Armelle Six

Préface de **Julien Peron**

LES ENFANTS *d'aujourd'hui* FONT LES PARENTS *de demain*

Comment être présent à soi et à son enfant ?

Après le succès de

LE BONHEUR QUOI QU'IL ARRIVE

Propos fulgurants d'Armelle Six

de Robert Eymeri

PRIX 2017 ALEF DES LIBRAIRIES MIEUX-ÊTRE ET SPIRITUALITÉ

LEDUC.S PRATIQUE

LES ENFANTS *d'aujourd'hui* FONT LES PARENTS *de demain*

Vous êtes parfois épuisé, dépassé par les conflits avec vos enfants, par l'incompréhension qui s'installe entre vous et eux ? Voici une invitation à changer votre regard sur l'éducation, à remettre en question l'héritage de vos parents. Soyez authentique, écoutez-vous, connectez-vous à ce qui se passe au plus profond de votre être, et vous serez plus à même de les écouter, de les responsabiliser et de les accepter tels qu'ils sont.

Aidez-les à grandir, et vous allez grandir avec eux !

« Les moments où j'aime le plus ma mère sont ceux où elle ne fait pas la maman […] parfaite, qui agit bien avec son enfant […]. Lorsqu'elle m'écoute et que je me sens entendu, […] elle devient la meilleure des mamans ! »

« [Armelle], tu es une sage femme qui aide à la renaissance, une mère qui éduque ses enfants dans le respect de leur autonomie et qui pousse l'oisillon du nid quand il est prêt à s'envoler. Une femme merveilleuse, puissante et lumineuse. »

Armelle Six donne des conférences et des retraites dans le monde entier pour inviter les gens à être en connexion profonde avec eux-mêmes et avec les autres, et à vivre « en présence », c'est-à-dire en étant pleinement attentif à l'action et au moment présents. Elle a à ce jour accompagné des milliers de personnes, dont elle a changé la vie. Elle est l'auteure du livre *Rencontre en présence* et la co-auteure avec Robert Eymeri du titre *Le Bonheur quoi qu'il arrive*.

Julien Peron signe la préface. Réalisateur du documentaire *C'est quoi, le bonheur, pour vous ?* et créateur du Festival pour l'École de la vie, qui réunit chaque année près de 15 000 personnes, il sollicite les éducateurs de demain autour de conférences sur le bien-être des enfants.

ISBN : 979-10-285-1210-1

9 791028 512101

15 euros

Prix TTC France

L E D U C . S
P R A T I Q U E

design : Laurence Maillet
portrait : © Andrea Belluso
couverture © Shutterstock
RAYON : PARENTALITÉ

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :
- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :
https://tinyurl.com/newsletterleduc

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne sur notre site : **www.editionsleduc.com**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les réseaux sociaux.

Conseil éditorial : Pascale Senk
Réécriture et suivi éditorial : Yvonne Lambert-Bissuel
Maquette : Sébastienne Ocampo

© 2018 Leduc.s Éditions
29, boulevard Raspail
75007 Paris – France
ISBN : 979-10-285-1210-1

Armelle Six

LES ENFANTS *d'aujourd'hui* FONT LES PARENTS *de demain*

Préface de
Julien Peron

LEDUC.S PRATIQUE

Sommaire

Préface 7

Introduction 11

1 L'enfant, miroir de ce que ressent le parent 31

2 Du parent responsable à l'accompagnateur du mouvement naturel 39

3 L'éducation commence avec soi-même 45

4 L'éducation pour apprendre à s'écouter et à se faire confiance ? 53

5 L'identification au rôle de parent, au risque d'oublier qui l'on est 65

6 Le sacrifice est-il nécessaire pour être parent ? 73

7 La relation parent/enfant : un espace pour l'authenticité partagée 79

8 Et si la liberté ne dépendait pas des conditions extérieures ? 91

9 Du parent parfait à la vraie rencontre et à l'amour 99

10 Quand la reconnaissance de votre innocence favorise le changement 117

11 La passion, une condition indispensable pour enseigner ? 131

12 Socrate au XXIe siècle 141

13 La Danse du mouvement de la vie® 155

14 Des rituels pour vivre les émotions 167

Conclusion 173

Remerciements 175

Préface

Les enfants d'aujourd'hui font les parents de demain d'Armelle Six est une bouffée d'oxygène et de bon sens. Armelle a cette faculté de nous faire revenir à l'essentiel de ce que nous sommes et de nos besoins. « Sois le changement que tu veux voir dans le monde », disait Mohandas Mahatma Gandhi, et c'est bien de cela qu'il s'agit : le monde doit changer et, pour ce faire, chacun doit se remettre en question. Armelle nous livre des clefs, des réflexions, et ses mots nous touchent au plus profond de notre être. Elle nous invite à une écoute profonde, à oser changer notre regard sur l'éducation, sur le rôle de parent et à s'ouvrir au champ des possibles, source d'un nouveau paradigme.

