

## PREFACE

# Écouter au-delà des mots

George Lakoff linguiste imagina une question qui pourrait selon ses critères indiquer les capacités progressistes ou au contraire conservatrices d'un individu, la voici : « Si votre bébé pleure la nuit, allez-vous le chercher pour le prendre dans vos bras ? ». Cette anecdote est relatée dans le livre d'Alfie Kohn « Le mythe de l'enfant gâté ». Bien entendu cette vision peut sembler caricaturale, mais en définitive j'ai le sentiment qu'aller chercher un enfant la nuit (à moins qu'il dorme avec ses parents) est un indicateur éloquent de la sensibilité et de la souplesse d'une personne, de sa capacité à comprendre les besoins de son bébé. Je suis d'une génération qui a plutôt appris qu'il fallait tenir fermement son refus face aux demandes incessantes d'un nourrisson pour lui apprendre à dormir. C'est toute une vision de l'autorité qui règne encore me semble-t-il dans notre société qui vient à peine de reconnaître les dégâts de la violence éducative ordinaire.

En 2008 le conseil de l'Europe a développé des principes autour d'une idée celle de la parentalité positive. Évidemment tout comme dans l'anecdote citée plus haut où l'on est progressiste ou conservateur, nous sommes face à un choix étrange, il y aurait donc une parentalité négative ?

C'est la raison pour laquelle j'ai conçu la Parentalité Créative® résultat de 30 ans de réflexion et d'expérimentation. Elle nous permet de voir nos points communs : notre motivation pour accompagner nos petits au mieux, l'impact de notre histoire d'enfant sur notre quotidien, notre façon de voir la vie de famille, et le sujet central de la pose de limites.

La Parentalité Créative aide les parents à déployer leur conscience, à ne plus tomber dans les pièges que leur histoire d'enfant leur tend, tout en nourrissant leur vitalité et leur désir d'apprendre.

Une fois les outils de base acquis elle nous aide à développer notre créativité pour trouver des solutions compatibles avec notre culture familiale.

Quelle ne fut pas ma surprise lorsque j'ai découvert cet ouvrage ! Christelle Pernot a allié la Parentalité Créative et la médecine traditionnelle chinoise : un concept innovant tout jeune et une façon d'équilibrer son bien-être vieille de 3500 ans.

Je connais mal la médecine chinoise mais je sais qu'elle s'intéresse au bien-être des individus et qu'elle considère la maladie comme une sorte de message à écouter. Et Christelle est une formidable écoutante, elle sait écouter au-delà des mots. Son ouvrage est très éclairant, et sera j'en suis sûre une ressource importante pour tous les parents qui s'intéressent à la fois à la non-violence mais aussi au maintien de leur bien-être.

Dans le domaine de la parentalité, Christelle s'est montrée très engagée. Et ce qui est précieux pour nous en tant que lecteur c'est de savoir qu'elle pratique assidûment ce dont elle parle. Elle a rencontré de nombreux obstacles en tant que parent qu'elle a essayé d'accepter et de traverser. J'ai eu la chance de l'accueillir dans ma formation de consultant en parentalité et de me connecter avec sa démarche personnelle que j'aimerais résumer ici en une phrase simple : « J'accepte ce qui m'arrive et je travaille sur moi car j'ai la responsabilité de chaque instant de mon existence. »

Qu'elle est exigeante cette démarche ! Pourtant peu à peu sur le chemin qui nous conduit à ce que nous sommes, nous en comprenons le sens et la valeur.

Christelle dans son ouvrage vous invite à penser votre parentalité et votre bien-être autrement, à vous mettre à l'écoute de ce qui se passe en vous et autour de vous, pour grandir encore en toute conscience.

**Catherine Dumonteil Kremer**

*Le 4 août 2019*

## PREFACE

# La vie dans son sens plein

« Nourrir la vie », quelle belle proposition, n'est-ce pas? Et combien pertinente. Ce que propose Christelle Pernot, dans cette Collection, composée de livrets aérés et agréables à l'oeil, c'est une lecture éclairante de ce qu'est la vie. Nous sommes bien loin de la simple notion d'existence, avec laquelle la vie est souvent confondue. Il s'agit de la vie dans son sens plein c'est-à-dire de manifestation du vivant dans son acception la plus large.

Et en cela, la référence sur laquelle s'appuie Christelle Pernot est vraiment juste. En effet la M.T.C. (Médecine Traditionnelle Chinoise), qui est le fil rouge et conducteur des 6 livrets de la Collection, est bien plus que la simple acupuncture que la plupart d'entre nous connaît. La M.T.C. est une vision du monde dont la globalité et le champ explicatif dépassent la pure question du soin ou du traitement d'une maladie. Il s'agit d'une véritable pensée écologique, dans le sens véritable du mot. Rien n'est dissocié du tout auquel il participe et chaque parcelle constituante du tout est un reflet et en même temps un miroir du tout auquel elle participe.

Cette vision un peu vertigineuse est forte et riche. Elle peut faire peur, en termes de complexité apparente. Pourtant elle est d'une simplicité incroyable, pour qui en a compris la logique systémique. Et c'est le cas de Christelle Pernot qui réussit le pari de la faire comprendre, avec une pédagogie adaptée au lecteur (enfant ou adulte) et des mises en perspective réjouissantes.

Chaque livret est un voyage qui enrichit et donne confiance parce qu'il révèle des mécanismes simples qui éclairent le vivant tout en permettant à chacun de percevoir comment participer à l'équilibre (ou au déséquilibre) du tout auquel il participe et qu'il est lui même. Nous avons tous un jour ressenti cette joie naturelle qui nous envahit quand nous avons compris quelque chose. C'est ce qui se passe à la lecture de ces livrets et c'est ce qui signe que l'intelligence qui a été réveillée, c'est celle du coeur.

De nombreux principes éducatifs sont évoqués et dieu sait s'il est important de transmettre le meilleur à nos enfants. Mais ce qui émerge également de ces livrets, c'est qu'aucune éducation n'est pertinente si elle n'est qu'explicative. Ce qui éduque, c'est l'exemple. L'enfant ne se souvient pas de ce qu'on lui dit. Il se souvient de ce qu'on lui montre et de ce qu'il fait lui même. Cet archaïsme est consubstantiel du vivant qui apprend en s'appropriant. Et l'intérêt de cette Collection, est qu'elle s'adresse aussi et d'abord aux parents, afin qu'ils « montrent » avec justesse. C'est pourquoi, parent et enfant, chacun a son livret.

Exercices, questions, réflexions, citations, exemples, etc. fourmillent et viennent nourrir un peu plus que le cortex cérébral. Et c'est ce qui réjouit le plus parce que cela nourrit le besoin de sens.

**Michel Odoul**

*Le 3 mai 2020*