne mangent pas de viande vivent en meilleure santé et plus longtemps que celles qui mangent de la viande (ibidem). Mais cela n'est pas rendu public parce qu'il y a trop d'intérêts économiques en jeu.

N'expose donc pas ton enfant à toutes ces énergies horribles. Si tu te poses encore des questions, alors va dans un abattoir et vois les énergies qui arrivent sur ton assiette lorsque tu manges de la viande. Et ensuite décide. Pour toi et pour tes enfants !

## **Ce que tu devrais manger et boire**

Le **sel naturel**, car il « est indispensable pour maintenir des fonctions vitales » (Dr. méd. Barbara Hendel & Peter Ferreira, *Wasser und Salz*<sup>74</sup>)

**L'eau vivifiée.** Et comment obtiens-tu de l'eau vivifiée ? Barbara Hendel et Peter Ferreira écrivent à ce propos : « *L'utilisation du cristal de quartz en contact avec l'eau de boisson est une méthode naturelle, très efficace et en plus avantageuse pour vivifier l'eau. Prenez une poignée de cristaux de quartz bruts ou taillés, par exemple du cristal de roche, du quartz rose ou de l'améthyste et déposez-les dans une carafe en verre. Remplissez la carafe le soir avec la quantité d'eau du robinet que vous désirez boire le lendemain.* » (*Wasser und Salz*).

---

<sup>73</sup> Ndt : à notre connaissance, ce fascicule n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Vivre végétarien.

<sup>74</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'eau et le sel.



Les **céréales** sont ce qu'il y a de plus important que tu puisses te donner à toi et à tes enfants. Les céréales, et surtout le germe oléagineux, contiennent la grande quantité de vitamine B dont tu as besoin pour être en bonne santé. Pour rester en bonne santé, il est donc indispensable que tu manges **du pain complet et des céréales non décortiquées**. Afin de rester une vie durant en bonne santé, tu dois manger **chaque jour des céréales complètes** telles que, par exemple, l'épeautre, le kamut, le seigle, l'avoine, l'orge, l'amarante, le sarrasin. L'épeautre et le kamut sont les formes originelles du blé et ils sont donc souvent plus digestes. Le mieux, c'est de moudre les céréales au fur et à mesure de leur utilisation et d'y ajouter de beaux ingrédients, comme le décrit le Dr Bruker dans son livre *Unsere Nahrung – unser Schicksal*<sup>75</sup> : « Afin d'éviter des maladies de civilisation occasionnées par l'alimentation, la consommation journalière de céréales fraîchement moulues et sous forme de bouillie est la base indispensable. Les céréales sous forme de pain complet seules ne suffisent pas. La bouillie de céréales fraîchement moulues est le plat central de toute nourriture biologique complète. »

Il continue : « **Bircher-Brenner** a reconnu cela intuitivement à un moment où la recherche scientifique en diététique ne connaissait pas encore l'existence des substances vitales indispensables. Il y a 70 ans, il recommandait déjà le muesli qui est actuellement mondialement connu sous le nom de Bircher muesli. A l'origine, il était composé de flocons d'avoine trempés pendant 12 heures, 200 gr. de pommes râpées, 1 cuillère à soupe de jus de citron, 1 cuillère à soupe de lait condensé, 1 cuillère à soupe d'amandes ou de noisettes râpées. Vu que les flocons d'avoine représentent certes un produit de céréales complètes, mais qui n'est plus vivant, nous conseillons aujourd'hui d'utiliser **des céréales moulues grossièrement juste avant l'emploi** (accentuation par moi). Cette façon de faire devrait donner une garantie pour le maintien des substances vitales sensibles, même si elles sont encore inconnues à ce jour. Pour la même raison, il est à conseiller de remplacer le lait condensé du Bircher muesli d'origine par de la crème fraîche – liquide ou fouettée.

Afin de diversifier le plus possible la préparation des plats de céréales complètes, il est également conseillé d'utiliser des céréales germées », selon le Dr. Evers : « Laisser tremper pendant une nuit (environ 12 heures) 3 cuillères à soupe de seigle ou de blé (pas de mélange) dans de l'eau froide non bouillie. Le matin, dans un tamis, rincer les céréales avec de l'eau fraîche. Durant la journée, les laisser à sec. La deuxième nuit, on les recouvre à nouveau d'eau, le lendemain matin, on les rince à nouveau. Ce processus est répété (en moyenne 3 jours) jusqu'à ce que les graines germent et que les germes aient environ 1/3 cm. Durant la germination, les céréales devraient être maintenues à température ambiante (c'est-à-dire ni trop froid, ni trop chaud). Ces céréales germées peuvent être préparées comme il a été indiqué pour la bouillie de céréales complètes. Il faut les mastiquer soigneusement. »

Pour clore ce chapitre sur l'alimentation, je cite encore un rapport de ce livre si important du Dr. Bruker (*italiques* et accentuations par moi) :

#### « **L'exemple du Danemark pendant la 1<sup>ère</sup> guerre mondiale**

L'exemple bien connu du blocus de l'Allemagne pendant la première guerre mondiale montre quelles peuvent être les conséquences catastrophiques dues à la fausse idée au sujet de l'infériorité des protéines végétales dans la vie des peuples. Le docteur danois **Hindhede**, par contre, a préservé son peuple de la famine, bien que proportionnellement il ait disposé de moins de nourriture que le peuple allemand. Il avait reconnu cinq choses : 1. que la théorie de l'infériorité des protéines végétales était fausse, 2. qu'en nourrissant les animaux avec du son, on privait l'être humain de substances importantes, 3. que **l'être humain pouvait bien vivre avec un tiers des protéines consommées habituellement**, 4. que l'alimentation de l'être

---

<sup>75</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Notre nourriture – notre destin.

humain via le détour par l'animal représentait une perte considérable de la valeur nutritive, et 5. que le son n'était pas comme on l'avait enseigné jusqu'alors indigeste, mais que les substances nutritives importantes du son étaient tout aussi bien mises à profit par l'être humain que par le porc. Hindhede ordonna donc l'abattage de quatre cinquièmes du cheptel des porcs et fit utiliser leur nourriture, composée de son, d'épluchures de pommes de terre et de restes de céréales, au profit de l'être humain. Le cheptel de vaches fut également réduit de deux tiers. C'est ainsi que 800000 tonnes de céréales complètes qui, pour la plus grande part, auraient été utilisées comme fourrage étaient disponibles pour l'alimentation humaine.

Comme on le sait, les mesures de Hindhede eurent un succès total ; elles ont permis de préserver le peuple danois de la famine alors que les gens souffraient de la famine en Allemagne, pays avoisinant qui, durant toute la guerre, disposait de plus de nourriture par habitant. Hindhede a dit textuellement : 'Qu'au Danemark, en 1917, nous ayons vu l'Allemagne souffrir de la faim, bien que proportionnellement au nombre de nos habitants ils aient disposé pour l'alimentation de leur population, de 70% de seigle en plus et de 130% de pommes de terre en plus, était une réalité qui nous montrait encore plus clairement notre situation difficile due à l'embargo des alliés sur les importations. Ce qui nous a sauvés, c'est qu'au Danemark nous avons reconnu l'erreur fatale que l'Allemagne a commise en voulant maintenir son cheptel et en ne tenant pas compte du fait qu'en nourrissant les animaux avec une nourriture bonne pour les humains, pas moins de 80% de ces denrées étaient perdues pour l'alimentation de la population.' »

Le Dr. Bruker continue : « En 1915, suite à des recherches personnelles, le Prof. Wiegner de l'Ecole polytechnique fédérale de Zurich arriva aux mêmes conclusions que Hindhede : 'Vu que l'être humain est en mesure de digérer le son aussi bien que les porcs et les ruminants, utiliser le son pour nourrir les animaux signifie pour l'être humain une perte de presque neuf dixième des substances nutritives dans les céréales.'

Malgré cette découverte, qui remonte à plus de 80 ans, rien n'a changé dans la pratique de l'alimentation populaire. Le son est toujours réservé à l'alimentation des animaux, on prive donc non seulement les êtres humains du son mais en plus, par la perte des substances vitales indispensables, on détruit la santé des peuples. »

Et le Dr. Bruker dit ensuite : « Ce qui est dit par rapport au détour de l'alimentation via le porc vaut également de manière semblable pour d'autres produits animaux. Une publication spéciale du gouvernement danois de l'automne 1917 dit que l'élevage de porcs représente une perte de 81,3% de substances nutritives pour l'alimentation du peuple, celui des vaches laitières 81,6% et l'approvisionnement en graisse et en viande des animaux de boucherie 94,7%. Cela veut dire que la production laitière ne rend que 18,4% et la production de viande et de graisse que 5,1% des substances nutritives investies pour elles. Hindhede en conclut qu'en tenant compte de ces faits, le Danemark pourrait accroître 5,8 fois sa population, c'est-à-dire de l'amener de 3 millions à 17 millions ».

Et pour finir, le Dr. Bruker dit : « En ce qui concerne l'approvisionnement en nourriture de la population mondiale, ces découvertes devraient amener à la conclusion que les humains de ce monde devraient retourner à une alimentation végétarienne. »

Maintenant je pose les questions suivantes : pourquoi les parents, les enseignants, les politiques ne reviennent-ils pas à une alimentation végétarienne ? Pourquoi les gouvernements ne font-ils rien ? **Pourquoi se plaint-on constamment des dépenses croissantes des caisses de maladie mais qu'on n'explique pas à la population ce qu'est une alimentation saine ? Pourquoi n'enseigne-t-on pas cela dans les écoles ?** Pourquoi soutient-on l'industrie de la viande, du poisson, de la farine blanche et du sucre – au détriment de la santé des populations ? Pourquoi des milliards d'êtres humains doivent-ils vivre dans l'indigence, voire mourir de faim, afin que d'autres puissent engraisser leurs animaux pour ensuite les abattre, les manger et ainsi ruiner leur santé ?

**Le changement du monde commence avec toi, c'est-à-dire avec le changement de ton alimentation.**

**Ne réfléchis pas longuement, mais fais-le dès aujourd'hui – pour ton bien et pour celui de tous les autres.**

## **Ergoter**

Jadis, on disait : « On mange ce qui est servi à table ! » et on ignorait ainsi, en partie d'une manière des plus déplorables, les besoins des enfants. En effet, intuitivement les enfants savent très précisément ce qui est bon pour eux et ce qui ne l'est pas. Quand ils ont besoin d'une chose et quand ils ont besoin d'autre chose. En aucun cas, les parents ne doivent entraver et encore moins détruire ce savoir naturel des enfants concernant leurs besoins (cf. également Alexander S. Neill, *Libres enfants de Summerhill*, vois avec quelle liberté il traita les habitudes alimentaires de sa fille et quel bienfait cela représenta pour elle !). Car les conséquences en sont : la nourriture ingurgitée à la hâte, la mauvaise mastication et la mauvaise digestion, des problèmes stomacaux et intestinaux, l'obésité, de mauvaises habitudes alimentaires qui peuvent entraîner des dépendances ou des maladies de toutes sortes.

Respecte donc à tout prix la sensation de satiété et le refus de certains aliments car souvent ton enfant sait mieux que toi ce dont il a besoin. Combien de pauvres enfants ont-ils été obligés de manger de la viande ou des abats, des épinards pour leur grand contenu en fer qu'ils n'ont pas (!), de l'huile de foie de morue et d'autres choses épouvantables.

Laisse faire ton enfant, il ne mourra certainement pas de faim. Fourrer une bouillie quelconque dans la bouche de ton enfant, lui fermer même le nez afin qu'il ouvre la bouche, le laisser assis jusqu'à ce qu'il ait tout mangé, sont des formes de violences qui prouvent ton manque d'amour, ton ignorance et ton incapacité parentale. Ne fais donc jamais cela car c'est de la pédagogie noire.

Mais aujourd'hui, beaucoup de parents vivent un autre extrême : non seulement leurs enfants peuvent tout décider mais également tout refuser. Ils n'aiment pas les légumes, ils n'aiment pas les fruits, ils refusent le tofu, ils trouvent le riz trop fade. Ce qu'ils préfèrent, ce sont les pâtes et les sucreries ! (cf. plus haut le passage sur l'alimentation).

Cela n'est pas le signe d'une éducation libre mais d'une éducation sans limite qui fait des enfants des tyrans domestiques – souvent à cause d'une mère qui a elle-même de gros problèmes par rapport à la nourriture ou à son poids ou qui veut démontrer son amour via la nourriture.

Il est juste qu'un enfant ne doive pas manger ce qu'il n'aime pas. Mais lorsqu'il n'aime rien de tout ce qui est bon pour la santé, cela montre que cet enfant a un problème avec sa mère. Car pour l'enfant, rien ne symbolise plus la mère que la nourriture : la mère le nourrit avant la naissance et après via l'allaitement, les biberons qu'elle lui donne et la nourriture qu'elle prépare.

Les enfants ont le droit de dire ce qu'ils n'aiment pas. Chacun a ce droit. Mais les enfants – tout comme les adultes ! – n'ont pas le droit d'ergoter.

Ergoter est un non-respect de la nourriture et de ceux qui l'ont préparée.

**Quelle opinion les mères ont-elles d'elles-mêmes si elles acceptent cela ? Quel exemple donnent-elles à l'enfant ?**

Et pense encore à ceci : toi ou ton enfant, vous pouvez vous permettre d'ergoter uniquement parce que vous êtes bénis d'une prospérité telle qu'elle vous permet le choix.

Si vous viviez dans un pays pauvre ou à une époque où règne la famine, vous ne pourriez pas vous permettre d'ergoter. Car alors, à cause de la faim, tout aurait un goût tout à fait délicieux. Sache donc apprécier la nourriture, sache apprécier ceux qui l'ont préparée – et n'ergote jamais !

## Devenir propre

D'autre part, beaucoup de parents, parce que trop sévères ou inflexibles, se rendent la vie inutilement difficile.

Par exemple, pourquoi un enfant de sept ans ne peut-il plus boire le biberon ? Pourquoi ne peut-il plus mouiller son linge à deux ans, voire à un an et demi ? Pourquoi ?

Certains parents s'égarer au point de punir sévèrement leurs enfants, voire de les frapper, lorsqu'ils font dans leurs couches à deux ou trois ans. Pourquoi ? Pourquoi les enfants devraient-ils être propres si tôt ? Pourquoi ne laisses-tu pas son temps à l'enfant et donc faire la nature ? Je trouve que découvrir les raisons, donc savoir **pourquoi** ton enfant fait pipi au lit, est beaucoup plus judicieux qu'un « matelas sonnante » (Cordula Neuhaus *Das hyperaktive Kind und seine Probleme*)<sup>76</sup> qui sonne fort lorsqu'il est mouillé. Ton enfant souffre-t-il éventuellement d'un SDA (syndrome de déficit de l'attention) ? Est-ce que la famille lui accorde trop peu d'attention ? A-t-il été détrôné par un frère ou une sœur ?

**Réfléchis à ces questions au lieu de mettre ton enfant sous pression.**

Réfléchis à ceci : combien de gens ont, à l'âge adulte, les plus grands problèmes de vessie ou d'intestins uniquement parce qu'on les a **contraints** à être propres trop tôt.

Laisse ton enfant ! Laisse-lui **son** temps. Ne force rien. Comment disait si bien un enfant de trois ans ? « Contraindre, tout le monde peut le faire ! » – et moi j'ajoute : mais aimer, tout le monde ne peut pas le faire. Contraindre n'est pas une performance. Aimer, par contre, c'en est bien une. Pour aimer, il faut de la compréhension et la compréhension sous-entend qu'on laisse **son** temps à l'autre. Aimer, comprendre et laisser son temps sont les meilleures attitudes pour donner aux enfants la paix intérieure. C'est, avec le bonheur et l'estime de soi, le plus grand cadeau que les parents puissent donner à leurs enfants. Et c'est si facile à obtenir : par un peu de lâcher-prise !

