

Relation parent-enfant : Comment agir avec amour lorsque votre enfant prend le contrôle de votre vie ?

Cette semaine, j'ai passé quelques jours avec une amie chez une maman vivant seule avec sa fille de 7 ans et j'ai été marqué par la façon dont sa fille la contrôlait à certains moments et par la frustration qu'elle avait de ne pas savoir comment gérer certaines situations. Par exemple, lorsque sa fille voulait recevoir son attention ou la mienne, elle interrompait constamment notre discussion pour recevoir l'attention qu'elle voulait. Parfois, la maman lui demandait d'attendre et sa fille était frustrée, et ensuite sa fille revenait à la charge et la maman se sentait de plus en plus mal et finissait par céder à la demande de sa fille contre son gré. La maman finissait de plus en plus frustrée et désemparée, et cette dynamique avait une influence douloureuse sur la qualité de sa relation avec sa fille car cette frustration faisait effet boule de neige sur d'autres aspects de la relation ou sa fille ne faisait rien de mal mais recevait cette frustration en retour. Cela vous parle ?

« La communication violente n'adresse pas la cause du problème, elle traite juste les effets »

Ensuite, nous avons eu une discussion sur ce qui se passait. La maman avait étudié la Communication Non Violente (CNV) de Marshall Rosenberg¹. Elle avait appris à exprimer et valider tout haut ses « besoins » émotionnels de sécurité, reconnaissance, estime de soi etc... et ceux de sa fille tels que décrits dans la pyramide des besoins de Maslow², et elle utilisait une technique de CNV pour gérer la situation et avait le sentiment que cela l'aidait beaucoup. Par exemple, lorsqu'elle était seule avec sa fille et que sa fille était frustrée de ne pas recevoir l'attention ou les choses qu'elle voulait, elle lui disait : « tu es en colère parce que tu ne peux pas avoir ce que tu veux (attention etc...) quand tu veux et de la manière dont tu veux ? » Et sa fille acquiesçait en recevant cette reconnaissance et cela calmait généralement sa fille et apaisait la maman.

Selon mon expérience, le problème avec cette approche de la CNV, c'est qu'on ne fait pas la distinction entre les besoins naturels sains comme la faim, la soif, la respiration, le sommeil, un abris, et tous les autres besoins émotionnels tels que celui de besoin d'attention ou de reconnaissance du père comme dans l'exemple ci-dessus. Pour les premiers, ce sont des besoins vitaux et c'est un geste d'amour de tout faire pour aider à ce qu'ils soient satisfaits. Pour les seconds, s'ils sont des désirs purs comme chez le petit enfant sans aucune attente, le parent aimant se rendra disponible pour les satisfaire au maximum par son propre désir. Mais lorsqu'ils sont attachés à une demande ou une attente de l'enfant, généralement apprise des parents, que les parents le satisfassent quand il le demande, alors ce sont des addictions³. Or satisfaire une addiction est un manque d'amour de soi et

¹ https://fr.wikipedia.org/wiki/Communication_non-violente

² https://fr.wikipedia.org/wiki/Pyramide_des_besoins

³ Emotions et addictions : <https://www.youtube.com/watch?v=-ffJEVVRh4>

de l'enfant car cela l'encourage à continuer à penser qu'il peut avoir ce qu'il veut quand il veut. C'est une projection et un comportement très dommageable. On apprend et encourage en fait l'enfant à demander qu'un adulte satisfasse ses demandes sans égard pour le choix ou désir de l'adulte.

Par exemple, lorsque sa fille est en demande d'attention et ne reçoit pas ce qu'elle demande de sa maman ou d'un autre adulte, qu'elle est en colère et fait une scène, la maman, elle-même frustrée et désemparée, finira pas recourir à une technique de CNV. Elle dira à sa fille : « tu es frustrée car tu as besoin d'attention et tu ne la reçois pas, » et la fille répondra : « oui, » et se sentira souvent rassurée car reconnue dans son besoin et recevant aussi un peu d'attention demandée... Mais cela dure juste un cours moment et cela ne fonctionne pas toujours. Et son insécurité intérieure est toujours présente. Elle continuera à projeter le même type de demande encore et encore parce que la cause de sa douleur est toujours en elle. Et la relation maman-fille en souffrira et se dégradera. La frustration grandira avec le temps chez l'enfant et le parent. Le problème de cette approche de CNV est que cela nourrit et renforce l'addiction de la fille à demander de nouveau de l'attention la prochaine fois car la maman ne lui apprend pas que son comportement est dommageable pour elle et leur relation. La communication violente n'adresse pas la cause du problème, la douleur chez l'enfant et les croyances de l'enfant qu'il peut recevoir ce qu'il veut quand il veut. La CNV traite juste les effets, et c'est en disharmonie avec la Loi de Cause à Effet⁴, c'est en disharmonie avec l'amour.