Depuis plusieurs années, Armelle voyage à travers le monde pour partager avec le plus grand nombre l'idée du bonheur sans raison et la beauté de la vie. Elle nous invite à nous reconnecter avec cette joie innée : être attentif et à l'écoute de notre corps, suivre ce mouvement intérieur intuitif. C'est dans le cadre de mon film documentaire *C'est quoi, le bonheur, pour vous?* sorti en octobre 2017 que nos chemins se sont

croisés. Son livre *Le bonheur, quoi qu'il arrive*[1] avait attiré mon attention et il me semblait évident, après lecture, que nous devions faire connaissance. Quelle magnifique rencontre ! Armelle incarne parfaitement la notion de bonheur sans raison et, en sa présence, on le comprend d'autant mieux. C'est comme si le temps était suspendu. Pendant quatre ans, j'ai interviewé plus de mille cinq cents personnes, dans vingt-cinq pays différents, sur le thème : « C'est quoi, le bonheur, pour vous ? » et la rencontre avec Armelle reste parmi les plus belles.

Jamais les parents n'ont été aussi investis dans leur mission. Et jamais ils n'ont autant manqué de repères ! Pendant que l'école peine à se réformer, les parents cherchent de nouveaux outils face à des enfants bien différents de ce que nous pouvions être. Comme le dit si bien Armelle, « Vous n'êtes pas un parent parfait. Et pourtant, vous êtes parfait à chaque instant ». Le sujet de l'éducation en conscience et de la relation parents/enfants est souvent abordé par Armelle lors de ses « rencontres en présence »[2], dans lesquelles elle nous invite à nous reconnecter avec nous-mêmes.

Depuis vingt-cinq ans que je me balade à travers le monde, je dresse un constat : tout part de l'éducation. En nous intéressant un tant soit peu à la sociologie, nous pouvons déjà constater qu'en un siècle d'éducation, les normes qui définissent ce qu'est un bon parent ont considérablement évolué. Nous sommes très loin de la figure autoritaire du

1. Eymeri (Robert), *Le bonheur quoi qu'il arrive - Propos fulgurants d'Armelle Six*, Almora Éditions, 2016 ; Points, coll. « Points Vivre » n° 4780, 2018.
2. Pour la définition de la présence au sens où l'auteur l'entend, voir chapitre 1, encadré p. 37.

père, soucieux de transmettre son patrimoine à l'héritier. Entre-temps, les spécialistes, les pédagogies alternatives et tout simplement les parents, sont passés par là, remettant en cause la logique d'une éducation fondée sur la menace, les discours anxiogènes ou la compétition, et soulignant davantage l'importance de l'écoute et du dialogue.

Il est de notre devoir d'accompagner nos enfants et ceux des autres, de les aider à aimer et à rire, à apprendre et à grandir au-delà de leurs limites actuelles ; de les convaincre de leur valeur et de les motiver pour qu'ils développent leur potentiel et leur autonomie. Nous devons donc déprogrammer nos vieux schémas éducatifs et, comme le suggère Armelle, prendre conscience de l'instant présent et écouter notre mouvement intérieur. Nous ne pouvons donner ce que nous n'avons pas. Nous devons donc vivre nous-mêmes cette expérience pour pouvoir l'encourager chez les autres.

Prendre du recul, observer sa vie, la société, son entourage, la nature etc. peut être un exercice d'une richesse inestimable. Prendre du recul, c'est avant tout observer, sans forcément analyser les choses mais juste les regarder. Tel un scientifique poussé par la curiosité, remettez en question ce que les médias, les politiques, la société vous imposent ou véhiculent et cherchez par vous-même. Et si la réalité était différente ? Pourquoi pas ? Commencez par vous et votre bonheur. Êtes-vous heureux ? C'est quoi, le bonheur, pour vous ? Notre passage sur Terre est très rapide, souhaitez-vous contribuer à apporter une pierre à l'édifice d'un monde meilleur ? Si oui, comment allez-vous procéder ? La nature ne crée pas les choses pour rien, vous êtes magnifique et doué pour réaliser. Votre première intuition sera la bonne, écoutez-la !

Vous tenez entre les mains les prémices d'un merveilleux voyage intérieur… Belle route à vous !