Pense toujours à ceci : **Contraindre, tout le monde peut le faire. Par contre, transmettre la paix intérieure, le bonheur et l'estime de soi, tout le monde ne peut pas le faire.**

Fais en sorte de faire partie des parents qui ont confiance en leur enfant, qui sont d'avis que tout a besoin de **son** temps et qu'on ne devrait rien forcer – aucun jeune ne désire encore porter des couches ou boire le biberon à dix-huit ans !!

Grâce à cette attente tranquille, tu fais un cadeau supplémentaire à ton enfant : grâce à ta patience, il apprend combien il est important d'attendre et de respecter le temps d'autrui.

Respecte les besoins de tes enfants et ainsi tu leur enseignes le respect, la circonspection et en plus **le sel de la vie !** Qu'est-ce que c'est ? **La patience !** Les gens patients ont la possibilité d'obtenir énormément. Si, en plus, ils ont de l'estime pour eux-mêmes et donc du respect envers eux-mêmes et envers autrui, le succès, le bonheur et la santé sont à leur côté.

Et tout cela se produit si tu traites tes enfants avec patience, respect et confiance.

Cela, n'en vaut-il pas la peine ?

---

<sup>76</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : L'enfant hyperactif et ses problèmes.

## Dormir d'un trait la nuit

Ceci nous amène à un autre thème qui révèle avec combien d'amour tu es présent pour ton enfant. Pour beaucoup de parents, que leur enfant dorme d'un trait la nuit est un thème important qui peut devenir plus important encore par la consommation de viande. Avec la viande, beaucoup de sentiments des animaux arrivent dans ton corps et, si tu allaites, dans le corps de ton enfant. Par la consommation de leur viande, la panique que les animaux éprouvent au moment de l'abattage se transmet à toi.

Mais les enfants des végétariens connaissent également des problèmes de sommeil. Certains enfants viennent au monde avec de telles blessures d'une vie antérieure qu'il est très difficile pour eux d'être à nouveau sur terre. L'amour est donc la meilleure guérison. **Comme je ne cesse de le souligner, le pire, c'est de laisser pleurer les bébés. Surtout la méthode de les laisser pleurer chaque jour un peu plus longtemps est une méthode sans cœur et brutale.** A combien d'enfants a-t-on ainsi non seulement brisé la volonté mais également le centre vital. **Et à quoi sert tout cela si ton enfant souffre d'hyperactivité ?** (cf. plus avant dans le texte SDA).

Pense à ceci : **il est de ton devoir de maintenir et d'encourager la joie de vivre et l'estime de soi de ton enfant.** Avec ces pratiques effroyables, tu détruis aussi bien l'une que l'autre. Les nuits blanches sont parfois épouvantables. Et même pour les deux parents – donc encore bien plus pour le parent qui élève seul son enfant ! – elles sont en partie insupportables. Un problème actuel, c'est que la famille élargie n'habite plus sous le même toit et ne peut donc plus assister les parents dans l'éducation des enfants.

Certains parents qui ont un cœur ouvert et qui désirent absolument trouver une solution pour leur enfant, engagent des personnes pour la nuit.

Il suffit parfois que cette personne soit présente pour l'enfant 2 ou 3 fois par semaine, afin que la mère puisse dormir suffisamment. En plus, l'Etat allemand permet de faire valoir ces frais dans la déclaration fiscale. Mais fais tout de même examiner ton enfant par un expert pour voir s'il ne souffre pas d'un syndrome de déficit de l'attention (SDA) (cf. aussi le chapitre correspondant dans ce livre), car les troubles du sommeil sont des signes typiques de l'hyperactivité – bien qu'un enfant qui dort mal ne soit pas forcément hyperactif !

## L'ostéopathie

Il y a de nombreuses raisons qui font que certains enfants ont des difficultés à dormir d'un trait la nuit. A côté **de la pollution électrique** qui est parfois considérable, **des sources souterraines, etc.**, il n'est pas rare qu'il s'agisse de problèmes qui relèvent de **l'ostéopathie**. Pour beaucoup d'enfants, la naissance est un acte d'une violence incroyable. Il n'est donc pas rare qu'elle laisse de profonds traumatismes aussi bien psychiques que physiques.

Au niveau physique, les conséquences d'une naissance difficile peuvent être importantes. C'est ainsi que la naissance peut avoir des conséquences profondes sur la position des os crâniens et des vertèbres. Ici, un bon traitement par ostéopathie peut faire de véritables miracles.

Mais il doit être effectué par une personne réellement qualifiée. Je dis ceci parce qu'il y a de grandes différences qualitatives aussi bien parmi les ostéopathes que parmi les thérapeutes crânio-sacré.

Fais donc traiter ton enfant par une personne qualifiée qu'on t'a renseigné comme étant excellente. Et si, après 5 à 10 séances, aucune amélioration notable n'est visible, alors renseigne-toi pour trouver un autre ostéopathe.

Prie et tu trouveras l'aide que tu cherches.

## L'allopathie et l'homéopathie

Il s'agit ici de deux méthodes de traitement très utiles. (Pour des raisons de commodités, je me limite à ces deux méthodes, bien qu'il en existe évidemment beaucoup d'autres comme, par exemple, les médecines naturelles qui font beaucoup de bien aux gens).

Mais beaucoup de défenseurs de l'une ou l'autre méthode sont tellement préoccupés d'eux-mêmes et de leur art, qu'ils oublient complètement ce qu'ils doivent à l'autre ! Qu'est-ce qui est dit plus avant dans le texte ? « *Le bonheur (...) naît (...) uniquement grâce aux relations avec les êtres humains que tu aimes et que tu respectes.* » Pourquoi tant d'allopathes et tant d'homéopathes ne se respectent-ils pas mutuellement ? Certainement pas pour le bien des patients !

Par contre, ce sont les médecins qui emploient aussi bien l'homéopathie que l'allopathie qui s'engagent à fond pour le bien de leurs patients. Ils ont ainsi deux possibilités qui leur permettent de choisir ce qui est le mieux pour leurs patients – à condition qu'ils étudient de **manière approfondie** les deux domaines.

Car attention : rien n'est plus mauvais qu'un point de vue exclusif, que l'étroitesse d'esprit ou même le fanatisme. Et qu'a si bien dit Hans Kasper ? « *Discuter avec des fanatiques équivaut à jouer au jeu de lutte à la corde avec une équipe adverse qui a fixé le bout de leur corde autour d'un gros arbre.* »

En d'autres termes : on n'a aucune chance car il n'y a pas de discussion franche et utile.

Comment les homéopathes apprécient-ils l'allopathie ? Les homéopathes évaluent-ils le mérite de l'allopathie et s'en préoccupent-ils ?

Et les allopathes de leur côté apprécient-ils l'homéopathie, voient-ils que celle-ci peut rapidement et facilement guérir des maladies aiguës aussi bien que des maladies chroniques ?

Il suffit de commencer par *Apis* pour le traitement de certaines piqûres d'insectes, de passer à *Urtica* lors d'une réaction douloureuse provoquée, par exemple, par des orties, jusqu'à *Arnica* pour de nombreuses blessures, ou encore les nombreux remèdes merveilleux pour les maladies infantiles ou autres.

Les parents devraient **demander à un bon homéopathe de leur composer une pharmacie d'urgence et apprendre**, ou apprendre en concertation avec lui quel remède, quand et en quelle dynamisation ils doivent prendre ou donner à leurs enfants.

**Mais ils doivent absolument faire cela en concertation avec lui, sinon le dommage peut vite être plus grand que le bénéfice.** En outre, une pharmacie familiale est aussi d'une grande utilité lorsque l'homéopathe prescrit la prise immédiate d'un remède tard le soir ou un jour férié.

Combien d'enfants souffriraient moins si les médecins et les homéopathes communiquaient plus, travaillaient ensemble de manière plus intensive, apprenaient les uns des autres et si les parents étaient mieux informés.

Mais cela viendra, car aucun ego professionnel n'aura plus de place à l'âge d'or.

## Les antibiotiques

Ceci nous amène à l'utilisation et à l'abus des antibiotiques. **Les antibiotiques sont une bénédiction.**

Freud est mort en 1939 parce que, à cette époque, sa maladie ne pouvait pas encore être traitée par antibiotiques.

Mais aujourd'hui, ces remèdes sont aussi souvent prescrits lorsqu'ils ne sont pas nécessaires, voire lorsqu'ils sont contre-indiqués.

De plus, les antibiotiques peuvent mettre en route un cercle fatal. Vu que dans de nombreux cas on n'assure pas de régénéscence de la flore intestinale, suite à la prise d'antibiotique des

mycoses peuvent se développer et affaiblir la résistance de l'organisme. Lorsqu'on combat les mycoses, des virus peuvent se développer et ainsi de suite. Il en résulte un cercle vicieux qui affaiblit énormément la santé.

Je répète que les antibiotiques peuvent sauver des vies. Mais s'ils sont utilisés de manière peu intelligente, ils peuvent également fortement réduire la qualité de vie.

Il **se peut**, par exemple, qu'une cystite chez une fille ou une femme disparaisse déjà par la prise d'une forte dose de vitamine C (en l'absence de calculs rénaux), de la chaleur et des boissons abondantes. Elle peut également être guérie par une bonne psychothérapie ou par l'homéopathie. Mais il se peut aussi que seul un antibiotique puisse procurer une amélioration.

Mais la façon dont on abuse actuellement même des antibiotiques les plus spécifiques, voire qu'on les utilise massivement pour l'engraissement des pauvres animaux, est extrêmement dangereuse. On donne des antibiotiques hautement spécifiques aux animaux ce qui peut entraîner, qui entraîne et a déjà entraîné le développement d'agents pathogènes résistants. Cette pratique, qui méprise les humains **et** les animaux, enlève aux médecins la possibilité de soigner les personnes qui sont atteintes de ces agents pathogènes en question.

Il est **grand temps** d'arrêter cette évolution destructrice.

## Les vaccinations

Les vaccinations montrent à quel point l'approche des diverses catégories professionnelles de médecins est différente.

Les uns disent que les vaccinations sont une véritable bénédiction pour l'humanité. Que grâce aux vaccinations, de nombreuses maladies ne représentent plus une menace pour l'humanité. A quel point les risques et les effets secondaires des vaccinations sont minimes, alors que les avantages, la protection et le bénéfice pour la santé sont grands.

D'autres objectent que les effets secondaires sont bien plus grands qu'on ne l'admet. Ils imputent de nombreuses maladies, qui se déclarent plus tard, aux conséquences des vaccinations et de ce fait refusent catégoriquement la vaccination.

Et alors ? Que faire ? Qui a raison ?

Tous les deux et personne !

Pourquoi est-ce que je dis cela ainsi ? Parce que c'est triste et typique du *kaliyuga* que des personnes aux opinions différentes font chaque fois un procès d'intention à l'autre, au lieu de s'expliquer tranquillement et d'acquiescer ainsi plus de clarté et de connaissances.

Pourquoi ? Est-ce que les personnes concernées visent encore le bien de leur patient ?

Premièrement : les vaccinations aident.

Deuxièmement, elles sont une grande aide pour les personnes qui, par exemple en fonction de leur situation sociale ou de leur santé, ont un grand risque vis-à-vis de certaines maladies, ou les personnes qui font des voyages dans des contrées où les risques de maladies sont grands et les soins médicaux rares.

Evidemment qu'il y a des dommages dus aux vaccinations. C'est tout à fait juste. Et c'est un mérite de l'homéopathie – tout comme beaucoup d'autres choses ! – d'avoir mis cela en évidence.

C'est pourquoi les médecins devraient s'occuper de ce sujet au lieu de simplement l'ignorer. Car, avec les vaccinations, non seulement des protéines étrangères mais également des substances étrangères telles que, par exemple le mercure, le formaldéhyde, l'hydroxyde

d'aluminium et d'autres agents de conservation, des traces d'antibiotiques, etc., pénètrent dans l'organisme. Vu que de nos jours on vaccine très tôt – même avant le troisième mois – et qu'en plus on administre de nombreux vaccins différents en même temps, certains enfants ne peuvent pas faire face à cette surcharge de leur système immunitaire. Les maladies les plus diverses peuvent en être la conséquence. Pour d'autres enfants, cela ne fait rien. Mais justement pas pour tous !

Dans la plupart des cas, les mères ne savent pas ressentir avec précision, donc décider si une vaccination est indiquée ou non pour leur enfant. Souvent, il leur manque les informations nécessaires pour juger le pour et le contre. En plus, il n'est pas rare que les histoires épouvantables sur les conséquences des maladies à éviter grâce à la vaccination – même si celles-ci ne surviennent « que » avec une probabilité de 1 : 1 million – les influencent au point qu'il leur est très, très difficile de se forger un jugement clair.

**C'est pourquoi une information claire et objective est décisive ici !**

Mais il y a également les autres cas où, par exemple suite à une hépatite grave, quelqu'un a perdu son foie ou en a gardé des séquelles ; ou encore que des personnes soient mortes du tétanos parce que, faute d'avoir été vaccinées, toute aide est arrivée trop tard.

Les problèmes n'auraient été que reportés – disent les adversaires des vaccinations et ils ont partiellement raison. Mais pourquoi les homéopathes n'atténuent-ils pas les risques des vaccinations, pourquoi n'informent-ils pas leurs patients au sujet d'un traitement préventif ou d'un suivi utile ? Évidemment, ce traitement préventif ou ce suivi n'est souvent possible que dans une mesure limitée.

**C'est pourquoi l'information est d'autant plus importante.**

Dans la vie, tout a son prix. Tout a ses avantages et ses inconvénients. Seul celui qui est bien informé sait peser intelligemment le pour et le contre. Mais comment quelqu'un peut-il s'informer s'il ne sait pas du tout qu'il y a encore un autre aspect que celui qu'il connaît ?

Les discussions entre les défenseurs et les adversaires des différentes approches scientifiques et thérapeutiques doivent être organisées de manière à permettre une ouverture d'esprit pour ce qui est différent, pour ce qui est nouveau.

Ce n'est que de cette façon que les patients peuvent avoir une vue d'ensemble, qu'ils peuvent se rendre compte des avantages et des risques d'une éventuelle vaccination, qu'ils peuvent donc peser le pour et le contre et voir quelle vaccination est judicieuse, laquelle est particulièrement dangereuse, laquelle est particulièrement utile dans une situation donnée et laquelle est réellement inutile.

## **Le pansement Emla®**

J'ai une question toute simple : pourquoi utilise-t-on si peu le pansement Emla ?

Beaucoup d'enfants ont une peur panique des piqûres et au lieu de leur appliquer, une demi-heure avant la piqûre, un pansement Emla à l'endroit de la piqûre, on continue à les tourmenter. Ce pansement a un effet anesthésiant, c'est-à-dire insensibilisant, c'est pourquoi la piqûre ne fait plus mal. Il y a des médecins et des parents qui l'utilisent. Pourquoi tous les autres ne le font-ils pas ? Certains parce que cela coûte 3,- € et un peu de temps ! Mais qu'en est-il de l'âme des enfants ? N'est-elle pas inestimable ?

D'autres médecins justifient leur façon d'agir en disant que si les enfants supportent la piqûre sans anesthésie, cela augmente leur estime d'eux-mêmes. Ma question est : **est-ce que cela n'augmenterait pas encore bien davantage leur estime d'eux-mêmes si le médecin les prenait vraiment au sérieux en leur demandant s'ils désirent recevoir la piqûre avec ou sans anesthésie ?**



Comment dit-on si bien ? « *Celui qui pose beaucoup de questions, reçoit beaucoup de réponses !* » Est-ce peut-être cela que veulent éviter ces médecins pressés ?