« Aimes-tu quand quelqu'un veut te forcer à faire quelque chose que tu ne veux pas faire ? »

L'amour est un don, et lorsqu'il est attendu et exigé, ce n'est plus un don, cela devient une obligation. Les demandes de l'enfant ne tiennent pas compte du fait que la maman et les autres personnes ont aussi des désirs propres et le libre arbitre de lui donner ou pas leur attention quand ils le choisissent. Ici, la fille a 7 ans et commence donc à utiliser son propre libre arbitre et faire ses propres choix. Elle reflète aussi les addictions de sa maman. Nourrir les « besoins » addictifs des enfants crée littéralement des monstres lorsqu'ils deviennent adultes car nous leur avons appris qu'ils ont le « droit » d'obtenir ce qu'ils veulent des autres quand ils le veulent et comme ils le veulent, juste pour satisfaire leurs besoins addictifs, sans aucun égard pour l'autre.

Mon expérience est que c'est extrêmement difficile pour un adulte de guérir ces addictions dont les causes remontent à la petite enfance, et que ces addictions affectent toutes nos relations et créent beaucoup de douleur chez nous et dans nos familles pendant toute notre vie, alors qu'un enfant est beaucoup plus humble, sensible et ouvert à la vérité de l'amour et libèrera donc son addiction beaucoup plus facilement s'il est encouragé par l'adulte à aller dans cette

⁴ Plus d'info sur la Loi de Cause et Effets :

<https://www.youtube.com/watch?v=sus67vhuNgA>

direction. Il comprend vite. Par exemple, quand vous lui demandez : « aimes-tu quand quelqu'un veut te forcer à faire quelque chose que tu ne veux pas faire ? », il prend conscience qu'il fait à l'autre une chose qui lui fait du mal car c'est douloureux pour lui quand un autre le force à faire quelque chose. Personne n'aime cela. Le problème est que les adultes font cela sans arrêt. Ils apprennent ainsi à leur enfant qu'on peut exiger des choses et contrôler les autres. Ensuite, bien sûr que les enfants vont reproduire ce que leurs parents leur apprennent. Nous devons apprendre en tant qu'adultes comment utiliser notre libre arbitre⁵ avec amour. J'y reviendrai plus loin.

« C'est de ta faute, je te déteste... »

Voici un autre évènement très marquant que la maman m'a raconté avoir traversé avec sa fille, et je l'aime bien car il illustre à merveille la différence en un désir et une addiction. Un jour, sa fille est revenue très frustrée de l'école de ne pas avoir reçu la reconnaissance qu'elle s'estimait en droit de recevoir de son instituteur. Sa maman lui a alors suggéré d'aller expliquer sa frustration à son instituteur. La fille ayant accepté, elles sont donc parties toutes les deux pour avoir un entretien privé avec l'instituteur. Mais, ce qui s'est produit est que la fille n'a pas reçu la validation qu'elle attendait au cours de cet entretien. Donc, en sortant de l'école, alors qu'elles partaient en voiture, la fille a piqué une énorme crise de rage. Elle hurlait et maudissait sa maman : « c'est de ta faute, c'est de ta faute... ». La fille était furieuse car son addiction n'était toujours pas satisfaite. Ce qui s'est produit ensuite dans la voiture est rare et magnifique : la fille était attachée à l'arrière dans un siège d'enfant, et la maman a choisi de lui permettre d'exprimer librement ses émotions de rage et de frustration en lui offrant simplement un espace silencieux d'amour, sans rien dire ou faire pour tenter de la contrôler, de la raisonner ou de la faire taire.

La maman a simplement dit : « je ne peux malheureusement rien faire pour toi, » et elle s'est tue en se concentrant sur le ressenti de ses propres émotions. Ce qui s'est produit ensuite est que sa fille a pu exprimer toute sa rage sur le sujet, et cela a duré plusieurs dizaines de minutes de hurlements et de cris et d'injures, venant par vagues successives d'émotions de colère, et lorsqu'elle a fini par exprimer toute sa colère jusqu'à la dernière goutte, elle est ensuite passée dans une phase d'épuisement, et les sanglots sont progressivement apparus, puis le chagrin, de plus en plus profond, et cette phase de pleurs a duré moins de cinq minutes. Et après cela, elle rayonnait de joie et d'amour, y compris envers sa maman. Elle était en paix.