Julien Peron

Créateur du Festival pour L'École de la vie[3] et coréalisateur du film documentaire *C'est quoi, le bonheur, pour vous ? »*[4]

3. À travers le festival pour l'École de la vie, à Montpellier, sont proposés au public et aux professionnels différents outils qui existent autour de l'éducation pour le bien-être de nos enfants : des conférences autour de l'éducation, plusieurs centaines d'exposants, dont une dizaine d'écoles alternatives, un marché en plein air (bijoux, livres, vêtements, huiles essentielles, produits bio etc.), des ateliers thématiques pour enfants et adultes, des tables rondes autour de l'éducation, des concerts, une restauration bio privilégiant les circuits courts…

4. Peron (Julien) et Queralt (Laurent), *C'est quoi le bonheur pour vous ?* Neorizons, 2017.

Introduction

L'ÉDUCATION COMME CHEMIN DE RÉALISATION DE SOI

À l'issue d'une retraite que j'ai animée en 2014 à Los Masos – petit village chaleureux des Pyrénées orientales, face au célèbre mont Canigou –, Magali, l'organisatrice, qui était aussi l'une des participantes, décide, dans les semaines qui suivent, de mettre en pratique le message que j'avais délivré. Elle fait alors une découverte magnifique : son rapport au monde a changé, il est beaucoup plus fluide. En prenant le temps de s'écouter et de se reconnecter avec elle-même, elle voit que ses relations évoluent, en particulier celle avec sa fille. Par la suite, elle me demande de m'adresser spécifiquement aux parents, sur le thème de l'éducation et de la relation parents/enfants « en conscience ». Sujet qui, depuis des années, me touche tout particulièrement et que j'aborde déjà régulièrement dans mes rencontres.

« Qui suis-je et pourquoi ce livre ? »

En 2001, ma vie a basculé lorsque mon fils de treize mois est mort subitement. Bouleversée par cet événement d'une violence indicible, je ne savais plus du tout qui j'étais. J'avais le sentiment que j'étais entrée mère à l'hôpital où mon fils avait été emmené en urgence et que j'en étais sortie cinq jours plus tard en ne l'étant plus, complètement perdue, vide, sans identité. Le choc de l'événement avait laissé un silence immense en moi, une terre en friche que je ne savais plus comment aborder. Plus rien n'avait de sens et pourtant la vie continuait. Mais sans lui. Tout était pareil et tout était différent. Tout s'était arrêté en moi aussi. Le futur que j'avais imaginé avait pris fin sans crier gare et je n'avais plus aucun repère. Assez vite, j'ai senti que la vie que je menais alors, et qui était jusque-là incroyablement magnifique, n'était pas la mienne, qu'il y avait autre chose pour moi. J'ai entendu un murmure intérieur presque imperceptible, me soufflant que je n'étais pas celle que je croyais être et qu'une autre femme sommeillait au fond de moi qui ne demandait qu'à émerger. Je n'avais aucune idée de ce que tout cela voulait dire. Et pourtant c'est à ce moment que j'ai commencé à écouter cette petite voix. Jusqu'alors, je n'y avais pas prêté attention – je ne savais même pas qu'elle existait. Mais désormais je ne pouvais plus l'ignorer.

Je me disais souvent : « Il n'est pas possible que la vie se limite à cela : naître, aller à l'école, faire des études, fonder une famille, travailler et mourir. Il doit y avoir autre chose. » Cet impossible constat, auquel s'ajoutait la perte d'identité que je vivais, fut pour moi le début de ma quête et d'une nouvelle vie. En effet, dans les mois qui ont suivi la mort de mon

enfant, j'ai senti se mettre en place une nouvelle conscience des choses et une écoute de mon être.

Au fil de ces années d'écoute, d'une exploration intérieure profonde et d'une remise en question de mes croyances et de la vie, je me suis découverte, comme je n'aurais jamais pu imaginer. Tout était si simple, si léger ! C'était comme si je redevenais l'enfant que j'étais autrefois, la sagesse et la maturité en plus. Je ressentais alors, comme dans l'enfance, la liberté d'exister, le bonheur sans raison, une joie indéfinissable, une passion sans borne pour la vie. Consciente que tout peut s'arrêter comme ça, brutalement, sans prévenir, je redécouvrais la joie du moment. Ayant un caractère entier dans tout ce que j'entreprends, j'agis avec authenticité. J'attache beaucoup d'importance à cette qualité, l'une de mes valeurs fortes, qui me pousse à toujours aller au-devant de moi-même et grâce à laquelle je choisis un chemin de vie qui transforme tout.