Il y a de nombreux médecins remarquables qui, avec beaucoup d'éthique et beaucoup de disponibilité, sont au service d'autrui.

C'est pourquoi je dis : **Respecte ton prochain car c'est ta vie !** (cf. aussi *Sai Baba parle aux Occidentaux*, 26/9). Qu'est-ce que cela veut dire ? Tout ce que tu fais est lié à ta vie. Fais le bien, sois compatissant et affectueux et ta vie s'épanouira.

Qu'a écrit Johann Wolfgang von Goethe d'une manière si merveilleuse ? « *Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu anderer Glück ; denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eig'ne Herz zurück.* »<sup>77</sup>

## L'hospitalisation

Doucement les choses changent dans les hôpitaux car il n'y a pas si longtemps, les médecins séparaient impitoyablement les enfants de leurs parents – **et cela avec des conséquences catastrophiques car souvent ce fait perturbait, voire détruisait la joie de vivre, la capacité relationnelle et l'estime de soi des enfants !**

Tout thérapeute attentif constate qu'un très grand nombre de personnes qui ont des problèmes relationnels ont été, enfants, hospitalisés et y sont restés seuls (cf. les ouvrages de John Bowlby).

Lorsqu'on laisse les enfants seuls à l'hôpital, tout d'abord quelque chose gèle dans leur âme et pour finir celle-ci se ferme complètement.

Si elles n'avaient pas été laissées aussi seules dans leur enfance, jamais il n'y aurait eu autant de personnes ayant des perturbations relationnelles importantes. Et les séjours à l'hôpital y contribuent pour une part effrayante.

Ce qui a été terrible pour les enfants – et qui l'est encore toujours en de nombreux endroits ! –, c'est que les médecins, les infirmières **et malheureusement également beaucoup de parents** ne savaient pas – et ne savent pas – ressentir le psychisme de l'enfant. On soigne simplement le corps. C'est tout.

Avec ce traitement, que fait-on de l'âme ? **Que fait-on des innombrables larmes de ces enfants ? Celles-ci ne sont-elles « pas importantes » ?** Quelle importance a l'âme dans votre pensée ? Où est votre amour ? Où est Dieu ?

De manière provocante, je demande : après tout, pourquoi soigner le corps si, ce faisant, on porte préjudice à l'âme ? Selon la formule cynique : opération réussie – patient mort !

Afin d'éviter cela, **les médecins, les infirmières et de nombreux parents** doivent tout d'abord apprendre **l'empathie**. On devrait infliger aux enfants aussi peu de souffrances – psychiques comme physiques – que possible (cf. plus haut **le pansement Emla**). On devrait les préparer avec amour et empathie à ce qui les attend. En plus, **un des parents doit pouvoir rester en permanence auprès de son enfant**. Les Américains qui, dans ce domaine, sont bien plus avancés que de nombreuses autres nations ont appelé cela *rooming in*, être dans une même pièce. La présence continue des membres de la famille donne aux enfants le sentiment d'être protégés – et, en plus, ils guérissent plus vite !

Mais ils ne se sentent réellement en sécurité qu'à deux conditions : qu'ils se sentent compris par leurs parents et, si nécessaire, défendus.

Car tout ce que certains médecins veulent faire n'est pas nécessaire, certaines choses ne sont même pas utiles.

---

<sup>77</sup> Ndt : traduction : Si tu veux être heureux dans la vie, contribue au bonheur d'autrui ; car la joie que nous donnons, revient dans notre propre cœur.

Le fait que l'enfant se sente entendu, compris et soutenu peut profondément intensifier la relation entre les parents et l'enfant.

Dans ces conditions, même une hospitalisation peut devenir une bonne expérience pour les enfants et elle peut intensifier la relation de confiance au sein de la famille.

Voici un exemple : Lady **Clara** était très connue dans la petite ville à proximité de laquelle elle vivait dans un très beau domaine. Elle était issue d'une famille très connue et même célèbre et tout le monde était content ou même fier de la connaître. Lady Clara avait une petite fille, **Sidonie** qui, à l'âge de cinq ans, devait subir une opération parce qu'elle souffrait d'une appendicite et risquait une perforation de l'appendice. La mère et la fille se rendirent à l'hôpital et tous étaient heureux de voir Lady Clara et Sidonie. On leur attribua une belle chambre et même le médecin en chef les salua alors qu'elles allaient de l'accueil vers leur chambre. C'était un homme imposant, au visage large et avec une moustache hirsute. Il était également très, très gentil vis-à-vis de Sidonie. Mais, anxieuse, celle-ci se cramponnait à sa mère car tout cela lui faisait très peur. Pendant tout ce temps, Lady Clara entourait Sidonie de son bras ou bien elle la tenait par la main et lui expliquait tout : qu'on allait l'examiner, qu'on allait lui poser un pansement adhésif sur le bras et ensuite lui faire une piqûre, qu'ensuite elle allait s'endormir et que, lorsqu'elle se réveillerait, l'appendice douloureux aurait été enlevé. Sidonie comprit cela et sentit l'amour de sa mère – mais elle avait malgré tout peur. Le contact corporel permanent lui faisait donc beaucoup de bien.

Lorsqu'elles furent dans la chambre, on frappa à la porte, la porte s'ouvrit et le médecin en chef, accompagné de tous ses médecins-chefs, les médecins du service et plusieurs infirmières, entra dans la chambre. Ils voulaient tous voir Lady Clara et par ce déploiement le médecin en chef voulait manifestement l'honorer.

Mais Sidonie ne ressentit cela nullement comme un honneur, elle fut plutôt prise d'une peur panique. Elle pensa qu'on allait maintenant l'opérer « à vif » et elle refusa tout contact du médecin en chef. Vu les circonstances, elle n'aurait jamais accepté de plein gré de se laisser examiner. Lady Clara comprit la situation et pria donc le médecin en chef de ressortir avec son « cortège » afin qu'elle puisse calmer Sidonie et tout lui expliquer. Cet homme très cordial et très compétent accéda volontiers à sa demande et promit de revenir un quart d'heure plus tard.

Lady Clara profita de ce temps pour **calmer Sidonie, pour comprendre son ressenti et pour lui donner l'assurance qu'on ne ferait rien qui pourrait lui nuire et où elle, Sidonie !, ne se sentirait pas en sécurité et qu'elle pourrait prendre part à beaucoup de décisions.**

**Quelle femme intelligente, quelle bonne mère. Ce n'est pas pour rien qu'on la respectait tant !**

Un quart d'heure plus tard, le médecin en chef revint avec sa suite – et Sidonie était tout à fait calme. Elle accepta volontiers d'être examinée par les mains chaudes et circonspectes, ce qui lui donna une attitude positive vis-à-vis des adultes et des médecins, attitude qui l'accompagna toute sa vie.

Je raconte cette histoire de Lady Clara afin que tu puisses, en tant que parent, te comporter de manière aussi souveraine qu'elle. Pense à ceci : tu es Dieu. Tu peux tout obtenir. Ne te dévalorise pas car, ce faisant, tu ne protégerais pas ton enfant ; tout au contraire, il se sentirait abandonné et en plus tu lui transmettrais un très mauvais programme de vie. Accepte-toi. Accepte les besoins de ton enfant. Il a droit à une information complète, il a le droit de pouvoir participer aux décisions qui le concernent. En effet, il s'agit de son âme, de son corps. Les enfants qui ont eu une éducation libre ont une très bonne sensibilité pour ce qui est juste.

Vu que cette attitude est si importante, j'aimerais te raconter encore un autre exemple. A l'âge de cinq ans, **Aurel** était tombé d'une clôture et sa tête avait heurté une borne de démarcation. Une blessure béante en fut la conséquence. Heureusement, elle ne se situait pas sur le front

mais juste au-dessus de la naissance des cheveux. Malgré l'importante blessure, sa mère garda son calme, soigna la plaie de telle façon que bientôt elle ne lui fit presque plus mal.

Ensuite, son père et sa mère l'emmenèrent à l'hôpital le plus proche. Là, le médecin de garde fut si rude avec Aurel que le père intervint aussitôt, remit le médecin à sa place et quitta l'hôpital avec sa femme et son enfant. Ils se rendirent dans un autre hôpital, là le médecin de garde fut très gentil, mais il voulut suturer la plaie béante sous anesthésie locale. Lors des deux premiers points de suture, Aurel cria de douleur. Ses parents arrêtaient aussitôt le médecin et lui demandèrent combien de points de suture il devait encore faire. Il y en avait encore au moins quatre. Ils demandèrent à Aurel s'il pouvait supporter cela. Avec un regard implorant, il leur dit : « Non, je vous en prie ! » « Bon », dirent les parents, « alors, on ne le fera pas. » Ils expliquèrent au médecin qu'ils allaient écouter leur fils, qu'ils allaient eux-mêmes lui appliquer un pansement adhésif Emla et qu'ils allaient revenir lorsque celui-ci aurait produit son effet anesthésiant, afin qu'il puisse alors recevoir une piqûre et que la plaie puisse être suturée sous l'effet d'une anesthésie de somnolence. Et c'est ainsi que cela se passa. Heureusement qu'Aurel et ses parents avaient pris cette décision, car l'entaille allait jusqu'à la boîte crânienne, c'est pourquoi la suture prit du temps. Comment un si petit enfant, aurait-il pu rester pendant tout ce temps couché calmement, un drap sur la tête ?

Et qu'a dit Aurel lorsqu'il se réveilla de l'anesthésie : « Merci beaucoup maman, merci beaucoup papa ! » N'est-ce pas là la meilleure récompense pour les bons parents ?

Ne crois pas aveuglement des soi-disant autorités quelconques. Les autorités véritables se distinguent par l'amour, l'empathie et la paix intérieure. C'est pourquoi ils savent donner à autrui, surtout aux enfants, espace, respect et protection et ensuite, avec amour, mettre des limites lorsque c'est indiqué.

Mais le plus important pour toi, en tant que parent, est de devenir conscient que tes décisions et ta forme de communication auront des conséquences des années, voire des décennies durant.

Tu es le Dieu de tes enfants. Sois donc un Dieu très, très bon, très compréhensif, très respectueux.

**Pour ton bien et pour le bien de tes enfants.**

## **Le dentiste**

La médecine actuelle fait en partie des choses merveilleuses. Ce qui était encore pratiquement incroyable, devient la routine d'un jour à l'autre. Ce n'est que dans la dentisterie que, dans de nombreux pays, les médecins ne semblent pas encore avoir atteint le niveau nécessaire.

A cause de l'incapacité de nombreux dentistes ou par leur manque d'égards, leur désintérêt et leur appât du gain, année après année, de nombreuses dents sont perdues, des souffrances inutiles sont infligées aux gens et, en fin de compte, ceux-ci nécessitent un dentier.

S'ajoute à cela l'incapacité des Caisses d'assurance maladie et des gouvernements, qui fait que le système des soins de santé devient de plus en plus cher (cf. les explications intelligentes du Dr. Bruker dans *Unsere Nahrung – unser Schicksal*).<sup>78</sup>

Tout cela n'aurait pas lieu d'être. Il existe d'excellents modèles d'assurance-maladie qui montrent qu'on pourrait agir différemment et de manière plus utile et qui ont déjà été appliqués avec succès dans d'autres pays. Mais dans les pays de l'UE, ils ne sont pas appliqués et cela apparemment par désintérêt, appât du gain, intérêts particuliers ou idéologie (cf.

---

<sup>78</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Notre alimentation – notre destin.

*Gesundheitsökonomie*<sup>79</sup>, le modèle de Johann-Matthias Graf von der Schulenburg et Wolfgang Greiner).

Les dents ont une grande importance pour l'être humain. Elles symbolisent la force, l'énergie, elles modulent la parole et le chant. En plus, elles contribuent beaucoup à l'apparence d'une personne.

C'est pourquoi les enfants devraient apprendre tôt à bien se brosser les dents. Ils ne devraient pas manger de sucre raffiné ou de miel – et s'ils l'ont quand même fait, ils devraient si possible se brosser les dents rapidement après. En plus, les enfants devraient avoir la possibilité d'établir tôt une bonne relation avec leur dentiste, qui devrait les soigner avec une grande compétence, avec compréhension et – si possible – sans douleur. Aucun enfant ne devrait avoir à supporter ne fut-ce que la moindre douleur **évitable** chez le dentiste.

Aujourd'hui, chacun a la possibilité de garder ses dents en bonne santé jusqu'à un âge avancé. C'est pourquoi les parents, les dentistes et les enfants devraient tout faire pour atteindre ce but qui en vaut la peine.

Si Dieu a offert aux êtres humains, sous la forme de leurs dents, un matériau qui peut durer plus de cent ans, alors toutes les personnes concernées devraient faire de leur mieux pour conserver ce trésor précieux.

Les cabinets dentaires spécialement adaptés aux enfants, où ceux-ci sont soignés avec une grande compétence et en fonction de leur âge, où ils sont informés et où on leur apprend le bon brossage des dents sont donc très utiles. En plus, ici les dents peuvent être **scellées** très tôt, ce qui les protège encore mieux des caries.

## La phase d'opposition

Entre deux et trois ans, beaucoup d'enfants sont dans la phase du refus systématique. Souvent, les parents de ces enfants ne savent que faire, ils réagissent avec irritation, dureté, manque de compréhension.

Je dis : attention, car la violence n'est que très rarement de bon conseil. **La violence provoque toujours de la violence en retour.** Pense à ce que j'ai cité, plus avant dans le texte, à propos de ce qu'a dit Jane Nelsen concernant la réaction au pouvoir et à l'autorité parentale : les quatre **R** de la punition : **Ressentiment (ressentiment), Rache (vengeance), Rebellion (rébellion), Rückzug (retrait).**

Sois donc très prudent lorsque tu essayes d'abuser de ton pouvoir parental. Demande-toi plutôt **pourquoi** ton enfant réagit ainsi. Qu'est-ce qui s'est passé ? Qu'est-ce qui s'est déjà passé avant ? Qu'est-ce que ton enfant t'exprime par son comportement ?

Crois-tu pouvoir continuellement contraindre un enfant contre son gré et t'attendre à ce qu'il ne te tienne pas tête lorsqu'il construit son identité – ce qui est particulièrement le cas entre deux et trois ans ?

Crois-tu qu'un enfant qui a été élevé avec amour et respect, et qui a donc été amené à une véritable obéissance, soit aussi entêté qu'un enfant qui a été réprimé ?

Certainement pas !

Et que peux-tu faire « s'il est tout de même entêté »?, demandes-tu. Demande à ton enfant ce dont il a besoin, essaye de te mettre à sa place. Qui te dit que c'est toi qui as raison et non ton enfant ?

**Les humains ont tendance à passer d'un extrême à l'autre : ou bien ils se sentent tout à fait incapables, ou bien ils croient tout savoir.**

---

<sup>79</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Economie de la santé.

Respecte un critère important : **celui qui est intelligent, est prudent ! Celui qui est intelligent, s'informe. Celui qui est intelligent, pèse le pour et le contre. Celui qui est intelligent, n'agit jamais dans la colère** (cf. L'excellent livre de Henning Köhler *Les enfants agités, anxieux, tristes*).

Dans ce contexte, pense à une règle décisive et bouleversante : **en une minute de colère, un être humain peut détruire tout ce qu'il a construit laborieusement sa vie durant !**

N'essaye donc jamais de briser la volonté de ton enfant. Il a besoin de cette volonté pour réussir dans sa vie.

La phrase : « A trois ans, les enfants sont éduqués ! » est issue de la pédagogie la plus noire et a brisé énormément de gens, a provoqué d'innombrables guerres et a coûté la vie à des millions de gens.

