

Le Concept du continuum

Jean Liedloff, Ed. Ambre, 2007, 223 p.

Réflexions sur la seconde édition

Oui, bien évidemment, c'est affreux de repenser à ce que nous avons infligé avec les meilleures intentions du monde aux personnes que nous aimons le plus. (11¹)

Un bébé a besoin de participer à la vie active d'une personne, d'être en contact physique permanent avec elle et d'être éveillé aux expériences qu'il rencontrera plus tard. Son occupation principale consiste à être témoin des comportements, des rencontres et de l'environnement de la personne qui s'occupe de lui. [Le bébé émet] de plus en plus de signaux, non pas dans le but de recevoir plus d'attention, mais pour participer davantage à une activité centrée sur l'adulte. (13)

La permissivité prive constamment les enfants de la notion d'une vie centrée sur l'adulte où ils pourraient trouver la place qu'ils cherchent, où leurs actions désirables seraient acceptées et leurs actions indésirables rejetées, alors qu'eux-mêmes seraient toujours acceptés. Un enfant cherche à savoir ce qui est bien et ce qui est mal. S'il casse une assiette, il a besoin de constater une certaine colère ou tristesse vis-à-vis de cette destruction, mais pas de se voir baisser dans l'estime de ses parents – comme si lui-même n'était pas assez triste ou fâché contre lui et comme s'il n'avait pas pris lui-même la décision d'être dorénavant plus prudent. (14)

D'un personnage : « Son sens de la responsabilité sociale est influencé par un instinct profond, non par une idéologie suspecte ». (19)

Comment mes idées se sont écartées autant de celles de mes contemporains

Là, enfin, les choses étaient ce qu'elles auraient dû être. Tout était à sa place – l'arbre, la terre, la roche, la mousse. (23)

Chaque année supplémentaire apporterait son lot de complications, de plus en plus impénétrables, du bien et mal. (24)

J'ai aimé remettre en question les idées préconçues, telles que « le progrès est bon », « la vie des hommes doit être régie par des lois », « un enfant appartient à ses parents », « les loisirs sont plus agréables que le travail » (39), « le malheur est aussi légitime que le bonheur, il est même nécessaire pour mieux apprécier le bonheur », « il vaut mieux être jeune qu'âgé ». (40)

Le concept du continuum

Notre connaissance instinctive de ce qui est bon est court-circuitée par des doutes ; alors que l'intellect qui n'a jamais saisi grand-chose de nos besoins réels dirige notre comportement.

Des chercheurs sont employés à plein temps pour déterminer comment nous devrions nous comporter vis-à-vis de nos enfants. Ils n'ont pas encore « découvert » comment vivre de façon satisfaisante. Mais plus ils échouent, plus ils essaient de résoudre cette question à la seule lumière de la raison et plus ils rejettent ce que la raison ne comprend pas ou ne maîtrise pas. (44)

¹ Le nombre entre parenthèses indique le numéro de la page.

Pour savoir ce qui est « correct » pour une espèce, il faut connaître ses attentes. Que savons-nous des attentes inhérentes à l'homme ? L'intellect a pris le dessus en décidant ce qui est bénéfique, selon ses caprices et ses opinions. Ce qui était jadis l'attente d'un traitement et d'un environnement appropriés est aujourd'hui une attente si frustrée que, souvent, l'homme s'estime heureux tant qu'il n'est pas sans domicile ou malade. Mais même quand il dit « je vais bien », il y a en lui un sentiment de perte, une aspiration vers quelque chose qu'il ne peut nommer, une impression de manquer de quelque chose. (47-48)

Le continuum humain peut être défini comme un enchaînement d'expériences qui correspondent aux attentes et aux tendances de notre espèce, dans un environnement de même logique que celui où sont nées ces attentes et ces tendances. Cela implique un comportement adéquat vis-à-vis des autres, acteurs dans cet environnement, ainsi qu'une attitude appropriée de ceux-ci envers nous. (49)

Il importe d'établir la distinction entre l'évolution et le changement (non évolué). Ces deux notions sont diamétralement opposées. Ce que l'évolution crée comme diversification toujours mieux adaptée à nos besoins, le changement le détruit en introduisant des comportements et des circonstances qui ne tiennent pas compte de tous les facteurs impliqués pour servir nos meilleurs intérêts. Le changement [dés]équilibre tous les facteurs entrelacés, de façon compliquée, au sein et hors du système. L'évolution engendre la stabilité ; le changement engendre la vulnérabilité. (50)

Apprendre est un moyen de satisfaire son besoin de certaines catégories d'informations. Ces catégories augmentent avec l'âge, tout comme avec la parole. (51)

Les débuts de la vie

La réalité du moment a une qualité d'absolu.