> **L'ouverture du cœur, amorcée par cette authenticité, et la capacité à rencontrer l'autre véritablement répondent à ce que j'ai cherché toute ma vie**

Dans les années qui suivent la mort de mon fils, je suis attirée par l'humanitaire, par les enfants. Remettant tout en question, je cherche toujours plus de réponses aux questions suscitées par cet événement tragique mais ô combien révélateur de vie : « Qui suis-je ? », « Quel est le sens de la vie ? ». Sensibilisée à cet endroit, je sens aussi, au fond de moi, que les enfants sont notre avenir, l'avenir de l'humanité. Après plusieurs années et diverses formations, je deviens thérapeute et j'envisage de

proposer des ateliers de philosophie pour enfants. J'ai envie de les découvrir tels qu'ils sont, d'entendre leur point de vue, leur sagesse, de les soutenir et les accompagner vers un monde nouveau. Je sens qu'un autre possible se dessine, mais je n'ai pas encore toutes les données ni toutes les cartes en main… Et rien ne se passe. Aujourd'hui, il me paraît évident qu'à cette époque je n'étais tout simplement pas prête. Je devais d'abord m'accompagner moi-même !

Je quitte alors la Belgique en 2009 et pars vivre aux États-Unis pendant cinq ans, durant lesquelles je me retire du monde. Chaque jour, cette retraite intense consiste en méditation et en contemplation. J'explore la conscience, mon expérience intérieure, mes croyances, ce qui m'habite, et aussi la vie, le sens de notre existence, la réalité telle que nous la concevons. C'est un peu comme si je m'engageais dans les ordres. Toute mon attention et mon engagement sont alors tournés vers l'intérieur. Je passe d'ailleurs trois de ces cinq années dans un centre dédié à l'éveil à sa vraie nature. Les expériences spirituelles et les réalisations qui découlent de ces années de pratique changent tout et répondent à toutes mes questions.

J'apprends à « vivre en présence » au quotidien : quelle que soit la tâche que j'accomplis, je suis attentive au moment présent, à l'action que je suis en train de réaliser. Et quelle que soit la tâche, plus je pratique, plus je me connecte avec une joie profonde, une paix intérieure et une fluidité incroyables. Il faut le vivre pour le croire !

> **La joie c'est la présence et non ce qu'on fait !**

Dès lors, mes pensées se calment, un espace de sérénité s'installe en moi et je découvre ce à quoi j'étais destinée : servir quelque chose de plus grand que moi. Quand on a un but unique pour chaque chose, la vie devient tellement plus simple !

J'apprends également « l'écoute pure » : j'écoute l'autre avec toute mon attention, dans un espace de non-jugement et d'accueil total de ce qu'il partage. Je n'essaie pas de l'aider, de lui fournir une solution, de le conseiller, ni même de voir le problème. Je suis seulement là, pleinement là. Ce qui se passe dans cette présence à l'autre est incroyable. C'est peut-être la première fois qu'il est vraiment entendu et qu'il peut vivre ce qu'il vit sans que personne lui demande de cesser de parler, de pleurer ou d'être en colère. Ici, il est le bienvenu tel qu'il est. Voilà qui met du baume aux cœurs blessés. En pratiquant tout cela, je découvre qui je suis vraiment, quelle est ma nature essentielle. Ceci change complètement ma perspective de notre existence. Enfin, la vie a un sens : se découvrir.

Au cours de ces années, je rencontre aussi beaucoup de gens qui travaillent dans des écoles alternatives, s'inspirant notamment de la pédagogie Montessori ou d'autres pédagogies libres. Dans ce type d'école, ce qui prime, c'est le rythme de l'enfant : l'éducation suit l'enfant et ce qui l'intéresse et non l'inverse. Par ailleurs, certaines de mes amies ont déscolarisé leurs enfants : ceux-ci apprennent à domicile, à leur rythme, dans leur vie quotidienne et non dans un système éducatif spécifique. Leurs mères apprécient énormément la relation qu'elles ont alors avec leurs enfants – plus vraie

et plus authentique qu'auparavant, complice même – et la liberté que ce mode d'éducation leur offre, à elles comme aux enfants. Leur rôle est alors de leur apprendre à être à l'écoute d'eux-mêmes. Bien sûr, cela passe avant tout par une écoute d'elles-mêmes. Mais elles ont fait le pas, justement parce qu'elles ont écouté quelque chose de profond et d'authentique en elles. Le plus difficile quand on déscolarise son enfant, me disent-elles, c'est que ce sont les parents qui doivent faire le plus gros effort, qui est également un apprentissage : faire confiance à son enfant et ne pas chercher à le contrôler. Pour les enfants, c'est naturel !