Sans réaliser consciemment, sa maman venait de lui offrir un des plus beaux cadeaux qu'un parent puisse faire à son enfant : lui permettre de libérer complètement une émotion causale douloureuse de son âme⁶. Et en me

⁵ Plus d'information sur le cadeau de Libre Arbitre :
<https://www.youtube.com/watch?v=9XNmr0oJ3Hw>

⁶ Plus d'info sur le processus de libération émotionnelle des addictions :
<https://www.youtube.com/watch?v=GZb6BrATgT8>

racontant cette histoire, la maman prenait conscience du pouvoir magnifiquement guérisseur de l'amour qui consiste juste à permettre à sa fille de ressentir toutes ses émotions, quelles qu'elles soient, sans interrompre le processus, tout en prenant la responsabilité de ce qu'elle ressentait elle-même. Même quand l'enfant ne se trouve pas restreint dans un fauteuil de voiture, ce processus peut être reproduit à la maison par la technique d'astreinte aimante (lire plus loin). Les voitures ont cet avantage qu'elles sont généralement assez bien isolées au niveau du bruit. C'est donc un espace parfait pour exprimer des émotions même bruyantes et violentes. On peut y faire du bruit sans déranger les autres.

Comment les enfants héritent des émotions réprimées de leurs parents ?

L'émotion causale douloureuse libérée par la fille dans la voiture, ici le sentiment de ne pas mériter la reconnaissance (le temps) du père (donc aussi de tout homme en position d'autorité), était réprimée en elle par l'imposition de suppression émotionnelle inconsciente de sa maman. Dans ce cas, cette blessure chez la fille lui avait été transmise directement par sa maman qui évitait elle-même de ressentir sa douleur du manque de reconnaissance et d'attention qu'elle avait elle-même reçue de son propre père dans sa toute petite enfance. Elle avait probablement aussi appris un peu plus tard quand elle pouvait parler, qu'elle pouvait maintenant demander l'attention du père et le manipuler comme elle le voulait, le père nourrissant au maximum cette attente en lui donnant toute l'attention quand elle la demandait (syndrome de la princesse du père) en échange de se sentir aimée par sa fille⁷, et cette croyance addictive qui n'est en réalité pas de l'amour se trouvait maintenant aussi chez sa fille. Ce qui se passe en effet au niveau de l'âme dès la conception, est que les émotions supprimées chez la maman et les croyances de la maman sont transmises à l'âme de l'enfant à partir de la conception⁸, et en conséquence, les enfants se retrouvent souvent avec des émotions en eux qui n'ont pas forcément de lien avec leur propre vécu, mais bien avec celui d'un de leurs parents ou ancêtres qui ne les ont pas libérées.

Dieu pour aider nos enfants à se guérir définitivement

Dans ce cas-ci, comme la fille a libéré cette émotion causale, cela signifie qu'elle ne ressentira automatiquement plus le besoin compulsif d'attention du père, et n'aura plus cet addiction que les hommes l'approuvent et ne passera plus cette blessure à ses propres enfants, sauf, si la maman, n'ayant toujours pas libéré sa propre blessure causale, continue à l'imposer à sa fille. Et elle risque alors d'entrer de nouveau en elle, ce qui est le cas ici, je pense. La seule manière pour qu'elle n'entre plus jamais en elle est que la fille prie pour l'amour et la vérité de Dieu pendant le processus de libération émotionnelle de sa rage, terreur et de son chagrin, et elle recevra alors la vérité de Dieu dans son âme en même temps que sa fausse croyance est libérée. La Vérité de Dieu est que l'amour est un don

⁷ Pour plus d'info à ce sujet : <https://www.youtube.com/watch?v=knDqkCpC2VY>

⁸ Pour plus d'info à ce sujet : <https://www.youtube.com/watch?v=QcIDls4wHZc>

et ne peut donc pas être exigé. Et dès ce moment, l'erreur de la maman ne pourra plus jamais entrer en elle car la vérité dans l'âme empêche l'absorption d'une erreur sur le même sujet⁹. Mais pour que cela se produise, il faut qu'un des parents au moins (ici la maman) apprenne à l'enfant qu'il peut demander l'aide de Dieu, son vrai parent¹⁰. Ce n'est malheureusement souvent pas le cas, et certainement pas le cas ici. En effet, la mère de la maman (la grand-mère de la fille) a malheureusement forcé ses idées religieuses sur sa fille dans sa petite enfance, et cela a fait naître en elle une réaction de rébellion, de fermeture et un rejet total de Dieu. Je comprends que personne n'ait envie d'avoir une relation avec un Dieu ou quelqu'un qui nous impose sans arrêt des choses, tel le Dieu que vénérât sa maman. Mon expérience personnelle est que ce n'est pas le Dieu d'amour qui est notre vrai parent et nous a donné le cadeau du libre arbitre. Au lieu de vivre l'amour, ce qui est attirant, sa maman a essayé de lui imposer ses concepts de l'amour, ce qui est repoussant. Hélas, le fait de rejeter une relation avec Dieu a souvent une conséquence dommageable qui crée beaucoup de douleurs dans les relations parent-enfant : comme cette maman, la plupart des parents ignorant Dieu croient que leurs enfants leur appartiennent, d'où cette croyance terriblement dommageable qu'ils ont le droit de leur imposer leurs vues et qu'ils ont la responsabilité de les contrôler. C'est une croyance très dommageable qui mène à la violation répétitive du libre arbitre de l'enfant.