Ne réponds jamais par la violence à la violence. Cela ne mène qu'à la violence en retour. Regarde tous les conflits sur la terre. Pourquoi ne sait-on pas les résoudre actuellement ? Parce que des humains ignorants et sans cœur croient pouvoir obtenir quelque chose au moyen de la violence, de la dureté, de la haine. Ils sont si sots qu'ils sont capables de vanter comme succès le fait de tuer des centaines de personnes. Ce sont des âmes sottes, jeunes, qui rencontreront encore beaucoup de souffrance.

## La colère

L'époque actuelle glorifie la colère. Ce faisant, elle ne sait manifestement pas ce qu'elle fait. Aucun sage ne ferait cela. Et pourquoi pas ? Parce que la phrase « **Ceil pour œil, dent pour dent** »<sup>80</sup> est exacte. Si tu frappes quelqu'un aujourd'hui, il se peut qu'il soit dans l'impossibilité de riposter. Mais sois-en assuré : d'une manière ou d'une autre, la gifle te reviendra. Dans l'univers, rien ne se perd. Il n'y a aucun acte sans conséquences.

Mais la glorification de la colère ou de l'agression est également extrêmement dangereuse parce que tu ne sais jamais ce que tu déclenches. Comment veux-tu savoir où se situe celui à qui tu exprimes ta colère ? Comment veux-tu savoir qu'il ne t'assommera pas, voire te tuera ?

Intéresse-toi aux recherches extrêmement intéressantes concernant la réaction « court-circuit » de l'amygdale cérébrale. Lis le livre de Daniel Goleman, *L'intelligence émotionnelle*, et tu seras étonné à quel point les accès de colère peuvent être dangereux. Bien des fois, ils ont fait d'un être humain un criminel ou même un assassin – « uniquement » parce qu'il « avait perdu le contrôle de ses nerfs »!

Essaye à tout prix d'éviter des situations où tu pourrais avoir un accès de colère – ou bien où tu pourrais en déclencher un chez autrui. Les gens qui se trouvent pris dans une réaction de l'amygdale cérébrale, c'est-à-dire dans un accès de colère incontrôlable, sont tout à fait imprévisibles et donc extrêmement dangereux pour autrui et pour eux-mêmes. Car « la colère entretient la colère ».

**Ne laisse jamais aller les choses aussi loin ! Retire-toi de la situation.** Va dans une autre pièce, bois un verre d'eau, pense à autre chose. Si possible, **cherche ce que tu peux donner** et ne cherche pas la faute chez l'autre !

En tant que parent, tu dois te contrôler. Combien de parents ont porté préjudice à leurs enfants pour toute leur vie, parce qu'ils n'ont pas su contrôler leur colère. Ne laisse jamais, au grand jamais, aller les choses aussi loin !

Pense toujours à ceci : même si tu n'en viens pas aux mains, mais que tu ne fais « que » crier, tu donnes un exemple lamentable à ton enfant. Par ton comportement agressif, il apprend qu'on peut – soi-disant – obtenir quelque chose au moyen de la colère. Un enseignement fatal.

---

<sup>80</sup> Ndt : l'expression allemande « Wie ich dir, so auch mir » se traduirait textuellement par : « Ce que je te fais à toi, je le fais à moi. »

Ce faisant, il se peut que tu le mettes en grand danger car avec quelle rapidité peut-il – par la force de la répétition – déclencher chez autrui la colère qu'il a vécue chez toi et obtenir alors une réaction correspondante ? Souviens-toi de l'histoire du jeune homme, que j'ai mentionnée plus haut dans le texte, qui fanfaronnait dans un bar et où il s'en est fallu de peu qu'il ne perde la vie.

Sois donc prudent en ce qui concerne la colère, les conséquences peuvent être extrêmement vite épouvantables. Reste maître de toi-même, maîtrise ta colère, afin que ni toi ni tes enfants ne doivent jamais dire des phrases aussi douloureuses telles que : « **Si seulement je n'avais pas fais cela ! Si seulement j'avais su me maîtriser ! Si seulement j'étais parti !** »

Beaucoup ne savent même plus prononcer ces tristes phrases, parce qu'ils ont perdu la vie à cause d'un seul accès de colère.

## **Les encouragements**

Beaucoup de parents se mettent en colère lorsque, à leurs yeux, les enfants ne se comportent pas correctement. Ils ont appris une chose fondamentale de manière erronée : ils pensent que la critique et la punition sont les meilleurs façons d'apprendre aussi bien pour les adultes que pour les enfants et les animaux. Ceci est une erreur énorme dont les parents devraient prendre conscience et qu'ils devraient absolument corriger.

**C'est par l'encouragement que l'être humain et l'animal apprennent le plus vite et le plus durablement.**

A quoi te servent le ressentiment, la vengeance, la rébellion et le retrait ? A rien du tout. Ils engendrent la fausse obéissance, le rejet et la lutte. Comme c'est dommage ! Comme une bonne relation parents/enfants est épanouissante ! Qu'y a-t-il de plus beau ? Et comment se développera ton contact avec ton enfant adulte si tu as constamment un comportement de critique et de colère vis-à-vis de lui ?

**L'encouragement et la mise en évidence des conséquences des actes font partie de la voie de l'amour.** Par contre, la voie de la colère et de la haine est pavée de critique, de rejet et de punition.

L'une est la forme de l'âge d'or, l'autre celle du *kaliyuga* où les guerres sont toujours considérées comme une forme sensée pour résoudre les conflits.

N'emprunte pas ce chemin-là mais approuve, encourage, comprends ton enfant et comprends son ressenti. Cela fera s'épanouir ta vie et la sienne.

L'encouragement (Dale Carnegie) et l'apprentissage par les conséquences des actes (Jane Nelsen) ouvrent le cœur et développent l'estime de soi. La critique et la punition ferment le cœur, découragent et détruisent l'estime de soi et la confiance.

**Loue, loue, loue ton enfant, cela te permettra d'obtenir des choses incroyables.** Relis encore et encore le livre de Dale Carnegie, *Comment se faire des amis*, et tu trouveras de nouveaux chemins.

Dès aujourd'hui, abandonne l'idée que tu pourrais obtenir quelque chose par la critique. Les humains voient la paille dans l'œil d'autrui mais pas la poutre dans leur propre œil.

Et ne sais-tu pas à quel point les enfants sont convaincus d'eux-mêmes ? Ne sais-tu pas que, par exemple, ils disent de manière tout à fait convaincue que 6 moins 4 font 3 – comme je l'ai déjà dit plus haut dans le texte ? Et que rien ne peut les en dissuader ?

N'as-tu pas observé quelle grande blessure narcissique l'école représente pour tes enfants parce que là, jour après jour, ils voient tout ce qu'ils ne maîtrisent pas, bien qu'ils aient pensé le savoir ?

Emprunte de nouvelles voies, des voies créatives concernant le contact avec tes enfants – et eux aussi emprunteront des voies nouvelles, des voies créatives.

**Pense toujours à ceci : ton devoir en tant que parent est d'encourager la joie, l'estime de soi, l'intelligence émotionnelle de tes enfants. Tu n'y parviens pas par la critique mais bien par l'encouragement, la reconnaissance, l'éloge et par le fait que tu montres à ton enfant qu'il est une joie pour toi. Réjouis-toi de tes enfants et ils se réjouiront d'eux-mêmes – et de toi !**

**Mais je ne veux pas dire par là que le fait de gâter, de ne pas donner de structures, de ne pas mettre de limites soient des attitudes souhaitables. Tout au contraire : elles peuvent beaucoup nuire à ton enfant parce qu'à cause d'elles ton enfant aura un niveau de tolérance très bas à la frustration et peu de motivation.**

**Combien de querelles, de luttes, de cris, d'accès de colère existent dans les familles. Et pourquoi ? Parce que les parents pensent devoir – et pouvoir – éduquer leurs enfants au moyen de la critique, de l'humiliation, de la colère et de la punition ! Et comme je l'ai déjà expliqué, si tu critiques, alors critique l'acte : « Je ne trouves pas bien que tu aies cassé l'assiette ! »**

Mais ne critique pas ton enfant. Ne dis pas : « Comment peux-tu être aussi bête de casser l'assiette ! », car cela serait une remarque extrêmement destructrice.

L'âge d'or nécessite un changement fondamental de ton comportement. Ne crois pas que la critique, la punition, et l'humiliation qui y est liée, pourront obtenir quelque chose de sensé. La colère, la querelle et la guerre sont insensées.

Loue, encourage, apprécie tes enfants et tu vivras des choses merveilleuses avec eux car cette forme d'expression de l'amour fait s'épanouir les cœurs, ce qui fait naître la joie, la légèreté et une attitude positive face à la vie. N'est-ce pas une récompense suffisante pour changer ton comportement ?

## **Les règles de conduite**

*« En 1788, Adolph Freiherr von Knigge a publié son livre sans doute le plus célèbre 'Du commerce avec les hommes ou l'art de vivre en société' (...) « Beaucoup vont se demander si actuellement, au début du 21<sup>ème</sup> siècle, de telles lignes de conduite sont encore de mise » demande Herbert Schwinghammer dans *Knaurs Neuer Knigge*<sup>81</sup> et il continue : « En tant qu'individu, n'ai-je pas le droit de me comporter de la manière que je juge correcte – à condition de ne nuire à personne ? Pour un habitant isolé des forêts ou des steppes, où le voisin le plus proche habite à une journée de marche, les conventions ne jouent sans doute presque aucun rôle. Mais la plupart des gens préfèrent une vie en société à une vie d'ermite. Sans considération mutuelle, la vie serait certainement très peu agréable et solitaire.*

*Une vie en commun harmonieuse et ordonnée ne devient possible que grâce à des normes de conduite généralement reconnues – même si pour cela on doit renoncer à l'une ou l'autre chose et qu'on doit parfois mettre de côté des motivations égoïstes. »*

Dans son livre *Business-Knigge*,<sup>82</sup> Petra Begemann l'exprime encore plus clairement : « Les temps où tous ceux qui accordaient de l'importance aux bonnes manières étaient considérés comme des petits-bourgeois bornés, ce temps est définitivement révolu. Ce que les soixante-huitards n'auraient jamais pensé possible, est devenu réalité depuis longtemps : les bonnes manières sont 'in' – oui, même plus, elles sont indispensables si on veut faire carrière dans des professions qualifiées. »

---

<sup>81</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le nouveau Knigge de Knaur.

<sup>82</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Le Knigge des affaires.

Qu'est-ce que cela veut dire pour toi en tant que père ou mère ? Que tu devrais non seulement transmettre à ton enfant des idéaux et des valeurs porteurs, mais également des bonnes manières. Le livre du baron Knigge portait le titre révélateur *L'art de vivre en société* **et non** *Comporte-toi de façon correcte, sois sage !*

Personne ne veut de personnes « sages » qui se tiennent là – debout ou assis – comme des chiens dressés – et elles n'auront guère de succès. Il s'agit donc du comportement entre êtres humains. C'est-à-dire, quel va être mon comportement afin que, aussi bien l'autre que moi, nous nous sentions bien ?

C'est pourquoi la déclaration qui dit qu'un habitant des forêts ou des steppes n'a probablement pas besoin du code de conduite est très intéressante car elle décrit cette personne comme quelqu'un qui ne se préoccupe pas particulièrement de savoir quel est le comportement correct vis-à-vis d'autrui. Mais ce n'est pas bien difficile. De même qu'il ne faut pas d'aptitudes particulières pour être malheureux, agité et sans cœur. Ceci – tout comme la pauvreté – est rapide à obtenir.

Le comportement correct envers les êtres humains est donc un grand art – surtout lorsque quelqu'un est centré en lui et a trouvé sa paix.

Cela doit s'apprendre.

Jadis, la pédagogie comportait beaucoup d'erreurs. Les enfants étaient critiqués, humiliés, régentés, opprimés – et ce traitement de terreur était sensé conduire à un comportement correct dans la société.

C'est pour cette raison que les « soixante-huitards » furent utiles : ils ont fait table rase des « habitudes obsolètes » et inutiles, ils ont assoupli les manières, tout remis en question et apporté un « vent nouveau » dans les conventions traditionnelles. Pourquoi ne devrait-on pas aujourd'hui couper les pommes de terre avec le couteau, uniquement parce que jadis les couteaux s'oxydaient ? Aujourd'hui, à l'époque de l'acier inoxydable, cela n'a pas de sens. Pourquoi celui qui a un poste supérieur devrait-il attendre que celui qui a un poste inférieur lui dise bonjour, uniquement pour respecter la hiérarchie ? Que cette attitude est dépourvue de cœur ! C'est justement celui qui a un poste supérieur qui devrait saluer en premier celui qui a un poste inférieur – ou bien les parents attendent-ils toujours que les enfants les saluent ou leur disent *bonjour* ?

Le savoir-vivre est bien, avoir du cœur **également**. Pas mieux, mais **également** ! C'est là la faute que les deux côtés ont commise : les conservateurs pensaient que les conventions étaient ce qu'il y avait de plus important et le fait qu'ils rendaient un mauvais service à leurs enfants ne leur importait pas du tout. Pour eux, le plus important était la convention et non le bien-être des enfants. Comme c'est sot.

Les avant-gardistes, par contre, pensaient que le sentiment et l'authenticité étaient importants, non la forme.

Evidemment, la vérité consiste dans l'union de ces deux points de vue : **la forme est importante, mais elle doit être liée au cœur ; la légèreté est importante, mais dans des limites, c'est-à-dire avec des bonnes manières.**

Car ni la personne qui a un comportement parfait mais qui est complètement « dans son mental », ni la personne cordiale qui ne respecte pas une distance de conversation d'au moins 50 à 60 centimètres, ne nous sont agréables. Combien c'est désagréable lorsque des personnes qui ne nous sont pas familières nous approchent de trop près, peut facilement s'observer dans un ascenseur ou lors d'une conversation où l'un recule constamment et l'autre le suit de très près. Ce dernier croit qu'il suit, l'autre par contre, se sent *poursuivi*.

Le comportement juste est donc décisif si tu veux obtenir du succès – c'est pour cette raison que j'ai même cité un extrait du Knigge des affaires ! Le meilleur moyen pour apprendre le comportement juste à ton enfant, c'est de lui permettre de faire l'expérience de la signification, du bénéfice du comportement juste.



Deux enfants se disputent. Un homme arrive et aide à clarifier. Qu'est-ce qui s'était passé ? Le petit garçon avait fait cadeau d'un dessin qu'il avait réalisé à son amie qui était un peu plus âgée et avait grandi à l'étranger. Elle l'avait gribouillé sans y attacher d'importance, trouvait-il. Mais la fille ne fit aucun cas de ses sentiments de déception ; au contraire, elle raconta de façon impertinente que dans son pays, elle avait fait et offert beaucoup de dessins et à chaque fois ceux à qui elle en avait fait cadeau, les avaient gribouillés. Le garçon était furieux, parce qu'il sentait que son amie racontait quelque chose qui le rabaissait. L'homme dit à la fille : « Regarde Pauline, Florian est blessé parce qu'il t'a fait cadeau d'un dessin qu'il a fait pour toi. Il trouve que si tu écris dessus, tu ne le respectes pas, car c'est son dessin pour toi ! » Pauline était surprise, elle aurait préféré resservir l'histoire de ses nombreux dessins sur lesquels on avait écrit. « Demande un peu à Florian ce dont il a besoin ! », l'encouragea l'homme. Elle le lui demanda, un peu à contrecœur, et la réponse vint immédiatement : « Des excuses ! » Celles-ci, elle a pu les faire de tout cœur lorsqu'elle a compris qu'il avait été blessé par la manière dont elle avait traité son cadeau. Grâce à cette petite interaction, ils ont tous deux appris beaucoup. Florian fit l'expérience qu'il avait droit à ses sentiments et qu'il est utile d'affirmer ses sentiments. Pauline réalisa qu'il est important de respecter les sentiments d'autrui, qu'il n'est pas utile de faire habilement diversion et que l'excuse qui vient du cœur peut faire des miracles.