Je suis dans l'écoute de ce qui m'habite depuis que mon existence a été bouleversée et je découvre la simplicité de la vie quand on est dans ce courant sous-jacent à toutes nos expériences – le flot –, quand on se branche sur ce qu'il y a de plus profond en soi. Et toute ma vie change.

En 2014, je suis invitée à venir partager mon expérience en France et, en quelques semaines, mon agenda se remplit pour l'année à venir, sans que je fasse quoi que ce soit.

Ce qui me marque le plus, c'est de voir à quel point la relation avec mes parents s'est transformée, puis avec ma sœur et ses enfants aussi – ma filleule et mon neveu. Ne projetant plus sur eux tout ce que je voyais auparavant, je les rencontre comme je ne l'avais jamais fait et je vois tout l'amour qui circule entre nous. Après ces cinq années aux États-Unis, quand je vais chez mes parents, souvent, je pleure de joie, tant il y a d'amour. J'éprouve une gratitude infinie. Entre 2015 et 2017, je passe pas mal de temps avec ma famille, à différents moments, et j'observe tout ce qui se passe. Moi

qui donne des retraites dans des endroits au calme, en pleine nature, pour se reconnecter à soi-même, se retrouver tel que nous sommes vraiment, par-delà les conditionnements ou les croyances qui nous limitent, je suis de temps en temps en famille, à vivre ma propre retraite. Je mets en pratique, je teste, j'explore. Toute ma vie, j'ai rêvé de cette famille unie. Et aujourd'hui, mon ouverture et mon désir d'authenticité me poussent à aller de l'avant, à sortir de moi-même, à oser dire, à oser ne pas savoir et à expérimenter. Je ne cherche pas à faire en sorte que ça marche. J'explore le moment comme il se présente, telle une aventurière qui découvre une terre inconnue. Et si tout ce que je savais de telle ou telle personne n'était pas vrai ? Et si elle avait aussi une sagesse en elle ? Je découvre mes parents comme je ne les avais jamais vus, je vais au-delà de ce qu'ils ont toujours représenté pour moi en tant que parents. Et c'est ça qui change tout ! Je les rencontre en tant qu'êtres à part entière. Que j'aime ces moments ! Je suis tellement heureuse d'avoir pu suivre le chemin sur lequel m'ont mise les circonstances de la vie, car il m'a donné et continue de me donner ce à quoi j'aspirais vraiment.

Quant à ma sœur, à ma filleule et à mon neveu, je découvre à quel point le fait de les écouter leur donne un espace pour exister tels qu'ils sont vraiment. J'apprends tellement d'eux ! Ils sont une source d'inspiration et d'exploration inépuisable, et d'amour aussi. Je n'ai de cesse de me remettre en question. Mon désir est grand de les rencontrer et de les voir tels qu'ils sont, plutôt que de coller sur eux l'image que je me fais d'eux ou d'exiger d'eux d'être comme j'aimerais qu'ils soient pour que je me sente à l'aise.

Jouissant désormais d'une si profonde liberté, j'ai à cœur de faire découvrir cela aux gens que j'aime et à tous ceux que je croise lors de mes conférences, de mes retraites ou de la formation professionnelle que je dispense et que j'ai appelée la « Danse du mouvement de la vie® »[5] (DMLV). Cette danse est venue à moi spontanément : lorsque j'étais aux États-Unis, je dansais régulièrement dans mon garage, toute seule, et un jour, j'ai remarqué que mon corps bougeait de lui-même. Ce n'était pas moi qui faisais les mouvements, qui les pensais, mais mon corps bougeait. J'ai exploré ce phénomène encore et encore et j'ai créé la DMLV. Cette danse invite à se mettre à l'écoute du mouvement naturel de la vie en soi. L'écoute profonde libère le corps des blocages émotionnels et des douleurs physiques et relance la vie en nous. C'est l'écoute qui m'a redonné la vie et m'a fait découvrir l'essentiel de ce que je suis. La DMLV est donc une évidence dans mon cheminement et le prolongement de ce que je vis depuis des années. Elle invite à être soi en toute liberté et à vivre en connexion avec notre nature essentielle. Elle permet de retrouver la confiance en soi et de s'ouvrir à soi, à l'autre et au monde.

Enfin, je me suis rendu compte également, que dans mon rôle d'enseignante de la vie, j'accompagnais presque toujours des enfants blessés dans des corps d'adultes et eux aussi m'ont certainement montré l'importance de la présence et les dégâts occasionnés par manque d'éducation de leurs parents. Nous n'avons pas d'école pour cela. Nous ne pouvons faire qu'avec ce que nous avons reçu.