Permettre à l'enfant d'avoir sa propre expérience avec Dieu

Si, en tant que parent, vous ne croyez pas en Dieu, vous pouvez faire un choix d'amour, en même temps respectueux de votre croyance et du droit de l'enfant à explorer et découvrir la vérité par lui-même. Par exemple, vous pouvez expliquer à votre enfant que vous ne croyez actuellement pas en Dieu, probablement parce que vous n'en avez jamais fait personnellement l'expérience, mais que cela ne veut pas dire qu'il n'existe pas. Vous ne savez simplement pas. Dans cette position d'humilité et de sincérité, vous pouvez offrir un énorme cadeau à votre enfant : lui offrir l'opportunité de faire sa propre expérience et de décider par elle-même si Dieu existe ou pas, et si elle désire avoir une relation avec Dieu. Vous pouvez simplement lui dire qu'elle peut tenter de découvrir par elle-même si Dieu existe ou pas, et si Elle est son vrai parent, et si Elle désire lui donner de l'Amour et lui dire la Vérité quand elle le Lui demande. L'expérience toute simple qu'elle peut faire est la suivante : quand elle se sent triste ou seule, quand elle a de la douleur, ou simplement quand elle a envie de découvrir ou d'apprendre quelque chose, ou qu'elle veut connaître Dieu ou Lui confier ses secrets intimes et ses pensées, il suffit qu'elle imagine Dieu comme le plus aimant des parents qu'elle puisse rêver d'avoir et qu'elle Lui demande très fort dans son cœur : « Dieu, s'Il te plait, si Tu existes et si Tu as de l'Amour pour moi, puis-je recevoir Ton Amour et Ta Vérité sur ... », comme si elle avait très fort envie de recevoir

⁹ Pour plus d'info sur le fonctionnement de l'âme humaine et les principes de préclusion et d'absorption : <https://www.youtube.com/watch?v=QcIDIs4wHZc>

¹⁰ Plus d'info sur :

https://www.youtube.com/watch?v=2kDPyBOS9T8&list=PL6PutUphzUHQANA KO40QpMCj_hjT3Bj-N&index=1

l'amour et la vérité de sa maman ou de son papa, mais elle dirige cette-fois sa prière vers Dieu. Les parents n'ont pas toujours de l'amour en eux, parfois ils sont fâchés, parfois ils ont peur, parfois ils s'ont occupés et parfois ils n'ont pas le temps. Ils ne connaissent pas la vérité sur tous les sujets, parfois ils ne savent pas des choses. Dieu est parfait en amour et en connaissance, et il est toujours disponible, comme elle s'en rendre compte. Le processus est identique pour les adultes.

« Maman n'aime pas quand on lui parle de Jésus »

Mon amie qui voyage avec moi m'a raconté ce qu'elle a entendu. Un soir, alors que la fille jouait avec une copine, sa copine a commencé à lui parler de Dieu et de Jésus, et elle a dit à sa copine : « maman n'aime pas quand on lui parle de Dieu et de Jésus ». Et la conversation a changé de sujet. La maman n'a pas entendu, mais sa blessure d'enfance influençait les choix de sa fille. Un autre jour, alors que nous dessinions chacun notre perception de l'amour, j'ai eu une conversation avec la fille car elle ne cessait de me poser des questions sur mon dessin qui représentait Dieu et l'âme humaine, et comment Dieu nous transmet son Amour seulement si nous le désirons, sans nous l'imposer. Je lui partageais ma propre expérience aussi sincèrement que je pouvais sans désir de la lui imposer. Elle était en fait très intéressée et curieuse comme un enfant l'est naturellement quand il n'est pas contrôlé par un adulte. Je pense qu'elle ressentait simplement mon désir de connaître Dieu et jouissait de l'espace de réflexion personnelle que je lui offrais à ce sujet.