Ainsi, les deux parties du travail du baron von Knigge sont importantes : d'une part, le fait de traiter les gens avec attention et d'autre part, le fait de cultiver les bonnes manières.

Pendant l'enfance, l'attitude qu'adopte quelqu'un lorsque, par exemple, il s'excuse comme Pauline n'a pas encore tellement d'importance. Entre adultes, par contre, l'attitude corporelle ou le contact visuel peut être plus important que l'excuse verbale. Car **les humains communiquent à 90% de manière non verbale**. Pense donc à ceci : neuf dixièmes de ta communication comme, par exemple ton attitude corporelle, peuvent contredire tes paroles !

Sois donc très attentif à ton attitude : ta façon d'être assis, de te tenir debout, de marcher, de parler, de regarder autrui.

Apprends donc à tes enfants, avec amour et de façon enjouée, comment bien se comporter. Permits-leur de faire du sport qui les fortifie.

Mais pense encore à une chose essentielle : **pour les personnes qui ont une bonne estime de soi, il est facile de respecter autrui, de s'excuser, d'avoir du tact et d'être discrètes.**

En outre, les personnes qui ont reçu beaucoup d'encouragement et qui ont un respect sain d'elles-mêmes n'ont pas de difficultés à se comporter et à se mouvoir de telle manière que les autres se sentent respectés par elles.

Ou bien, encore dit autrement : comment tes enfants pourraient-ils savoir comment s'exprimer vis-à-vis d'autrui, s'ils ne l'ont pas vécu à la maison ? **Ou : comment veux-tu apprendre les règles du savoir-vivre à tes enfants si, par ton incapacité à les traiter avec amour, tu démontres que tu ne sais pas du tout ce que tu leur apprends ou – pire encore ! – que tu ne respectes pas toi-même ce que tu veux leur transmettre ?**

C'est pourquoi, vis ta relation positive par rapport à autrui tout d'abord avec ton partenaire et avec tes enfants, alors tu auras déjà obtenu beaucoup, vraiment beaucoup. Car celui qui change l'atmosphère au sein de sa famille, change à terme le monde entier.

## **S'il vous plaît et merci**

Il est effarant de voir que bon nombre de parents n'accordent que peu d'importance aux mots *s'il vous plaît* et *merci*, pour eux-mêmes et pour leurs enfants. Alors que ces mots sont d'une si grande importance.

Le *s'il vous plaît* est une expression de respect, d'appréciation et d'estime. Selon l'ancienne loi : « **œil pour œil, dent pour dent** »<sup>83</sup>, le *s'il vous plaît* signifie que je respecte l'autre autant que moi-même. C'est pourquoi le petit mot *s'il vous plaît*<sup>84</sup> est si grand : il exprime le respect que je suis capable de ressentir envers moi-même, envers autrui et envers Dieu.

**C'est pour cette raison que la vie sans *s'il vous plaît* est une vie sans respect. Et une vie sans respect est une vie sans joie.**

Ceci nous amène à l'autre petit mot si important, le *merci*. Le *merci* exprime encore plus clairement que je vois ce que je reçois, que quelqu'un me donne quelque chose et que cela ne va pas de soi.

Dans *Sai Baba parle de la psychothérapie*, je dis qu'une personne peut rembourser toute forme de dette – sauf celle qu'elle a vis-à-vis de sa mère. Ce que la mère fait pour son enfant va dans bien des cas si loin qu'un enfant ne pourra jamais le lui rendre. Un enfant a cependant la possibilité de donner une grande joie à sa mère : par le fait **d'être heureux et reconnaissant**. Mais les mères doivent éduquer leurs enfants en ce sens. Et comment le font-elles ? Par la remontrance, la réprimande, la critique ou les agressions ? Bien sûr que non, car comme disent Rudolf Dreikurs et Vicki Soltz dans *Children : The Challenge*<sup>85</sup> : « *Si la mère veut réellement changer le comportement de ses enfants, alors elle doit agir. Les mots ne servent à rien.* » Par le fait qu'elle soit un bon exemple pour ses enfants en disant elle-même *s'il vous plaît* et *merci*, en demandant à ses enfants de le faire également – et qu'elle ne réagisse pas lorsque ces mots ne sont pas dits.

Les enfants apprennent aussitôt lorsqu'ils constatent qu'ils n'obtiennent pas ce qu'ils désirent. Cela est un simple **apprentissage par les conséquences des actes**.

Et là aussi, les parents ne font pas cela pour eux-mêmes, mais pour leurs enfants. Car les enfants polis, reconnaissants, joyeux sont partout les bienvenus. Et comme dit si bien H. Jackson Brown Jr. : « *Apprends à comprendre que le bonheur ne naît pas de la possession de biens, du pouvoir ou du prestige, mais uniquement des relations avec les personnes que tu aimes et que tu respectes.* » Tu devrais lire et relire ce merveilleux livre, intitulé *Le Petit livre de la vie - Manuel d'instructions* car il te transmet 365 sagesses qu'un père plein d'amour a rassemblées pour son fils.

Son fils a dit « merci » du fond du cœur – et je m'y associe.

Si nous lisons le point 124 du beau livre de H. J. Brown, alors nous arrivons à un autre aspect : « *Prends pour habitude d'accorder des gentillesse à autrui, sans que ceux-ci ne s'aperçoivent de qui elles viennent.* » C'est exactement ce qu'exprime l'amour des parents. Pour eux, il va tellement de soi de faire du bien aux enfants qu'ils n'attendent aucun remerciement.

De même que pour Dieu, il n'est pas important que les humains Lui disent merci – pour les humains, par contre, il est décisif qu'ils aient de la gratitude ! Car la gratitude est une des conditions les plus importantes du bonheur – en particulier pour le bonheur durable (cf. Stephan von Stepski-Doliwa, *Ich bin ich und ich bin gut, mein Dank, meine Erfolge, meine Ziele*).<sup>86</sup>

C'est ainsi que les personnes qui n'ont pas de gratitude, ni vis-à-vis de Dieu ni vis-à-vis de leur prochain, perdent tôt ou tard leur bonheur et leur paix intérieure. En plus, leur ingratitude gonfle leur ego ce qui ne facilite pas non plus leur vie.

---

<sup>83</sup> Ndt : l'expression allemande « *Wie ich dir, so auch mir* » se traduirait textuellement par : « Ce que je te fais à toi, je le fais à moi. »

<sup>84</sup> Ndt : en allemand, *s'il vous plaît* se dit *bitte*, ne consiste donc qu'en un seul mot.

<sup>85</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Les enfants : un défi.

<sup>86</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien, mes remerciements, mes succès, mes buts.

## Les enfants sont-ils les amis de leurs parents ?

Comme nous le voyons constamment, les enfants sont très dépendants de leurs parents, de leurs connaissances, de leur clarté, de leur engagement et de leur amour. Est-ce que cela fait des parents les amis de leurs enfants ? Ou bien des enfants les amis de leurs parents ?

Que veut dire être un ami ? Un ami, c'est quelqu'un qui est au **même** niveau que moi et auquel me lient des sentiments positifs profonds. Pendant très longtemps, les enfants ne sont donc pas les amis de leurs parents car ils ne se trouvent **pas** au même niveau qu'eux. Pourquoi pas ? Pense à la période après la conception et après la naissance. Après la conception, les parents décident de la vie ou de la mort d'un enfant – par exemple, s'ils devaient se décider pour l'avortement (cf. à ce propos *Sai Baba parle des relations*, p.199 et suiv.). Ou bien après la naissance, où les parents sont tout à fait libres de disposer de l'enfant et de décider s'ils le gardent ou non, s'ils le donnent, voire s'ils le vendent ou le tuent ! Les parents ont un pouvoir incroyable, parfois même un pouvoir inquiétant sur leurs enfants qui s'étend, et ce n'est pas rare, sur toute une vie – et au-delà !

En outre, durant de nombreuses années, les parents sont un modèle pour leurs enfants et ceux-ci les imitent.

De plus, le point décisif est le suivant : même quand leurs enfants sont adultes, les parents les voient et les traitent en partie comme des enfants de cinq ou sept ans – et, par ailleurs, les enfants se comportent de cette manière !

Cela veut dire que pendant très, très longtemps, une situation de transfert existe entre les parents et les enfants, c'est pourquoi une base paritaire, une base ayant les mêmes droits, pour une amitié ne peut pas exister.

La relation parent/enfant est unique et empreinte d'une intensité et d'un amour que les amitiés n'atteignent que rarement. Cela est dû au fait que les enfants doivent leur corps et sa subsistance aux parents. En revanche, grâce à leurs enfants, les parents vivent des expériences et des profondeurs affectives qui, dans la plupart des cas, durent toute une vie, souvent même plusieurs incarnations.

Bien sûr, cela devrait également être le cas pour les relations des couples. Mais, comme nous pouvons le constater actuellement, d'innombrables personnes se séparent et ne se voient et ne se parlent plus jamais.

Si on observe les constellations familiales, beaucoup de questions restent sans réponse si on ne met pas en place les parents – ou les enfants. Qu'a dit Goethe : *Blut ist ein ganz besonderer Saft, le sang est un suc tout particulier* ! Et ce suc si particulier – qui pour cette raison ne peut pas être répandu, ni chez les humains, ni chez les animaux ! – lie les parents et les enfants.

Bien plus tard – à peu près dès 35 ans – et à condition qu'il existe une grande part d'amour et de clarté entre les parents et les enfants, ils peuvent envisager leur relation à un niveau de plus en plus amical. Les parents et les enfants doivent sentir ce qui est juste pour eux et quelle forme de relation ils veulent établir et garder entre eux afin de se donner toujours davantage.

En aucun cas, les parents ne doivent essayer d'être des amis pour leurs enfants durant l'enfance et l'adolescence, surtout pas au moment de la puberté.

De nos jours, presque tout est remis en question. Ce n'est pas mauvais en soi, au contraire, c'est même bien dans de nombreux cas. Malheureusement, souvent on ne s'arrête pas à la remise en question et il n'est pas rare qu'on passe à l'action **avant** qu'une réponse claire n'ait été trouvée. Et dans la relation entre parents et enfants, cela présente toujours un problème plus ou moins grand.

Comme il a déjà été dit, il existe une grande disparité de pouvoir entre les parents et les enfants. Les uns peuvent donner des ordres, décider, tirer les conséquences, les autres doivent obéir. Dans un premier temps, le pouvoir des parents signifie pour l'enfant aide et secours. Par

exemple, si un enfant veut traverser la route et que la mère y voit un danger et crie pour que l'enfant s'arrête, alors l'obéissance de l'enfant décide de la vie et de la mort ou de l'invalidité.

Aujourd'hui, on remet en question cet écart de pouvoir. C'est ainsi que subitement parents et enfants se voient au même niveau, s'appellent mutuellement par leur prénom et discutent de leur vécu comme s'ils étaient des amis. Mais ils ne le sont pas et les parents doivent garder cela présent à l'esprit, tout particulièrement s'ils devaient être tentés de parler de leurs problèmes avec leurs enfants, spécialement de leurs problèmes de couple ou même de leur vie sexuelle. **Ici, il n'y a pas d'égalité. Ici, il n'y a rien à remettre en question afin de vouloir le mettre au même niveau ! L'enfant a besoin de la sécurité d'avoir pour mère la mère, et pour père le père.**

Les enfants ont le droit de discuter de leurs problèmes, de leurs soucis avec leurs parents. Ceci est une part du devoir parental. Et les bons parents sont volontiers là pour leurs enfants.

**Mais il n'est pas du devoir de l'enfant d'être présent pour les parents comme conseiller.**

Si les parents parlent de leurs problèmes relationnels ou même de leur sexualité à leurs enfants, alors cela frise l'abus ! Ces questions n'ont rien à faire dans la relation entre parents et enfants – tout aussi peu que le baiser des parents sur la bouche des enfants.

Les parents sont les géniteurs, les soutiens de la famille, les protecteurs, les conseillers, les confidents, les soignants, les enseignants et parfois aussi les pasteurs de leurs enfants. Dans un premier temps, les enfants ne le sont pas. Si la situation s'inverse, que les parents adoptent le rôle des enfants et sont alités, alors les enfants assument de plus en plus le rôle des parents – et tout comme ceux-ci les ont accompagnés dans la vie, les enfants les accompagnent maintenant hors de la vie.

Lorsque les enfants prennent ainsi soin de leurs parents, au niveau psychologique, physique et il n'est pas rare qu'ils le fassent également financièrement, alors se réalise ce que je redis souvent : les parents sont (en anglais) *parent*, ce que je prononce comme *pay rent*, paye-leur la rente. Lorsque c'est le cas, cela compense en partie ce que les parents ont donné aux enfants. Mais cela ne compensera jamais totalement, car « la balle d'or de la vie » n'est pas rendue aux parents, mais transmis aux propres enfants. Et c'est ainsi que cela doit être, car qu'a dit Goethe de façon si merveilleuse ? « *Grün allein ist des Lebens goldener Baum* », « Seul l'arbre d'or de la vie est vert », et celui-ci pousse des racines vers les feuilles – et non l'inverse !

## La puberté

Un jour, une fille de quatorze ans a dit : « *La puberté, c'est quand les parents deviennent difficiles !* » Je trouve que, dans de nombreux cas, cette affirmation est exacte !

Là, de nombreux parents vont être surpris – certains même indignés. Pourquoi ? Qu'est-ce qui fait que vous vous indignez ? **L'indignation est bien souvent la barrière qui empêche d'apprendre.**

Pour l'adolescent, la puberté est une période difficile pendant laquelle presque tout se modifie. Son corps qui jusqu'à présent lui était familier se transforme, son monde affectif, son identité, sa position dans la société – et chez les garçons en plus la voix. Tout cela, vos enfants doivent l'accomplir. En êtes-vous conscients ? En êtes-vous conscients dans cette dimension importante qui englobe presque tout ? Etes-vous capables d'accompagner vos enfants lors de ce processus difficile ? Etes-vous capables de ressentir ce qu'ils ressentent ? Etes-vous capables de leur transmettre votre estime ?

Pensez à ce qu'a dit Freud : que tous les sentiments et conflits qui ont été mis en route durant les premières années de la vie se raniment lors de la puberté.

Etiez-vous présents pour vos enfants durant les toutes premières années de leur vie ? Avez-vous su les comprendre et comprendre leurs sentiments à cette époque ? Ne les avez-vous pas

ignorés, engueulés, voire battus ou laisser pleurer toute la nuit, soit par commodité, soit parce qu'un ami sans cœur, un proche, un médecin ou un naturopathe<sup>87</sup> vous l'avait conseillé ? Les avez-vous traités avec respect et attention – et, par exemple, avez-vous toujours frappé à la porte lorsque vous vouliez entrer dans leur chambre ? Vous êtes-vous souciés de trouver pour vos enfants de bonnes écoles et le *satsang*, la bonne compagnie ? Car, pense à ceci : **ce sont les amis et les connaissances qui influencent particulièrement les jeunes durant la puberté et tu récoltes alors ce que tu as semé.**

Si vous avez toujours été présents de façon positive pour vos enfants, alors je ne comprends pas comment ils peuvent aboutir à la maxime mentionnée ci-dessus.

Je modifierais cette maxime ainsi : **La puberté, c'est la période qui met en évidence que la relation parents/enfant était déjà difficile avant !**

Je vois les enfants comme des fleurs. Si tu les traites correctement, ils poussent bien et fleurissent. Sinon, non seulement elles ne fleurissent pas, mais elles meurent même.