5. Sur la Danse du mouvement de la vie®, voir chapitre 13, p. 155.

> **C'est de ce vécu qu'est né ce livre, qu'il s'est tout naturellement imposé à moi.**

Quand j'étais petite, j'observais, j'étais intriguée par la manière dont la vie se déroulait, par ce qui se jouait dans les relations entre les gens. Je ne comprenais pas les jeux implicites, le mensonge, etc. Pourquoi les choses étaient-elles ainsi et pas autrement ? Pourquoi est-ce que personne ne les remettait en question ? Moi, je m'interrogeais, mais je n'étais pas toujours soutenue dans ce sens. Cela demande une fameuse liberté intérieure de questionner ce qui est établi depuis tant d'années.

Adolescente, j'écrivais sans cesse. Je passais des heures dans ma chambre à écrire des poèmes, des nouvelles. Je créais une autre vie dans les lignes que je couchais sur le papier, une vie dans laquelle je voyageais, je pouvais m'évader.

Aujourd'hui, je dédie ce livre à l'enfant que j'ai été et que j'ai découverte grâce à tout que je vis. Aujourd'hui, je reconnais cette enfant telle qu'elle aurait pu être vue, reçue, entendue et soutenue. Aujourd'hui, elle est réhabilitée et a toute la place pour s'exprimer à sa façon.

Ce livre, j'ai eu très envie de l'écrire pour tous les enfants blessés vivant dans des corps d'adultes, que j'ai accompagnés ces dernières années, et pour tous ceux qui naissent depuis une vingtaine d'années et qui sont encore plus connectés à eux-mêmes que je ne l'étais, encore plus sensibles et en perte de repères par rapport à ce monde et aux adultes. En effet, en observant ma filleule, mon neveu, mes parents, ma sœur, en allant à leur rencontre, tout comme je vous y invite ici avec vos enfants ou ceux dont vous vous occupez, j'ai découvert

la force de changement que chacun d'entre nous détient au fond de soi. Je vois aujourd'hui tous les possibles qui s'offrent à nous, et il est grand temps d'agir.

C'est le bon moment, je le sens : ce qui se passe dans la société, dans nos familles ou chez nos amis, ce que me confient les enseignants ou les personnes en contact avec des enfants, que je rencontre depuis plusieurs années dans mes séminaires, tout cela le confirme. Nombreux sont ceux qui se sentent dépassés, submergés, perdus, ou qui tout simplement ne se sentent plus en phase avec les choses telles qu'elles sont aujourd'hui. Ils ne comprennent pas ou plus comment être avec les enfants, qu'il s'agisse de leurs propres enfants ou de ceux des autres. Et, n'ayant pas encore trouvé d'autre direction vers laquelle se diriger, ils laissent s'installer conflits et incompréhension intergénérationnels. Je reçois pas mal d'invitations ou de demandes de personnes qui souhaitent me voir intervenir dans ces milieux. Et jusqu'à ce jour, je n'y avais pas encore répondu. Ce n'était pas le moment.

Aujourd'hui, le monde est prêt pour ce changement. Partout, des gens vivent des ouvertures de conscience. Les enfants d'aujourd'hui naissent avec une qualité extraordinaire de présence, de bon sens et de connexion à eux-mêmes et au monde qui les entoure. La plupart du temps, leurs idées, leurs convictions profondes, les mettent en porte-à-faux par rapport à leurs parents et à leurs professeurs, tant le hiatus entre eux est grand. Ils nous invitent en permanence à une connexion à soi, à de l'authenticité. Ils ne trouvent pas le sens de la vie et ne répondent qu'à la cohérence. Ils parlent du mal-être de la société sans avoir besoin de mots, juste dans leur façon d'être.

Ils nous appellent à nous. Et à l'urgence d'un changement de direction pour le monde. Ils ont un message à faire passer.

> **Le monde doit changer. Et pour cela, chacun doit évoluer, se remettre en question. Le changement du monde passe par nous !**

Ce livre a pour vocation de vous inviter à amorcer ce changement en douceur, de vous guider vers vous-même, vers une reconnaissance de votre interconnexion avec tout et tous et une prise de conscience de ce qui se joue. C'est à ce prix que pourront cesser les guerres intérieures de chacun, que des rencontres véritables seront possibles et que le monde pourra se pacifier. C'est à ce prix que naturellement nous aurons un autre rapport avec notre belle planète et en prendrons soin, avec ou sans campagne écologique. De mon point de vue, l'écologie aujourd'hui a une carence : elle ne prend pas en compte l'humain. Or comment l'homme peut-il prendre soin de la Terre, trier ses déchets, quand il est incapable de s'écouter, de prendre soin de lui ou de trier les déchets de sa pensée ?