Une frustration sans fin

Voici un autre exemple d'une situation à laquelle j'ai assistée, et il illustre très bien le dilemme auquel beaucoup de parents font face quand leurs enfants reflètent leurs propres addictions et blessures d'enfance réprimées : nous sommes en pleine discussion entre adultes, et la maman projette une demande d'attention envers moi (addiction à l'attention du père) dans la conversation. Elle veut que je l'écoute. Ce sentiment d'obligation n'est vraiment pas agréable. A ce moment précis, la fille sort de son silence ou de son espace intime de jeux et interrompt sa moment en lui demandant l'autorisation de parler, ou en lui demandant de cesser de parler, et en demandant d'avoir mon attention. Elle fait la concurrence avec la maman pour mon attention. La fille reflète l'émotion en déni de la maman par sa demande. Elle impose sa demande à sa maman et aux autres adultes dans la conversation sans égard de leur désir, de leur propre libre arbitre. Bien-sur, il n'est pas éthique que la maman la punisse pour cela car elle est en fait la cause de ce comportement addictif de sa fille. Mais elle finit soit par céder en étant frustrée, soit elle ne cède pas mais se sent coupable et frustrée quand même par les multiples tentatives répétées d'interruption et de prise de contrôle de l'attention par sa fille. Alors comment s'en sortir ?

Sincérité, humilité et fermeté dans l'amour

Selon moi, la chose la plus aimante pour la maman serait de commencer par désirer prendre conscience de sa propre addiction à recevoir l'attention des hommes, et de choisir de libérer sa douleur causale associée au manque d'attention reçue de son papa dans sa petite enfance. Par ce simple fait, l'enfant changera son comportement et une dynamique saine s'établira avec sa fille. Cela aidera aussi sa fille à libérer la même émotion en elle. En effet, lorsque le parent est libre de sa terreur et de sa propre douleur causale, il n'impose plus aucune influence de suppression de ces émotions chez son enfant. La fille libèrera dès lors très facilement ces émotions d'elle car ce processus de libération émotionnel tel que décrit ci-dessus dans la voiture, de la rage au chagrin, est tout naturel chez l'enfant lorsqu'il n'est plus empêché par la projection du désir opposé de suppression du parent. C'est le processus naturel de guérison des addictions.

Bien entendu, il est souvent plus facile d'observer une addiction chez une autre personne que chez soi, et dans ce cas-ci, la maman n'a pas encore de désir de prendre conscience de la dynamique en cours avec la fille et de voir sa propre addiction qui est à la source de sa frustration par rapport au comportement de sa fille. Cela va donc être très difficile d'apprendre à la fille une leçon d'amour que la maman ne veut pas apprendre elle-même. C'est ici que le papa est important, ou les amis masculins si le papa n'est pas présent. Dans ce cas-ci, j'ai eu un mal de crâne pendant une journée car je me forçais parfois à écouter la maman. Honnêtement, j'avais peur de ressentir sa colère si je ne nourrissais pas son addiction et de me faire jeter de chez elle. Le lendemain, j'ai choisi d'être honnête avec la maman : la prochaine fois que je n'aurais pas envie de l'écouter, que je sentirais une demande de mon attention, je le lui dirais et si elle continuait, je m'en irais simplement comme un enfant le fait naturellement. Lorsque j'ai fait cela, la maman a directement ressenti une énorme douleur intérieure qui est en fait la douleur causale derrière son addiction car elle est vraiment humble et qu'elle sentait sans doute que je ne la jugeais pas. Cela lui a donné l'occasion de ressentir la douleur en elle qu'elle essayait d'éviter tout le temps par ses demandes d'attention, et puis nous avons eu une bonne discussion qui lui a permis de prendre conscience de cette dynamique. Mais la réaction la plus fréquente d'une addiction non assouvie est généralement la colère.

En étant simplement honnête et ferme dans mes interactions avec la fille, je peux aussi jouer un rôle « d'instructeur » en tant que figure masculine dans la dynamique engagée avec elle lorsqu'elle demande mon attention et que je souhaite faire autre chose. Voici un dialogue que nous avons eu un jour dans la voiture pendant une discussion avec la maman et une autre femme adulte:

- Fille (interrompant sa maman en pleine conversation) : « voulez-vous bien m'écouter ... »
- Maman (un peu frustrée): « Je suis en train de parler et tu m'interromps, je voudrais continuer notre conversation »
- Moi : « J'ai maintenant envie de continuer notre conversation... »
- Fille (elle revient à la charge interrompant encore sa maman et demandant mon attention) : « maintenant, vous avez assez parlé, est-ce que je peux parler ».

- Maman (frustrée et embêtée, essayant de l'intégrer): « maintenant, tu es impolie, tu nous interromps de nouveau. Je voudrais d'abord terminer conversation. Tu peux participer à notre conversation si tu veux »
- Moi : « j'ai envie de continuer cette conversation ... et je ressens que tu veux contrôler ce que nous faisons et je n'aime pas cela. Es-tu fâchée quand je ne veux pas t'écouter et que tu ne reçois pas mon attention ? »
- Fille (frustrée): « oui » (la colère prouve qu'elle a une attente et pas un désir pur).