Un bébé – tout comme un gourou illuminé – vit le moment présent, le présent éternel. Dans les bras, il est – tout comme le gourou – dans un état de bonheur absolu ; tandis que, s'il n'est pas porté, il se languit dans l'austérité d'un univers vide. (56)

Les attentes innées – résultant de l'évolution – sont des certitudes, jusqu'au moment où elles sont trahies. Les attentes acquises ont le caractère négatif de la désillusion ; elles se traduisent par des doutes, des suspicions, par la peur d'être blessé ou encore par le plus irréversible de tout : la résignation. La résignation, conséquence d'un désespoir extrême, anéantit l'attente originelle, ce besoin de trouver des conditions favorables à son développement. (57)

Le sentiment que ressent un enfant porté est un sentiment de plénitude ou d'essentielle bonté. La seule identité positive qu'il puisse connaître est basée sur le principe qu'il se sent bien, bon et le bienvenu. Sans cette conviction, tout être humain est handicapé par un manque de confiance, de spontanéité, de grâce et par l'ignorance du sens global de son identité. Tout bébé est bon, mais ne peut s'en rendre compte qu'à travers la façon dont on le traite. (59)

La plénitude est le sentiment de base des individus de notre espèce.

De nombreuses personnes passent leur vie à chercher – ni plus, ni moins – des preuves de leur existence, de leur équilibre et du sens de leur identité stable. (60)

Ce que le bébé rencontre, juste après la naissance, va déterminer sa perception de la vie. Les impressions ultérieures ne pourront que compléter son opinion première, celle qu'il s'est forgée lorsqu'il ne connaissait rien encore du monde extra-utérin. (65)

L'*Homo sapiens* occupe une place unique parmi les animaux : il s'attend à trouver un environnement adéquat et à en apprendre toujours le plus possible pour y vivre de plus en plus efficacement. (68)

Dès le début, l'apprentissage s'opère de manière sélective : il se rapporte toujours à la perception de la vie que l'homme devra mener. (71)

[Ainsi], l'audition fonctionne de manière sélective. Elle se limite à ce qui est considéré comme pertinent par notre culture et élimine le reste. Pourtant le mécanisme auditif, en lui-même, est capable de percevoir bien plus que ce que nous sommes habitués à entendre. (72)

Le but de la philosophie du continuum est de faire de l'intellect un serviteur compétent plutôt qu'un maître incompetent. (75)

Notre propension à la stabilité utilise aussi le corps pour rétablir l'équilibre, en permettant de succomber à la maladie lorsqu'il y a un besoin émotionnel d'être « cajolé » par une « mère » potentielle. (78)

Un bébé se forge une opinion de sa relation avec le monde extérieur qui le suivra toute sa vie et lui servira d'étalon de mesure et de rééquilibrage. Ses mécanismes de stabilisation oeuvreront pour maintenir intactes ces certitudes. Un bébé dépourvu de l'expérience de l'épanouissement de son potentiel inné ne connaîtra peut-être jamais le sentiment de plénitude pourtant naturel à son espèce. Les forces innées ne réfléchissent pas. (80)

Le bébé « continuum » s'habitue à la sensation normale et sécurisante d'être tenu contre un corps vivant. Ce n'est que si on le privait de ce contact qu'il remarquerait le besoin pressant qu'il en a. (83)

Il n'est pas surprenant que nos bébés, stressés comme ils le sont, soient chroniquement malades. Leur tension, leurs coups de pied, leurs cris et le fait qu'ils se cambrent et se tortillent révèlent un mal-être constant et profond. (90)

Lorsqu'un de ses actes est déploré, le bambin [« continuum »] sait que ce n'est pas lui qu'on désapprouve, mais seulement ce qu'il a fait et il est prêt à collaborer. Aucune impulsion ne le pousse à se défendre contre [les adultes], ni à adopter un autre point de vue que le leur : ils sont ses véritables alliés en qui il a entière confiance. (91)

Dans les maternités occidentales, le nouveau-né est enveloppé dans un vêtement sec et sans vie. Peu important ses pleurs, on le « range » dans une « boîte », elle aussi sans vie. Les seuls sons qu'il perçoit sont les vagissements d'autres victimes souffrant de la même et indicible agonie. Il pleure et pleure encore. Personne ne vient. Faisant confiance à la vie, il fait la seule chose dont il est capable, et continue à pleurer. Finalement, il s'endort, épuisé.