Nous nous croyons loin des guerres qui se passent dans d'autres régions du monde mais la guerre n'est-elle pas en nous ? Gandhi disait « Sois le changement que tu souhaites voir dans le monde » – une de mes citations préférées, autour de laquelle j'ai même créé un séminaire en ligne[6]. C'est assez

6. Voir sur mon site : http://www.rencontreenpresence.com/eveacutements-en-ligne.html

clair. Ce changement ne peut venir que de nous, car ce que nous voyons à l'extérieur se trouve en nous.

> **Aujourd'hui, pour que cessent les conflits, nous avons le devoir de guérir les enfants blessés qui vivent en nous !**

D'aussi loin que je me souvienne, j'ai toujours offert aux autres cet espace de sérénité et de rencontre avec soi. Mes amis, les gens que je rencontrais, me disaient souvent combien c'était bon d'être avec moi. Ils pouvaient juste être eux !

Et pourtant, je me suis rarement sentie comprise et acceptée pour ce que j'étais. Je me voyais si différente des autres ! Je ne comprenais pas pourquoi les gens agissaient comme ils le faisaient, pourquoi ils se mentaient les uns aux autres, pourquoi, quand ils s'aimaient, ils faisaient comme si ce n'était pas le cas, pourquoi ils compliquaient tant les choses alors que la vie peut être si simple ! Je me suis alors fondue dans la masse, cherchant à être comme tout le monde, pour mieux comprendre les autres et ne plus me sentir si seule. Je me suis coupée de cette richesse intérieure que j'avais en moi pour apprendre à vivre comme tout le monde.

> **Aujourd'hui, je suis moi et je vous invite à découvrir qui vous êtes !**

Toute petite – et je le dis sans fanfaronnade – j'étais en avance dans beaucoup de domaines. La plupart du temps, je m'ennuyais à l'école. Tout allait si lentement ! Je ne me sentais

pas trop à ma place car j'avais toutes les réponses et mon cerveau fonctionnait bien plus vite que celui des autres élèves. J'arrivais à assimiler la matière, de même qu'on boit un verre d'eau quand on a soif. Ce vif désir d'apprendre m'a permis de très peu travailler : la plupart du temps, être attentive au cours suffisait pour que j'en retienne l'essentiel. Je n'ai donc presque jamais dû étudier !

Mais souvent, j'ennuyais les enseignants à toujours vouloir répondre. Certains croyaient que je cherchais à me mettre en avant. En réalité, je voulais seulement apprendre, aller plus vite, me nourrir de toutes ces choses passionnantes. Mais ma soif de connaissances a rarement été assouvie car je devais constamment réfréner mon ardeur, ma joie, mon insatiable curiosité, ou bien j'étais freinée par les professeurs ou les autres élèves. L'enseignement n'est pas adapté à la divergence de nos rythmes, de nos désirs et de nos besoins. Il prône le formatage et non le droit à la différence, il ne nous encourage pas à être qui nous sommes. Il ne favorise pas l'émergence de la richesse que chacun de nous recèle. C'est dommage de laisser ce trésor au fond de nous et de ne pas lui donner vie.

Vers la fin de mes études secondaires, j'allais souvent m'asseoir au fond de la classe et je chahutais, par manque d'interaction véritable avec les enseignants et d'intérêt pour le contenu de leur cours. Il fallait bien que je m'occupe ! Seuls deux professeurs m'ont marquée : mon instituteur du cours préparatoire[7] et mon professeur de français de terminale. Tous deux étaient

7. Pour plus de clarté, nous avons préféré traduire les niveaux de classe belges par leurs équivalents en français : le texte original mentionnait les classes de « première primaire » – le CP – et de « dernière année du secondaire » – la terminale – *(nde)*.

passionnés par leur métier. Le premier avait une joie de vivre immense et nous faisait rire. Il distillait beaucoup d'humour et de jeu dans ses cours, bien qu'il fût aussi capable de mettre des limites quand c'était nécessaire. Il était très attentif à ses élèves et les encourageait. Le second était poète en plus d'être professeur de français. Sa passion pour la littérature, la lecture, son côté un peu atypique ont servi de miroir à l'artiste qui sommeillait en moi. De par sa personnalité, il permettait cette différence. Il nous avait fait lire l'un des livres que je préfère, *Siddhartha,* d'Hermann Hesse. L'histoire de Siddhartha, cet homme qui consacre sa vie à la quête de la vérité, de sa nature essentielle et du bonheur, m'avait touchée tout particulièrement sans que je sache alors pourquoi. Aujourd'hui, je l'ai compris : ce qu'allait devenir ma vie après le décès de mon fils fait écho à la quête de Siddhartha.