Un peu plus tard, elle insiste de manière manipulatoire :

- Fille : « mais je voudrais dire quelque chose s'il vous plait »
- Moi : « tant que tu projettes une demande que je fasse quelque chose pour toi que je n'ai pas envie, je ne le ferai pas. Est-ce que tu aimes quand quelqu'un t'impose de jouer un jeu que tu n'as pas envie de jouer et que tu as envie de jouer à autre chose ? »
- Fille : « non »
- Moi : « alors pourquoi le fais-tu aux autres ? » (Toujours sans frustration)

Silence. Elle réfléchit et nous laisse tranquille. A l'intérieure d'elle, son besoin est toujours insatisfait et elle se sent toujours frustrée et triste. Elle est confuse et ne sais pas quoi faire car elle a appris qu'elle peut demander de l'attention quand elle le veut, et aujourd'hui, elle expérimente que ce n'est pas accepté et prends conscience que cela fait du mal aux autres.

Je reste ferme et immuable sur ma position mais sans colère. J'aime jouer avec elle ou l'observer jouer quand elle n'a pas de demande, mais dès qu'elle a une attente et que je désire faire autre chose, je n'ai pas d'envie d'y répondre. Si elle revient encore à la charge :

- Moi : « Tant que tu projettes une demande que je fasse quelque chose pour toi que je n'ai pas envie, je ne le ferai pas. Donc, si tu veux jouer avec moi, il faudra d'abord que tu exprimes un désir de jouer avec moi, mais pas une demande, et aussi que j'ai envie d'arrêter ce que je fais pour jouer avec toi à ce moment. Si je veux jouer avec toi plus tard, je te le dirai. Pour le moment, je n'ai pas envie, j'ai envie de ... »

Lorsqu'elle ne projette pas sa demande sur moi, je lui montrerai aussi comme j'aime jouer avec elle à certains moments quand je le choisis, et comme elle n'a pas besoin de mon attention pour se sentir aimée. Mais encore une fois, si elle veut imposer ses attentes au cours d'un jeu, je lui montrerai fermement que c'est une autre addiction, et si elle continue, j'arrêterai de jouer et partirai en lui disant que je ne veux pas jouer avec elle quand elle tente de me contrôler.

L'astreinte aimante

Si elle piquait une crise de rage et devenait violente émotionnellement ou physiquement avec moi ou une autre personne, alors je l'aiderais à traverser le processus émotionnel complet qu'elle a déjà vécu dans la voiture (lire ci-dessus) par l'imposition d'une astreinte aimante : je lui dirais qu'elle se comporte sans

amour et que je vais la restreindre car son comportement est dommageable pour elle et les autres. Je la tiendrais alors fermement dans mes bras en l'empêchant de bouger et même de bouger ses bras (pour éviter qu'elle puisse me frapper). Je le ferai uniquement lorsque je ressens de l'amour et de la compassion pour elle, et je lui rappellerai que je l'aime si je le sens utile. Je resterai dans cette position le temps nécessaire pour qu'elle exprime toute sa rage, hurle toutes les injures qu'elle veut, et ressente toute sa terreur et puis libère finalement tout son chagrin causal jusqu'à la dernière goutte. Je resterais aussi le plus possible connecté à moi-même, en respirant profondément, et en prenant la responsabilité de mes propres émotions et sentiments afin de ne pas les projeter sur elle et ne pas l'influencer dans ce qu'elle ressent. Je saurai quand elle aura fini car elle sera paisible et joyeuse et sans plus aucune résistance à mon étreinte, et je la laisserai libre ou la prendrai dans mes bras selon ce qu'elle désire et ce que je ressens. Le processus de libération émotionnel complet peut prendre entre 15 minutes et 2 heures ou plus selon les addictions, donc, il faut prévoir du temps libre quand on engage cela, et mettre cela en priorité d'importance à ce moment.

Je n'ai pas eu l'occasion de faire cela lors de cette visite, mais c'est ce que je recommande d'expérimenter avec vos enfants dans une situation similaire. J'ai eu l'occasion de l'expérimenter précédemment avec le petit garçon de mon ex-femme il y a quelques années, et j'ai assisté et entendu de nombreux témoignages bouleversants de parents sur l'efficacité merveilleuse de ce mode d'enseignement de l'amour en cas de comportement addictif violent ou abusif d'un enfant qui tente de contrôler la vie de ses parents ou des autres.

Encore une fois, cela requiert que vous ne soyez pas énervés vous-mêmes et que vous soyez conscients de la dynamique et de vos propres addictions, et que vous ne projetiez pas vos émotions sur l'enfant. Il est indispensable de ressentir un sentiment d'amour et une compassion profonde pour l'enfant avant d'engager et pendant l'astreinte aimante, car l'enfant doit se sentir aimé et en sécurité pendant la libération émotionnelle. Donc, si vous êtes frustrés, mon conseil est d'aller d'abord libérer votre colère sur un sac de boxe ou un coussin avant d'engager une astreinte aimante.