Accorderais-tu foi à une personne qui t'affirmerait que ses roses sont têtues et ses orchidées récalcitrantes ? Devant de telles affirmations, un bon jardinier n'en resterait pas là mais il demanderait aussitôt **comment** tu as traité tes plantes.

Et quelle pourrait être la réponse ? Que tu ne les as pas traitées correctement. **Que tu leur as donné ce que toi tu pensais pouvoir leur faire du bien mais qui ne leur a pas fait de bien.**

Les plantes n'étaient ni têtues ni récalcitrantes, elles ont plutôt dépéri faute de soins corrects. Que ne t'es-tu renseigné au préalable auprès d'un **bon** jardinier !

De nombreux parents ont un grand problème en ce sens qu'ils ne veulent pas s'avouer **combien ils ont souffert eux-mêmes dans leur enfance.** Ils racontent qu'ils ont été battus, humiliés, surmenés, méprisés – et ils concluent par la phrase vraiment stupide : « Cela ne m'a pas fait de tort ! » Je demande : Comment le savez-vous ? Qui vous dit que vos parents vous ont laissé suffisamment d'estime de vous-mêmes, c'est-à-dire de sensibilité par rapport à vous-mêmes, afin que vous puissiez sentir comment vous allez, ou plutôt tout ce qui ne va plus, tout ce qui n'est plus possible ? **Comment savez-vous que vous ne représentez pas un préjudice pour vos enfants parce qu'on a tellement porté préjudice à votre « enfant intérieur », donc à votre monde affectif, que vous n'êtes plus capables de sentir cela et que vous ne remarquez pas non plus que vous portez un préjudice semblable au monde affectif de vos enfants ?**

Beaucoup de personnes ne sont pas conscientes ni de ce qu'elles font ni de ce qu'elles se font ainsi à la longue à elles-mêmes et à autrui.

Celui qui n'est pas n'a pas d'amour envers lui-même, ne peut pas non plus en avoir envers autrui – et surtout pas envers ses propres enfants. Malheureusement, beaucoup de parents n'ont pas été autorisés à être bons envers eux-mêmes ni à développer par ce moyen l'estime d'eux-mêmes, la perception d'eux-mêmes et la réflexion personnelle. C'est pourquoi ils ne peuvent pas sentir ni percevoir ce qu'ils se font subir à eux-mêmes et à autrui – mais surtout à leurs enfants.

Dès que ces enfants deviennent forts, ils mettent des limites – également vis-à-vis de leurs parents. Ils doivent le faire afin de trouver leur identité – parfois même pour la sauver. Dans de nombreux cas, les parents ne savent pas comment s'y prendre avec ces limites. Mais la question est la suivante : ont-ils jamais respecté les limites de leurs enfants ? Ont-ils eu un comportement **clair et net** vis-à-vis de leurs enfants ? Somme toute, les ont-ils perçus ? Mais où sont alors l'empathie, la compréhension et le respect de l'enfant ? L'enfant n'est-il pas obligé de s'opposer afin de trouver et d'emprunter son propre chemin ?

---

<sup>87</sup> Ndt : Heilpraktiker : un terme utilisé en Allemagne pour désigner un naturopathe non médecin, mais reconnu par l'Etat.

Est-ce que les parents voient où ils se situent et où se situent leurs enfants ? Somme toute, réfléchissent-ils pour savoir si la place qu'ils attribuent – parfois de manière plutôt insouciant – à leurs enfants est la bonne ?

Pose-toi beaucoup de questions – car ton enfant te les pose également ; de plus, il te remet en question en tant que personne. Plus tu seras critique vis-à-vis de toi-même, plus tu trouveras des réponses sincères et alors il te sera plus facile de comprendre ton enfant.

## Les relations de couple

Aujourd'hui, de nombreux jeunes ont leurs premières relations – y compris la relation sexuelle – à l'âge de douze, treize ans. Les adolescents – et pas mal de parents aussi – trouvent cela tout à fait normal. Les mères accompagnent – comme étant une grande preuve d'amour et de sollicitude ! – leurs filles chez le gynécologue et celui-ci leur prescrit, cela va de soi, la pilule contraceptive.

Et comment se termine cette liberté sexuelle tant vantée ? Par des cœurs brisés !

Bert Hellinger a tout à fait raison lorsqu'il dit que la première relation de couple a 100% d'intensité, de proximité et de don de soi et que chacune des relations ultérieures n'a plus que la moitié du pourcentage restant. Aujourd'hui, beaucoup d'adolescents ont déjà eu, à l'âge de 18 ou 20 ans, cinq à dix partenaires sexuels différents et cela continue après de la sorte.

Que veut-on obtenir ainsi ? A quoi cela peut-il bien servir ?

Certaines personnes affirment que c'est bien, parce qu'elles ne font jamais la constellation de base pour voir combien les relations précédentes les influencent encore. Si elles voyaient quelle influence les « ex » ont encore, alors il ne leur viendrait pas à l'idée de les appeler « ex » car ils ne le sont pas !

**Pour pas mal de personnes, certaines relations se sont terminées il y a 10 ou 20 ans mais elles y tiennent toujours bien qu'elles n'en soient pas conscientes.** C'est pour cette raison qu'elles ne peuvent pas s'engager dans la relation actuelle, vu qu'elles sont bloquées par les relations précédentes.

**Les relations ne sont pas une plaisanterie. Les relations ne sont pas non plus un passe-temps. Les relations ne sont pas là pour « faire des essais ». Les humains ne sont pas des cobayes** – ces derniers ne devraient pas non plus être utilisés, usés et maltraités à cette fin.

Une relation peut préoccuper un être humain une vie durant. Tu ne devrais pas prendre les relations de couple à la légère car elles peuvent devenir très, très dangereuses. Combien d'êtres humains ont des blessures, occasionnées par un ex-partenaire, qui ne guérissent pas des années et des décennies durant. Combien d'êtres humains se sont suicidés et se suicident parce qu'une relation les a profondément déçus.

**Les relations de couple sont une affaire très, très sérieuse – et le cœur n'est pas un « terrain de jeu » mais un « canapé à deux places ».** Une place est pour toi et l'autre pour ton partenaire. **Ne fais donc jamais d'essais. Note plutôt par écrit : premièrement, comment ton partenaire devrait être, quelles qualités il devrait avoir et deuxièmement, ce que tu as besoin qu'il te donne et troisièmement, ce que toi tu aimerais donner.**

**Prépare trois listes précises** et lorsque tu fais la connaissance de quelqu'un, compare-le à ta liste. Ne conclus pas de « mauvais compromis »: combien se sont engagés dans des relations à cause de l'ennui, à cause de la solitude, pour des raisons de prestige, à cause du désir d'être reconnu, à cause du besoin de proximité ou à cause de la sexualité et l'ont amèrement regretté.

Dans le livre *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, lis l'histoire *Isaak ou le bon moment* et vérifie si tu as avec un partenaire éventuel les points communs qui y sont décrits.

**Ne t'engage pas dans une relation si tu as des doutes, si tu n'as pas un sentiment clair et bon.** N'aie jamais une relation sexuelle avant de t'être, au niveau de tes sentiments, clairement

décidé pour quelqu'un. La sexualité est une pulsion très forte et qui a de multiples visages – désir, joie, reconnaissance, proximité, estime de soi.

Mais la sexualité est également une force avec laquelle il ne faut pas badiner. En un clin d'œil, elle peut t'empêtrer dans les plus grands problèmes et dans la souffrance la plus profonde.

Apprends donc à te protéger. Respecte-toi. Respecte ton cœur. Respecte ta sexualité. **Tu le vaux vraiment.** Travaille chaque jour avec le livre *Ich bin ich und ich bin gut*<sup>88</sup> car cela développe ton estime de toi et te permet de travailler activement avec tes buts.

**En tant que mère ou père, apprend à tes enfants à traiter avec prudence leur âme, leur corps et autrui. Apprends-leur à être attentif,** ainsi tu pourras les préserver de beaucoup de choses et, de ce fait, leur donner beaucoup.

En tant qu'adolescent, mets à profit la période jusqu'à 18 ans pour trouver et développer l'estime de toi. Ne t'engage pas dans une relation avant 18 ans au plus tôt car ton estime de toi est encore trop faible pour te permettre de choisir le partenaire qui te convient de manière optimale.

Une mauvaise estime de soi fait qu'une personne s'engage dans une relation qui, à terme, ne la satisfait pas.

Et si tu n'es pas satisfait et qu'en plus tu es jeune, alors ta relation de couple ne durera pas.

**Les séparations mènent aux déceptions. Si tu as peur d'être déçu, tu ne t'engageras pas vis-à-vis de ton partenaire ou tu chercheras un partenaire qui n'est pas assez important pour pouvoir te décevoir profondément. L'insatisfaction, la perte de l'estime de soi et la séparation sont ainsi préprogrammées. Plus cela t'arrive souvent, plus ton choix de partenaire sera peu clair.** Ici, ce n'est pas « *en forgeant que l'on devient forgeron* » du succès mais, au contraire, de l'échec !

**Respecte-toi et sois donc très, très prudent.**

**En aucun cas, ne te programme sur « chercher » et « essayer », mais sur trouver, bonheur et constance.**

Ton cœur est beaucoup trop tendre pour pouvoir le traiter à la légère.

Attends donc jusqu'à ce que tu rencontres le bon/la bonne partenaire – et, de cette manière deviens lucide, fort et, par conséquent, capable de donner et d'accepter énormément.

A cause de toutes les blessures que les adolescents peuvent rencontrer, les parents devraient, dès le départ, développer un excellent rapport de confiance avec leurs enfants, la condition pour que ces derniers acceptent les remarques des parents – surtout au moment, pas particulièrement facile, de la puberté. Ils devraient parler avec leurs enfants, déjà dès l'âge de **dix ans** – bien sûr, en fonction de leur développement ! – et de toutes les manières possibles les aider à se protéger afin qu'ils gèrent leurs sentiments passionnés avec prudence et ne les vivent pas de manière insouciant.

Mais « persuader » n'est souvent pas suffisant ici. Les parents doivent transmettre à leurs enfants des valeurs et des idéaux solides et éveiller leur enthousiasme pour des matières ou des loisirs importants.

L'ennui et des exemples minables sont la raison du fait que les jeunes font beaucoup de choses qui, à terme, leur nuisent et qu'ils ne savent guère gérer.

Les parents et les écoles doivent donner une orientation, ils doivent offrir des alternatives qui sont capables d'enthousiasmer les jeunes. L'enjeu vaut vraiment la peine car il n'y a rien de plus beau que des jeunes qui, heureux, positifs et clairs, profitent de la vie.

---

<sup>88</sup> Ndt : ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Je suis moi et je suis bien.

## La Gâyat୍ରî

Il n'y a qu'un pas du sujet d'une bonne orientation au mantra de la Gâyat୍ରî dont la signification principale est : Conduis-moi à l'illumination (voir annexe).

La Gâyat୍ରî peut guérir et dissoudre les mauvaises énergies, elle donne une grande protection et procure la paix intérieure. On la chante et son air est fort, puissant et malgré tout agréable.

La Sai-Gâyat୍ରî a une mélodie encore plus douce. C'est la Gâyat୍ରî qui est centrée sur moi et sa puissance est due à la vérité que je suis l'Avatar de cette époque.

Beaucoup de gens ont des difficultés avec cette affirmation car ils ne peuvent pas se familiariser avec l'idée que je suis Dieu incarné. C'est pour cette raison que j'ai dicté dans *Sai Baba parle du monde et de Dieu* une histoire intitulée *Ça marche* (p. 28 et suiv.). L'histoire raconte que les enfants réagissent de manière positive au chant de ce mantra et se calment en un clin d'œil. Par ailleurs, ce mantra a également de l'effet lorsqu'on n'y croit pas.

Pour certaines personnes, l'affirmation de ce mantra que je suis Dieu n'est pas acceptable. Pourtant, il n'y a là rien d'extraordinaire. Car premièrement, c'est exact et deuxièmement, tu es également Dieu. La seule différence entre toi et moi, c'est que moi je le sais et toi, tu ne le sais pas encore !

En tout cas, ces mantras aident, et tu devrais absolument dès le début, donc déjà pendant la grossesse, chanter l'un ou l'autre au moins trois fois à tes enfants, ou encore mieux trois fois trois fois – donc trois fois le matin, le midi et le soir. Ce sera bénéfique pour toi comme pour eux, car la tâche principale des deux mantras – de la Gâyat୍ରî et de la Sai-Gâyat୍ରî – est de dénouer les problèmes et de stimuler ton évolution spirituelle.

## Les thérapies

Beaucoup de ceux qui empruntent un chemin spirituel pensent qu'ils peuvent tout résoudre au moyen de la récitation des mantras, peut-être même s'épargner une psychothérapie. Fondamentalement, c'est exact en particulier pour les Orientaux car ils ont plus de patience. L'Occidental est plus impatient, plus poussé par l'activité et très orienté vers les solutions rapides – ce qui lui permet d'être très efficace et ce qui lui a permis de mettre en place des structures économiques et des démocraties qui fonctionnent bien.

Mais vu qu'habituellement il cherche la solution à ses problèmes dans l'action et non dans la patience, il n'attendra pas le temps nécessaire pour que les mantras puissent agir et transformer en profondeur. C'est pourquoi une excellente thérapie lui convient mieux.

Nous arrivons maintenant à un problème fondamental : **la plupart des gens pensent que le problème, ce sont les autres et que seul les autres ont des problèmes. Si les autres étaient différents, tout irait bien.** Les gens ont de grandes difficultés pour voir où se situent **leurs taches aveugles** – c'est d'ailleurs pour cela qu'on dit *taches aveugles* ! C'est pourquoi ils n'entament pas de réflexion sur eux-mêmes, même lorsqu'ils ont déjà des problèmes dans différents domaines et des difficultés au sein de leurs relations. Au contraire, beaucoup se contentent de chercher la faute chez autrui et continuent leur « petit train-train » peu prometteur.

Le monde serait bien meilleur si les gens ne voyaient pas constamment les problèmes chez les autres – mais alors nous ne serions plus face aux conséquences du *kaliyuga*, mais dans l'âge d'or ! **Kaliyuga signifie aveuglement.** On peut constater cet aveuglement dans tous les domaines, y compris dans l'éducation des enfants et la prise de conscience des problèmes.



C'est pourquoi certains parents, et ils ne sont pas rares, trouvent encore toujours aberrant que **leur** enfant ait besoin d'une thérapie. Leur enfant n'a pas besoin « d'une chose pareille » – et eux-mêmes encore moins !

Pas étonnant que les personnes qui pensent ainsi aient des problèmes. Car celui qui traite sa situation et celle de ses enfants de la sorte a évidemment des problèmes. Car s'il n'en avait pas, il demanderait au moins pourquoi l'autre – par exemple un ami, un enseignant ou le partenaire – pense qu'une thérapie pourrait éventuellement l'aider.

Seul celui qui demande, obtient des réponses et seul celui qui désire entendre des réponses peut continuer à évoluer. **Et seul celui qui continue à évoluer et qui désire continuer à évoluer est dans le flux de la vie.** Celui qui refuse essaye inconsciemment de se mettre à l'écart. Mais comment veux-tu te mettre à l'écart de la vie ? Ce n'est que grâce à la vie que tu as un corps et une existence. Si tu es à l'écart de la vie, tu es obligatoirement à l'écart de ton corps, de tes sentiments et de ton existence. Et si nous nous souvenons, les problèmes psychologiques créent des blocages dans le corps qui peuvent aller jusqu'à l'incapacité de vivre. Le refus de s'ouvrir à la vie est donc en fin de compte le refus de sa propre existence. Mais que transmets-tu à tes enfants, quels programmes leur transmets-tu lorsque tu refuses ta propre vie ? Ne refuses-tu pas alors également leur vie ?