En regardant aujourd'hui cette période de ma vie, j'ai vu combien, pour moi, la connexion que ces deux professeurs instauraient avec autrui avait de l'importance. J'ai compris combien leur passion pour ce qu'ils enseignaient et la façon dont ils transmettaient leur savoir, cela seul rendait leurs cours très attractifs et donnait envie d'aller à l'école.

Il est fort probable que bon nombre d'entre vous se reconnaissent dans ma description, mes questionnements et mes ressentis. Je ne me crois pas si différente de vous aujourd'hui. Je suis seulement consciente de ce qui est réalisable, et à l'écoute de ce que la vie nous offre.

Pourquoi croyez-vous que nous sommes si nombreux à vouloir un autre monde, une autre façon de vivre ? Et si nous avions cette aspiration tout simplement parce qu'elle

correspond à une voie possible pour le futur ? Et si elle était simplement présente dans la conscience que nous partageons tous et que ce soit grâce à notre ouverture, à notre sensibilité que nous parvenons à la capter ? Nous sommes nés avec cette conscience de tous les possibles qui sont en nous. D'où nos rêves d'enfant. Nous savons tous quelque chose ! Et nous sommes nés avec les clés pour mettre au monde cette conscience. Mais jusqu'ici, la plupart du temps, nous n'avons pas été soutenus dans ces rêves, ni dans leur réalisation. Nous devions être réalistes, raisonnables, responsables, exercer un métier qui nous rapporte de l'argent au lieu de faire ce qui fait vibrer notre cœur.

Et si maintenant c'était le moment ? Auriez-vous envie de faire les choix qui correspondent à cette aspiration que vous avez, d'un autre monde pour vos enfants ou pour demain ? Et si, tous autant que nous sommes, nous étions les changeurs de monde que nous attendons ? Et si nous avions en nous la graine de possible qui pourrait tout changer ?

> **L'éducation est un terrain de jeu formidable pour vous rencontrer et vous soutenir vous-même dans cette pleine expression de votre être.**

En tant que parents, enseignants, éducateurs, vous avez un rôle fondamental à jouer dans l'évolution du monde. Soutenir vos enfants ou ceux dont vous vous occupez, les aider à être ce qu'ils sont vraiment, c'est aussi vous apprendre et vous autoriser à être vous-même, c'est découvrir ce que signifie être vraiment libre, heureux, authentique. C'est certainement vous offrir l'opportunité de vivre dans le monde auquel vous

croyiez lorsque vous étiez enfant. Vos rêves n'étaient ni fous ni irréalisables. Il n'y avait alors personne pour y croire avec vous, mais désormais nous sommes des milliers voire des millions à savoir que c'est possible et à vouloir ce changement.

Aujourd'hui nous vivons une étape importante. Vous ne pouvez pas continuer à voir vos enfants comme les enfants étaient perçus par le passé. Le monde a évolué. Il n'est plus ce qu'il était il y a dix, trente ou cinquante ans. L'éducation doit donc elle aussi changer. Regardez dans quel environnement vivent les enfants aujourd'hui. Regardez la vitesse à laquelle tourne le monde. Ils doivent constamment s'adapter et être autonomes de plus en plus rapidement. Les mères travaillent pour la plupart. Les enfants sont gardés dès leur plus jeune âge du matin au soir. Ils sont nés avec le téléphone portable et presque avec une tablette dans la main. Même leurs pouces ont changé avec l'arrivée de ces gadgets[8]. Ne devrions-nous pas en tenir compte ?

Peut-être devrions-nous aussi nous questionner sincèrement sur nos conditionnements culturels, sociaux et familiaux quant au fait d'avoir un enfant. D'où vient notre désir d'avoir un enfant ? Nos enfants doivent-ils constamment s'adapter à nous et à nos choix de vie ? Et si nos enfants avaient le pouvoir de nous ramener à ce que nous aussi nous souhaitons, à savoir l'essentiel ?

---

8. Une étude réalisée en 2016 sur 2000 personnes, par la compagnie de téléphonie mobile O2, au Royaume-Uni, montre que certains utilisateurs de smartphones ont un pouce plus gros que l'autre à cause de l'usage intensif qu'il font de leur téléphone ou tablette : http://www.rfi.fr/hebdo/20160715-science-smartphones-etude-o2-donnent-coup-pouce-evolution (pour l'article en anglais, voir https://news.o2.co.uk/?press-release=were-all-fingers-and-thumbs&_sm_au_=iVVnvNsKqHMfFRn7).

Nous espérons que cet extrait vous a plu !

Les enfants d'aujourd'hui font les parents de demain
Armelle Six

J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**, **invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LEDUC.S PRATIQUE