Un enfant qui se sent aimé et qui a reçu l'attention d'une présence aimante dans sa petite enfance, et dont le parent a guéri ses propres addictions en lien avec le besoin de recevoir de l'attention jouera naturellement et paisiblement seul avec ses amis invisibles. Il exprimera aussi un désir pur de jouer, de connecter avec ses parents de manière saine, sans aucune attente, compulsions et douleur, laissant à l'adulte le choix de décider ce qu'il veut faire sans tenter de le manipuler. Et il ne sera pas fâché quand l'adulte préfère un autre « jeu ». Nous ne voyons peut-être pas souvent cela se produire dans nos familles, et c'est dû aux addictions qui sont déjà en jeu, mais cela ne signifie pas pour autant que c'est normal. Un enfant qui a besoin d'être rassuré tout le temps par un parent ou un adulte est un enfant en grande souffrance.

Un exemple d'une dynamique saine et agréable

J'ai pu observé un autre jour une autre dynamique qui illustre mon propos. La fille avait interrompu sa maman en pleine discussion avec moi pour demander si nous voulions jouer avec elle. La maman avait répondu cette fois à la demande d'attention de sa fille en lui proposant de jouer avec nous à « notre jeu », et me demandant si j'étais d'accord qu'elle « joue » avec nous, plutôt que de satisfaire sa demande de jouer au sien, ce que nous n'avions pas envie de faire. Sa fille était un peu frustrée car son addiction n'était pas satisfaite : elle voulait qu'on joue à « son » jeu. Mais voyant que nous restions intransigeants sur notre position malgré son insistance, elle a ensuite fini par choisir d'accepter notre invitation, et elle est venue s'installer à côté de moi. Nous étions tous en train de dessiner notre perception des deux sortes d'amour existant dans l'univers : l'amour naturel ou amour humain et de l'Amour Divin ou Amour de Dieu. Elle a en fait progressivement réussi à gagner mon attention en copiant mon dessin et en me posant toutes sortes de questions par rapport à ce que je dessinais, et nous avons en fait fini par avoir une discussion extrêmement intéressante et agréable pour tous sur qui est Dieu et qu'est-ce que l'amour. La raison est que, dans ce cas, le libre arbitre de toutes les personnes autour de la table était honoré dans leur désir propre de prendre part à cette activité. Nous ressentons ce sentiment de joie intérieur quand chacun suit ses propres désirs. C'est très agréable. Un peu plus tard, étant satisfaite et rassurée dans son besoin d'attention, je l'observais toute paisible et sereine en train de jouer tranquillement avec ses amis invisibles.

Le changement commence par soi-même

Il me semble extrêmement important pour tout parent qui souhaite avoir une relation aimante avec ses enfants d'être très ouvert et honnête par rapport à ses propres addictions et blessures personnelles en lien avec tout besoin d'être accepté, validé, approuvé, valorisé, récompensé, entendu, compris, inclus etc, besoins qui n'ont souvent pas été satisfaits dans leur propre petite enfance, et de travailler à libérer les blessures causales qui nourrissent leurs propres demandes addictives envers les autres adultes, leurs partenaires et même envers leurs propres enfants. Car l'âme humaine a été conçue de telle manière que les petits enfants vont automatiquement refléter les émotions supprimées chez leurs parents¹¹. Il est donc totalement injuste et sans amour de punir nos enfants alors qu'ils reflètent juste des émotions supprimées chez les parents et agissent souvent selon des manières addictives que nous leur avons nous-mêmes apprises dans notre manière de satisfaire leurs demandes addictives ou de leur demander de satisfaire les nôtres.

Le rôle du parent

Satisfaire les demandes addictives de nos enfants va leur apprendre qu'ils ont le droit de contrôler les autres et avoir ce qu'ils veulent quand ils veulent. Nous ne voulons pas cela. Notre rôle de parent est d'apprendre à nos enfants ce que nous

¹¹ Pour plus d'info sur le fonctionnement de l'âme humaine : <https://www.youtube.com/watch?v=QcIDIs4wHZc>

avons appris sur l'utilisation de notre libre arbitre avec amour. Le problème est que nous, les adultes, ne sommes généralement pas très instruits à ce niveau, et que nous devons d'abord nous-mêmes apprendre à ne pas imposer nos vues, à ne pas vouloir contrôler les autres, à ne pas forcer ou manipuler égoïstement les autres contre leur gré juste pour obtenir ce que l'on veut. Car nous avons souvent appris de nos propres parents que c'était une chose acceptable puisqu'ils nous imposaient souvent leurs demandes contre notre gré. Et donc, nous devons commencer par comprendre nous-mêmes l'importance d'honorer le libre arbitre de toute personne, tant notre droit à choisir autre chose que ce que notre enfant veut sans nous sentir mal pour cela (notre addiction à éviter de se sentir un mauvais parent que nos enfants manipulent), que le droit de notre enfant à faire ses propres choix différents des nôtres. Si nous voulons reprendre le contrôle de notre propre vie en aimant nos enfants, nous devons être très fermes et consistants dans notre attitude de ne pas nourrir les addictions de nos enfants tout en étant conscients et responsables de nos propres émotions, blessures et demandes addictives pour ne pas les projeter sur nos enfants.