Une bonne thérapie est donc importante. **Surtout lorsque ce sont les parents qui la font.** Car si les parents sont au clair avec eux-mêmes, les enfants le sont également.

Anna Freud s'est fortement investie pour les enfants. Pendant la guerre, elle a accueilli des orphelins et avec son amie Dorothy Burlingham, elle en a pris soin. Après leur émigration commune à Londres en 1940, elles ont créé la *Hampstead Nurseries* où elles accueillait des enfants et en prenaient soin. Elles étudièrent leur comportement et notèrent leurs observations, leurs expériences et leurs réflexions dans de nombreux ouvrages, vu que le généreux sponsor américain leur avait demandé un compte-rendu mensuel. Ces comptes-rendus, qu'Anna Freud écrivit en partie durant les longues nuits de bombardements, donnent une idée impressionnante de la situation de cette époque et du développement des enfants.

Anna Freud, son père Sigmund Freud, Dorothy Burlingham, August Aichhorn, Alfred Adler, Margaret Mahler, Bruno Bettelheim, René Spitz, Alice Miller et beaucoup d'autres font partie des personnalités dont le travail accompli pour les enfants ne peut jamais être surévalué. Avec des connaissances approfondies, de l'engagement et beaucoup d'amour, ils se sont donnés à fond pour les enfants et ils ont ainsi fait énormément pour l'humanité.

Il n'est donc pas étonnant que la psychanalyse pour enfant eût une grande renommée, comme le montrent leurs écrits et le rapport du cas Annelise Ude-Pestel, dénommée *Betty*, qui relate la thérapie réussie de la fille du même nom.

Mais il y a eu aussi d'autres courants qui s'occupèrent des enfants et furent méritoires, tel le psychodrame. Jakob Levy Moreno, un thérapeute très doué et un homme admirable, s'est inspiré du théâtre pour élaborer cette forme de thérapie qui, grâce à l'expression théâtrale, peut résoudre beaucoup de choses. Actuellement, le psychodrame s'occupe de plus en plus de la thérapie des enfants et fait beaucoup de bien dans ce domaine.

L'approche de Bert Hellinger est très réussie, car il met tout de suite en place la famille entière. Si pour la clarification de la situation cela s'avère nécessaire, alors le thérapeute remonte à plusieurs générations. En plus, pour la constellation, il ne met pas en place les membres de la famille mais des participants du groupe, ce qui rend tout le processus plus léger et plus vivant.

Cette méthode est née du mouvement que Gregory Bateson, Jay Haley, Ronald D. Laing, Helm Stierlin et Mara Selvini Palazzoli ont fondé ou plutôt poursuivi. Le concept « thérapie familiale systémique » vient de ces approches. Ils ont été les premiers à l'utiliser, mais pour

eux il représentait autre chose que pour Bert Hellinger. En effet, ils travaillaient avec toute la famille.

A cause de la dynamique et des implications qui en découlent inévitablement, les thérapeutes cités ci-dessus ne travaillaient pas seuls mais à plusieurs, une partie guidait la thérapie pendant que l'autre partie observait et supervisait le travail derrière un miroir sans tain.

Comme l'ont relaté à plusieurs reprises les auteurs cités, cette méthode de thérapie leur a permis d'obtenir des résultats importants, elle s'est également montrée particulièrement efficace dans le traitement des psychoses (cf. Bateson et al. *Vers une théorie de la schizophrénie*).

Mais cette forme de thérapie avait deux inconvénients majeurs : plus ou moins toute la famille devait être prête à participer aux séances. Et on devait engager et payer plusieurs thérapeutes. Cela fonctionne très bien dans le cadre d'une activité de recherche ou une activité universitaire, comme ce fut le cas pour Helm Stierlin et ses travaux, qui rencontrent un intérêt mondial, le prouvent manifestement.

Par contre, pour beaucoup de thérapeutes qui ont leur propre cabinet, la constellation familiale telle que l'enseigne Bert Hellinger se révèle mieux adaptée à la pratique. Elle est facile à mettre en pratique – à condition d'avoir plusieurs membres du groupe à sa disposition. En revanche, ici les restrictions consistent dans le fait que certains thérapeutes considèrent être des spécialistes et pensent que ce qui semble être très clair, plausible et simple chez Bert Hellinger, le serait réellement et qu'ils y réussiraient tout aussi bien (cf. aussi *Sai Baba parle de la psychothérapie*, p. 230 et suiv.). Ici, en partie, de grands problèmes se font jour et plus d'un pense trouver l'aide qu'il cherche en faisant une constellation selon Bert Hellinger – et force lui est de constater que l'aide ne vient pas uniquement de la méthode, mais pour le moins tout autant de celui qui l'utilise.

En dehors des méthodes de thérapies décrites, il en existe encore bien d'autres qui s'efforcent d'aider les enfants.

Le travail d'Isolde Mehringer-Sell qui intègre fortement les sentiments dans le travail avec les enfants et, comme l'indique le titre de son livre – *Mama, glaub mir, ich habe schon einmal gelebt*<sup>89</sup> –, elle accompagne aussi les enfants dans des vies antérieures. Elle fait cela très bien et de manière très compétente. Et le livre en témoigne. En plus, il est d'une grande importance qu'on reconnaisse la réalité de l'existence de plusieurs vies.

Malgré cela, je dis : attention ! Remonter dans des vies antérieures n'est pas une plaisanterie ! Ce n'est pas pour rien que les Vedas disent que les êtres humains ne devraient pas se préoccuper trop tôt de leurs vies antérieures, c'est-à-dire pas trop longtemps avant leur *moksha*, avant l'abandon définitif de leur corps.

Le travail sur les thèmes des vies antérieures est utile et la thérapie d'Isolde Mehringer-Sell le montre. Mais es-tu toujours conscient des impondérables auxquels tu peux être confronté et des dangers auxquels tu t'exposes lorsque tu remontes dans les vies antérieures ? Et qu'arrive-t-il lorsque quelqu'un se risque à utiliser cette méthode de thérapie mais qu'il n'a ni sa compétence ni sa clarté ?

Ma maxime, que j'aimerais recommander chaudement à tous les thérapeutes, est : **Keep it simple!** Plus ton travail est simple et plus ton comportement en tant que personne et thérapeute est nuancé, plus tu prouves ta maîtrise. Et seuls les maîtres devraient donner des thérapies (vois aussi ce que j'ai dit à ce sujet dans *Sai Baba parle de la psychothérapie*).

Mais si, par ton engagement, tu aides un enfant et que tu ne nuis à personne, alors ton effort en valait la peine sous plusieurs rapports car si tu rends un enfant heureux, tu apportes parfois

---

<sup>89</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Maman, crois-moi, j'ai déjà vécu une fois.

un soulagement à toute une famille. Et lorsqu'une seule famille va bien, cela rayonne sur la société entière dans laquelle elle vit.

## La communication

Ceci nous amène à l'alpha et oméga de toute expression humaine : la communication !

C'est ta façon de communiquer qui détermine le succès et l'échec à tous les niveaux.

**Si tu sais bien t'exprimer, si tu le fais avec empathie et prévenance et qu'en plus tu sais écouter, alors le succès t'est acquis.** Combien de problèmes, de querelles, de désaccords, d'altercations belliqueuses sont la conséquence d'une mauvaise communication, voire d'une communication lamentable !

Vu que j'ai beaucoup écrit sur la communication dans *Sai Baba parle des relations*, tout comme dans *Sai Baba parle de la psychothérapie*, dans *Sai Baba parle aux Occidentaux* et dans *Sai Baba parle du monde et de Dieu*, je cite comme exemple une communication pleine d'amour et d'empathie du livre du Prof. Webb et. al. *Guiding the Gifted Child. A Practical Source for Parents and Teachers.*<sup>90</sup>

« Un collègue psychologue organisait assez souvent des séminaires le week-end. Son jeune fils de quatre ans savait que son papa, lorsqu'il était à la maison le week-end, aimait laver sa nouvelle voiture. Un samedi, il voulut faire plaisir à son père. Le soir, lorsque son père revint à la maison, son jeune fils l'accueillit, rayonnant de joie et plein d'attente : 'Papa, viens vite, j'ai une surprise pour toi !', et il courut vite au garage. A ce moment-là, le père eut le pressentiment que cela n'augurait rien de bon. Et effectivement : son petit garçon avait essayé de laver la voiture, mais malheureusement, au lieu d'utiliser l'éponge, il avait utilisé l'éponge métallique. A hauteur d'accès d'un enfant de quatre ans, la peinture de la voiture était rayée sur tout le pourtour de la voiture. Il avait dû travailler pendant des heures !

Quelle aurait été votre réaction ? », demandent les auteurs et ils continuent :

« Tout de suite, le père vit qu'il n'y avait plus rien à sauver. Malgré son effroi, il ne réagit pas sous l'effet de sa colère spontanée, mais il vit l'intention de son enfant, la mit au centre de son attention, prit son petit garçon dans les bras et se réjouit longuement avec lui de la bonne intention, de la peine et de l'effort qu'il avait fournis pour faire plaisir à son père. Ensuite, il le prit par la main, alla avec lui à l'armoire où se trouvaient les produits d'entretien, lui montra le tissu adéquat pour laver la voiture, lui expliqua la différence entre l'éponge métallique et le tissu et qu'il valait mieux utiliser ce dernier pour nettoyer la peinture fragile de la voiture. Cette façon compréhensive et intelligente de traiter l'enfant eut l'effet suivant :

- **Le sentiment de l'enfant** : j'ai fait quelque chose de bien ; mon impulsion spontanée de vouloir faire plaisir à quelqu'un était bonne (intention).
- **L'attente de l'enfant** : lorsque je fais plaisir à quelqu'un, j'ai en retour affection et reconnaissance.
- **La conséquence** : je suis bon, on m'aime ; j'ai envie de le refaire (motivation) ; j'ai confiance en mon père et j'ai une bonne estime de moi.

---

<sup>90</sup> Ndt : à notre connaissance, ce livre n'est pas traduit en français. Traduction du titre : Guider l'enfant surdoué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants.

*Si le père avait donné libre cours à sa colère et grondé l'enfant, l'effet aurait été le suivant :*

- ***Le sentiment de l'enfant** : frayeur à cause de la réprimande, frayeur à cause de l'erreur, ' j'ai voulu faire une bonne action, il n'est donc pas juste qu'on me réprimande ; je suis en colère et furieux contre mon père' (ou bien l'enfant ressent de la culpabilité).*
- ***L'attente de l'enfant** : il est dangereux de faire confiance à mes sentiments spontanés et de nourrir des attentes positives, cela peut mal tourner ; il est possible qu'on me désapprouve et qu'on me rejette.*
- ***La conséquence** : je développe la peur de faire des erreurs, ma confiance en moi et mon estime de moi diminuent, il est dangereux de faire confiance aux gens, je me replie, ma motivation diminue. Ou bien l'enfant s'empêtre dans un accès de colère et à cause de la colère et du chagrin, il n'y a plus de place pour ce qui aurait été juste. »*

Les auteurs continuent :

*« Avec le temps, vous apprendrez à contrôler vos émotions et à porter votre attention sur l'intention et non sur l'erreur de l'enfant. Pour la réussite, il est d'une importance capitale que votre correction de l'acte de votre enfant soit liée à un « ET » et non à un « MAIS ». Le « MAIS » détruit aussitôt le sentiment que vous avez créé en mettant votre attention sur l'intention. Votre 'enseignement' doit montrer à l'enfant comment faire autrement et mieux la prochaine fois, elle doit être orientée sur le but et non sur l'erreur. »*

Cette histoire **met en évidence l'amour, le respect et l'empathie que ce père éprouve pour son fils**. Ils sont tout simplement exemplaires et il donnera à son fils précisément le juste « capital pour la vie ». A côté de la joie de vivre, faire confiance aux gens en fait également partie. Combien de respect ce père doit-il avoir pour pouvoir y recourir pleinement, même dans cette situation difficile !

**Il n'y a rien de plus important dans la vie que l'estime de toi-même. Si tu as de l'estime pour toi, tu en auras également pour ton partenaire et pour tes enfants.**

**Traite-les toujours avec estime et respect. Pense toujours que, certes, tu n'as devant toi qu'un petit corps mais que tu ne peux pas voir la grandeur de l'âme qui y habite.**

**Sais-tu combien de fois cette âme a déjà vécu et si elle n'est pas bien supérieure à toi ?**

**Ne te laisse pas induire en erreur par le petit corps, il pourrait renfermer une très vieille âme à laquelle tu devrais témoigner du respect.**

**Respecte tes enfants. Réfléchis toujours pour savoir ce qui les aide à se construire et ce qui pourrait augmenter leur bonheur.**

**Sois attentif à ta joie et à ton rire. Sois heureux et ris chaque jour ! En tout cas, sois reconnaissant et là aussi, sois un exemple pour tes enfants.**

**Parle régulièrement avec ton partenaire et ta vie sera légère.**

**Légère comme un sourire.**

**Et pense à ceci : un sourire qui vient du cœur, ne s'efface jamais.**

**Quelle est la quintessence de ce livre ?**

**Traite tes enfants avec amour.**

**Respecte-les, comprends-les, comprends leurs sentiments.**

**Encourage leur joie, leur estime d'eux-mêmes, leur créativité.**

**Sois un modèle pour eux et donc quelqu'un qui peut être idéalisé.**

**Car tes enfants te sont prêtés par Dieu,**

**Il te les a donné comme signe de Sa grâce.**

**Tes enfants ne t'appartiennent pas. Dieu te les a plutôt confiés**

**afin que tu les aides à suivre *leur* chemin.**

**Et ce n'est que si tu les laisses suivre leur chemin que tu suivras *le tien*.**

**Car la liberté est indissociable de l'amour**

**avec lequel tu devrais traiter tes enfants.**

**L'amour et la liberté devraient toujours être le moteur**

**qui te permet de trouver constamment les *meilleures* solutions**

**pour tes enfants.**

**C'est cela, la grâce vécue.**

## ANNEXE

### *Le mantra de la Gâyatrî*

*Om bhûr bhuvah svah  
tat savitur varenyam  
bhargo devasya dhîmahî  
dhiyo yo nah pracodayât*

Méditons sur le OM, ce son divin originel dont sont issus les trois mondes, le monde dense terrestre, le plus subtil éthérique, le très subtil céleste (bhûr bhuvah svah).

Honorons (varenyam) le très Haut, l'Indescriptible, l'Etre (tat) divin, l'énergie créatrice qui donne la vie et qui se manifeste aussi dans le soleil (savitur).

Méditons (dhîmahî) sur la lumière (devasya) rayonnante (bhargo) de Dieu qui détruit toute obscurité, toute ignorance, tous les défauts.

Oh Dieu, nous Te prions instamment (yo nah pracodayât) pour que Ta lumière veuille bien éclairer notre esprit (dhi).

(Extrait du livre de chants du groupe Sathya Sai Baba de Kiel)

Le mantra de la Gâyatrî est un mantra védique très puissant datant de plusieurs milliers d'années.

Il a pour but de dissoudre le karma négatif. Il protège, purifie (la nourriture aussi) et conduit à l'illumination.

Baba conseille de le chanter au moins trois fois par jour, mieux encore neuf fois par jour.

La Gâyatrî peut aussi être chantée à l'aide du japamalâ (chapelet de 108 perles).

Il peut être récité à volonté ; ce qui est important, c'est que le nombre total soit divisible par trois.

(Stephan von Stepski-Doliwa)

# BIBLIOGRAPHIE

- Aichhorn, A. : Jeunes en souffrance, édition Champ Social, 2000
- Angerstein, E. M. & J. H. : Mit Kindern Stille üben (Entraîner les enfants au silence), Südwest Verlag, 1997\*
- Baskin, D. : Précieux souvenirs de Sathya Sai Baba, édition Fondation Sathya Sai Seva - Rooveredo
- Bateson, G. et al. : Vers une théorie de la schizophrénie (dans Bateson G. : Vers une écologie de l'esprit, tome II, édition Seuil, Paris 1972)
- Begemann, P. : Business-Knigge (Le Knigge des affaires), Eichhorn Verlag, 2001\*
- Bettelheim, B. :
- Psychologie des contes de fées, édition Pocket, 1999
  - La lecture et l'enfant, édition Laffont, Paris 1983
- Bowlby, J. :
- Attachement et perte, tome 1 : L'attachement, édition PUF, 2000
  - Attachement et perte, tome 2 : La séparation, l'angoisse et la colère, édition PUF, 1995
  - Attachement et perte, tome 3 : La perte, édition PUF, 2002
- Brown, H. J. Jr. : Le Petit Livre de la vie – manuel d'instructions, édition du Roseau, 1992
- Bruker, M. O. : Unsere Nahrung – unser Schicksal (Notre alimentation – notre destin), Emu Verlag, 2003 (36. éd.)\*
- Carnegie, D. :
- Comment se faire des amis, édition LGF, 1990
  - Comment parler en public, édition LGF, Livre de Poche, 1992
- Cornell, J. : Amma. Healing the Heart of the World (Guérir le cœur du monde), édition William Morrow & Company, 2001\*
- Dietz, D. : Sitz doch endlich still (Vas-tu enfin rester tranquille), Bastei Lübbe, 1999\*
- Dietz, F. : Wenn ich doch nur aufmerksam sein könnte (Ah, si seulement je pouvais être attentif!) Elternselbsthilfe Ffm, 1999\*
- Dornes, M. : Der kompetente Säugling (Le nourrisson compétent), Fischer Verlag, 2001 (10. éd.)\*
- Dreikurs, R. & Stolz, V. : Children : The Challenge (Les enfants : un défi), édition Plume, New-York, 1992 (20. éd.)\*
- Dreiβig, G. : La lumière dans la lanterne, édition Jona
- Düring, I. : Aristoteles (Aristote), Carl Winter Verlag, 1966\*
- Erikson, E. H. : Enfance et société, édition Delaschaux & Nestlé, 1982
- Fox, R. : Identification of the academically gifted (Identification de celui qui a des dons académiques), American Psychologist, 1981, 36 (10, 1103-1111)\*
- Freud, A. :
- Le Moi et les mécanismes de défense, Bibliothèque de psychanalyse, 15ème édition, Paris 2001
  - Writings of Anna Freud (Les écrits d'Anna Freud), International Universities Press, New York, 1965\*
- Freud, S. : Le début du traitement. Dans : La technique psychanalytique, édition PUF, 1953
- Goleman, D. : L'intelligence émotionnelle 1, édition Laffont, Paris, 1997
- Graf, F. P. : Homöopathie und die Gesunderhaltung von Kindern und Jugendlichen (L'homéopathie et le maintien de la santé des enfants et des adolescents), Sprangrade Verlag, 2003\*
- Grüttner, T. : Helfen bei Legasthenie (Aider en cas de dyslexie), rororo, 1991\*

---

\* Ndt : Les livres marqués d'un astérisque ne sont, à notre connaissance, pas traduits en français. Nous avons mis entre parenthèses la traduction textuelle du titre d'origine.

- Hallowell, E. M. & Ratey, J. : Driven to distraction (Poussé à la distraction), édition Touchstone 1995 (6. éd.)\*
- Hellinger, B. & Hövel, G. ten : Constellations familiales, comprendre les mécanismes des pathologies familiales, édition Le Souffle d'Or, 2001
- Hendel, B. & Ferreira, P. : Wasser und Salz (L'eau et le sel), Ina Verlag, 2001
- Hochschild, A. R. : The Time Bind : When Work becomes Home and Home becomes Work (Les contraintes du temps : Quand le travail prend la place de la maison et la maison celle du travail), éd. Owl Books, New York, 2001\*
- Huss, M. : Medikamente und ADS (Les médicaments et le SDA), Ravensburger, 2002\*
- Jeitner-Hartmann, B. (Hrsg.) : Kinder-Beschäftigung (L'occupation des enfants), Otto Maier Ravensburg, 1991\*
- Jumsai, A. & Burrows, L. : Sathya Sai Education in Human Values, Handbook for Teachers (L'enseignement des valeurs humaines selon Sathya Sai, un manuel pour les enseignants), édition Sathya Sai Foundation of Thailand, Bangkok, 1991\*
- Kirkilionis, E. : Ein Baby will getragen sein (L'enfant aime être porté), Kösel Verlag, 2002 (5. éd.)\*
- Kohut, H. : Le Soi, édition PUF, Paris 1974
- Klößner, B. W. : Systematisch reich (Systématiquement riche), Mosaik Verlag, 2000\*
- Köhler, H. : Les enfants agités, anxieux, tristes, édition Novalis, 1995
- Kuhnert, K. : Das Geschenk der Delphine (Le cadeau des dauphins), Heyne Verlag, 2001\*
- Kutik, C. : Das Kinderfestebuch (Le livres des fêtes enfantines), Verlag Freies Geistesleben, 1995\*
- Kutik, C. & Ott-Heidmann, E.-M. : Das Jahreszeitenbuch (Le livre des saisons), Verlag Freies Geistesleben, 1995 (6. éd.)\*
- Küstenmacher, W. T. & Seiwert, L. J. : Simplifiez-vous la vie, édition Michel Lafon, 2006
- Leboyer, F. : Si l'enfantement m'était conté, édition Seuil, 1996
- Liedloff, J. : Le Concept du Continuum. A la recherche du bonheur perdu, édition Ambre, 2006
- Lynch, D. & Kordis, P. : La stratégie des dauphins, édition de l'Homme, 1994
- Mahler, S. M., Pine F. & Bergman, A. : La naissance psychologique de l'être humain, édition Payot, 1980
- Mehring-Sell, I. : Mama, glaub mir, ich habe schon einmal gelebt (Maman, crois-moi, j'ai déjà vécu une fois), Schirner Verlag, 1997\*
- Menninger, K. : The Crime of Punishment (Le crime de la punition), Viking Press, 1969\*
- Miller, A. :
- L'avenir du drame de l'enfant doué, édition PUF, 2002
  - C'est pour ton bien, édition Aubier, Paris 1983
  - L'enfant sous terreur, édition Aubier, Paris 1986
- Molcho, S. : Langage du corps, édition Solar, 1998
- Murooka, H. : Sleep Gently In The Womb (Dors doucement dans le sein de la mère), 1975, Toshiba EMI 773 (disque)\*
- Neill, A. S. : Libres enfants de Summerhill, édition Maspéro, 1971
- Nelsen J. : Positive Discipline, édition First Ballantine Books, 1987
- Neuhaus C. : Das hyperaktive Kind und seine Probleme (L'enfant hyperactif et ses problèmes), Ravensburger Verlag, 2002 (11. éd.)\*
- Nath Hanh, T. : Interbeing : Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism (Les quatorze lignes de conduite pour un bouddhisme engagé), édition Parallax, Paris 1998\*
- Patzlaff, R. : Télévision et psychologie humaine, édition Anthrosana
- Paunegger, J. & Poppe, Th. : Vom richtigen Zeitpunkt (A propos du moment propice), Hugendubel Verlag, 1994 (17. éd.)\*

---

\* Ndt : Les livres marqués d'un astérisque ne sont, à notre connaissance, pas traduits en français. Nous avons mis entre parenthèses la traduction textuelle du titre d'origine.



- Piper, N. : Felix et l'argent, édition Seuil, 2000
- Plattner, E. : Die ersten Lebensjahre (Les premières années de la vie), Urachhaus Verlag, 1993 (24. éd.)\*
- Pöllath, J. K. & Weidinger, G. et W. : Hausbuch der Feste und Bräuche (Le livre des fêtes et coutumes), Südwest Verlag, 1993\*
- Ponder, C.: Pray and Grow Rich (Prie et deviens riche), Parker Publishing Co, 1968\*
- Reichenberg-Ullman, J. & Ullman, R.: Safe and Effective Homeopathic Medicine for Adhd and Other Behavioral and Learning Problems (La médecine homéopathique efficace en cas de SDA et autres problèmes comportementaux ou scolaires), édition Prima Lifestyle, 2000\*
- Schäfer, B. :
- Money oder das 1 x 1 des Geldes (L'argent ou la table de multiplication de l'argent), Herbig Verlag, 2000\*
  - Ein Hund namens Money (Un chien appelé Money), Herbig, 2000\*
- Schulenburg, J.-M. Graf. v. d. & Greiner, W. : Gesundheitsökonomie (Economie de la santé), J.C.B. Mohr, 2000\*
- Schwinghammer, H. : Knaurs neuer Knigge (Le nouveau Knigge de Knaur), Weltbild Verlag, 2001 (2. éd.)\*
- Sénèque, L. A. : La vie heureuse. La brièveté de la vie, édition Arlea, 2005
- Sehlin, G. : Le petit âne de Marie et la fuite en Egypte, édition Jona
- Seiwert, L. J. : Gérer son temps pour réussir, édition Marabout, 2004
- Simchen, H. : Die vielen Gesichter des ADS (Les nombreux visages du SDA), Verlag W. Kohlhammer, 2003\*
- Spallek, R. : Große Hilfe für kleine Chaoten (Une grande aide pour des petits perturbateurs), Walter Verlag, 2002 (4. éd.)\*
- Spitz, R. : La première année de la vie de l'enfant (genèse des premières relations objectales), édition PUF, 1958
- Steiner, R. : Ausgewählte Werke (Oeuvres sélectionnées), Fischer Verlag, 1985\*
- Stepski-Doliwa, S. v. :
- Die Platonische Erkenntnistheorie (La théorie de la connaissance de Platon), 1988\*
  - Theorie und Technik der analytischen Körpertherapie (Théorie et technique de la thérapie analytique corporelle), 1989\*
  - Sai Baba parle aux Occidentaux, édition Sathyananda ASBL, Hérisson, 2. éd. 2004
  - Sai Baba parle des relations, édition Sathyananda ASBL, Hérisson, 2004
  - Sai Baba parle du monde et de Dieu, édition Sathyananda ASBL, Hérisson, 2005
  - Sai Baba parle de la Psychothérapie, édition Sathyananda ASBL, Hérisson, 2006
  - Ich bin ich und ich bin gut – mein Dank, meine Erfolge, meine Ziele (Je suis moi et je suis bien, mes remerciements, mes succès, mes buts), édition Govinda Sai Verlag\*
- Tomatis, A. :
- Les troubles scolaires, édition Presses Pocket, Paris 1990
  - La nuit utérine, édition Stock, Paris 1980
- Ude-Pestel, A. : Betty, psychothérapie d'une petite fille, édition Denoel Gouthier, 1977
- Watzlawick, P. :
- Faites vous-mêmes votre malheur, édition Seuil, 1990
  - et al. : Une logique de la communication, édition Seuil, 1979
- Webb, J. T. et al. : Guiding the Gifted Child. A Pratical Source for Parents and Teachers (Guider l'enfant doué. Un guide pratique pour les parents et les enseignants), Great Potential Press, 1989\*.
- Wild, R. : Sein zum Erziehen (Etre pour éduquer), Arbor Verlag, 1995, (5. éd.)\*
- Wirth, H.-J. : Narzissmus und Macht (Le narcissisme et le pouvoir), Psychosozial-Verlag, 2002\*

---

\* Ndt : Les livres marqués d'un astérisque ne sont, à notre connaissance, pas traduits en français. Nous avons mis entre parenthèses la traduction textuelle du titre d'origine.

Wit, M. de : Kinderkleidung (Les vêtements pour enfants), Verlag Freies Geistesleben, 1990\*  
Zuckowski, R. : Der Spielmann mit all seinen Freunden (Le musicien avec tous ses amis), 2 CD  
audio\*  
Zürner, R. & Risi, A. : Vegetarisch leben (Etre végétarien), Govinda Verlag, 1999\*

---

\* Ndt : Les livres marqués d'un astérisque ne sont, à notre connaissance, pas traduits en français.  
Nous avons mis entre parenthèses la traduction textuelle du titre d'origine.

## D'AUTRES LIVRES DE LA SERIE « SAI BABA PARLE ... »

Sai Baba a dicté au Dr Stephan von Stepski-Doliwa par la voix intérieure une série de livres avec le titre « Sai Baba parle ... » ©

- « *Sai Baba parle aux Occidentaux* », tome 1
- « *Sai Baba parle des relations* », tome 2
- « *Sai Baba parle du monde et de Dieu* », tome 3
- « *Sai Baba parle de la psychothérapie* », tome 4
- « *Sai Baba parle de l'éducation* », tome 5

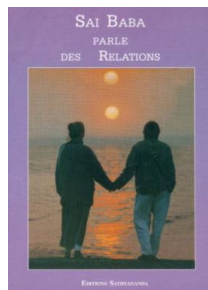
Ces cinq livres sont traduits en français. Les tomes 1 à 4 sont parus aux éditions Sathyananda.



### *Sai Baba parle aux Occidentaux. Tome 1*

Dans ce livre, Sai Baba, l'Avatar de notre époque, s'adresse aux Occidentaux. Il révèle d'une manière affectueuse des vérités sans âge sur les couples, la thérapie, l'alimentation, la religion, la spiritualité, le karma et la réincarnation.

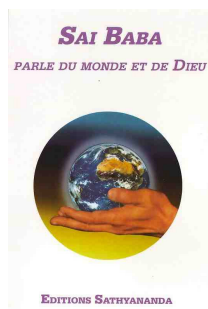
Il le fait sous forme de 366 maximes journalières qui inspirent non seulement notre esprit, mais qui touchent également notre cœur.



### *Sai Baba parle des relations. Tome 2*

Dans ce livre, Sai Baba explique Ses conceptions des relations : comment nous pouvons préparer et expérimenter une relation épanouissante au niveau spirituel, intellectuel et au niveau des sentiments.

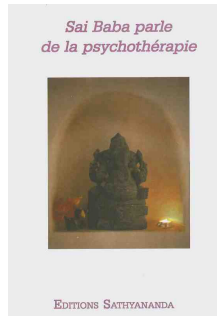
En même temps, Il nous enseigne comment s'y prendre avec les difficultés. Il montre des chemins pour éviter une séparation, mais Il nous dit également ce que nous pouvons ou devrions faire lorsqu'une relation a échoué.



### *Sai Baba parle du monde et de Dieu. Tome 3*

Ce volume regroupe des histoires dictées par Sai Baba grâce auxquelles Il transmet, à l'aide de paraboles, des leçons de vie. Sai Baba dit que la vie est le meilleur enseignant. Il raconte donc diverses destinées qui vont nous toucher et ainsi nous donner la chance de nous observer pour apprendre à nous connaître.

## *Sai Baba parle de la psychothérapie. Tome 4*



Dans ce livre, Sai Baba démontre ce que caractérise un bon thérapeute, sur quoi il devrait mettre son attention – et comment on peut reconnaître une thérapie réellement efficace.

Il parle des différentes formes de thérapie et indique une nouvelle méthode très efficace.

A travers ce livre, Sai Baba met à la portée des thérapeutes, de ceux qui cherchent une thérapie et de tous ceux qui sont intéressés, une indication importante pour apprendre quels critères sont décisifs pour le succès ou l'échec d'une thérapie.

Une liaison réussie entre spiritualité, philosophie, psychologie et psychothérapie.