L'exemple de teacher Tom : l'art de responsabiliser nos enfants

J'ai eu la chance d'assister en début de semaine à une conférence de teacher Tom¹². Teacher Tom est un instituteur dans une école maternelle aux Etats-Unis qui a un grand désir d'aider les enfants à être des personnes responsables, qu'ils fassent leurs propres choix et prennent leurs décisions par eux-mêmes comme ils adorent le faire naturellement. Il met un soin particulier à ne pas leur donner d'ordre, ne pas valider ou punir ou donner d'opinion personnel sur leurs choix, mais plutôt à exprimer juste les faits qu'il observe en laissant aux enfants l'espace pour réfléchir et prendre leurs propres décisions. Il les aide à penser et agir par eux-mêmes, et non pas pour lui faire plaisir ou pour recevoir de l'attention. C'est pour cela qu'il évite le système classique de validation/punition qui restreint le choix de l'enfant à deux juste possibilités sans amour: rechercher à recevoir la validation de l'adulte ou se rebeller contre l'adulte. Il raconte : « un jour, une maman présente en classe vient me trouver en se plaignant que son enfant ne l'écoute pas car il ne fait pas ce qu'elle lui demande, et je lui ai répondu en observant l'enfant : « il vous a écouté et bien entendu, mais il veut juste ne pas le faire. Il veut faire autre chose. » »

Je trouve que c'est vraiment un bel art et un énorme cadeau d'aimer nos enfants, et cela demande de s'aimer aussi soi-même. J'aimerais partager plus tard plus d'information sur l'approche que je trouve particulièrement aimante et intéressante de teacher Tom dans sa façon d'éduquer une classe d'enfants de 3 à 5 ans. Les parents peuvent être présents dans la classe, les enfants peuvent exprimer leurs émotions, il ne nourrit pas les addictions des enfants et leur permet de ressentir et d'exprimer leurs propres émotions douloureuses dans la classe. Et les enfants décident du règlement de classe par eux-mêmes. Bien sur, comme nous tous, teacher Tom n'est pas parfait. Mais ce n'est pas nécessaire car il fait preuve de beaucoup de persévérance et d'humilité : il reconnaît ses erreurs

¹² Blog de teacher Tom : <http://teachertombsblog.blogspot.com.au/>

et qu'il apprend tous les jours l'amour par les enfants. Teacher Tom partage chaque jour sur son blog ses réflexions et nouvelles découvertes à ce sujet, et je recommande chaudement d'y jeter un œil si vous parlez anglais. Pour moi, il est une source concrète d'inspiration par rapport à la voie aimante à suivre pour trouver l'harmonie dans nos propres vies de famille, particulièrement quand nos enfants prennent le contrôle de nos vies et que notre vie devient un enfer.

Pierre Joseph

Contact de l'auteur : info.veritedivine@gmail.com

Site web de l'auteur : www.uniondivine.info

Sources :

- Site Divine Truth de Jésus et Mary : www.divinetruth.com
- Blog de teacher Tom : <http://teachertombsblog.blogspot.com.au/>
- Chaîne YouTube Divine FAQ :
 - Parents & children :
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLE-RF2VTnr9hXVY6EvyOPMs5OHZd2J8Qj>
 - Human Soul :
https://www.youtube.com/playlist?list=PLERF2VTnr9h_dfiaZT_qkY9C1M86P5o4&spfreload=10
- Chaîne YouTube Divine Truth :
 - Emotions and Addictions :
<https://www.youtube.com/watch?v=ffJEVvRh4>
 - Processing addictions :
<https://www.youtube.com/watch?v=GZb6BrATgT8>
 - Law of Cause and effects :
<https://www.youtube.com/watch?v=sus67vhuNgA>
 - The gift of Free Will :
<https://www.youtube.com/watch?v=eOAzvAoFiz0>
 - The Loving use of Free Will :
<https://www.youtube.com/watch?v=9XNmr0oJ3Hw>
- Chaîne Youtube Vérité Divine :
 - Relations parents-enfants :
https://www.youtube.com/playlist?list=PL6PutUphzUHQANAKO40QpMCj_hjT3Bj-N&spfreload=10
 - L'Ame Humaine :
<https://www.youtube.com/playlist?list=PL6PutUphzUHSYIzB23wrZ5s00eWCO3Yo3>