Il se réveille au milieu d'un endroit sans vie. Il suffoque et hurle jusqu'à ressentir une douleur dans la poitrine. Il ouvre et ferme les poings. Rien n'y fait. Il recommence à pleurer, mais cela en est trop : il raidit son petit corps, agite ses mains et gigote. Il s'arrête, capable de souffrir, mais incapable de penser, incapable d'espérer. (96)

Le but de la vie, c'est la vie elle-même ; le but du bien-être, c'est de favoriser un comportement qui engendrera ce sentiment de bien-être. Celui de la procréation est de créer des procréateurs. (105)

Les enfants le plus privés d'affection sont ceux qui ont perdu la capacité de nouer des liens, c'est-à-dire la chance de connaître, un jour, la vraie valeur de la vie. (111)

Grandir

Le rôle de la mère est celui d'une personne généreuse qui prend soin de l'enfant et qui n'attend rien en retour, sauf la satisfaction d'avoir agi ainsi. (124)

L'ultime objectif des activités de l'enfant est de développer sa confiance en lui. Lui donner trop ou trop peu d'assistance va à l'encontre de cet objectif.

Éduquer signifie, à l'origine, « guider, conduire » (e-ducere), mais bien que cette notion soit plus positive que celle plus répandue de « façonner, modeler », elle ne convient pas davantage aux attentes de l'enfant. Lorsqu'on mène ou guide un jeune, on interfère dans son développement puisqu'on lui fait abandonner une voie naturelle et optimale au profit d'une autre qui l'est moins. (126)

L'enfant ne peut progresser qu'en respectant le rythme de ses propres motivations. *La curiosité d'un enfant et son désir d'accomplir des choses par lui-même définissent sa capacité à apprendre sans sacrifier aucune partie de son développement. La guidance ne peut stimuler certaines aptitudes qu'au détriment d'autres, mais rien ne peut pousser l'ensemble de ses aptitudes au-delà de ses limites innées².*

Le tribut payé par un enfant poussé dans la direction désignée comme la meilleure par ses parents est très lourd et se ressent sur sa personnalité tout entière. (127)

Lorsqu'un bambin fait quelque chose d'utile, s'il s'habille lui-même..., rien n'est plus décourageant pour lui qu'une expression de surprise envers son « bon » comportement (c'est-à-dire social). Des exclamations du genre « Oh, quelle gentille fille ! »... impliquent que son comportement social n'était ni attendu, ni caractéristique de lui, ni habituel. (131)

Laisser l'enfant choisir depuis son plus jeune âge optimise ses facultés de jugement, qu'il choisisse de déléguer ou d'agir lui-même. La prudence se manifeste en fonction de la responsabilité engagée et l'enfant ne commet donc qu'un minimum d'erreurs. (138)

Chez les enfants occidentaux, le mécanisme permettant de veiller sur soi ne fonctionne que partiellement puisqu'une grande partie de cette tâche est prise en charge par les adultes. Le continuum supprime donc toutes les responsabilités que les adultes prennent à leur compte. Il s'ensuit une diminution de l'efficacité étant donné que personne d'autre ne peut être plus constant et plus alerte que soi-même. (149)

La désastreuse habitude que le « bien » sera toujours récompensé et le « mal » puni, que les promesses sont toujours tenues, que les adultes ne mentent jamais... implique que, plus tard, ils seront dévalorisés car on les jugera « irréalistes » et « immatures ». En outre, cela engendre une désillusion qui s'étend à l'ensemble de leur éducation et à ce qu'ils croyaient être la culture qu'ils devaient suivre. (153)

Privés des expériences essentielles

Nous sommes incapables d'oublier les manques de l'enfance. Tandis que se développent l'esprit et le corps, le désir de l'expérience dans les bras reste continuellement dans l'attente d'être comblé. (157)

² Souligné dans le texte.

La perte de la condition essentielle de bien-être qui aurait dû naître, en son temps, engendre sa quête et celle de formes de substitutions. *Le bonheur cesse d'être la condition normale de la vie et devient un but en soi.* Cet objectif est poursuivi à court et à long termes.

L'individu civilisé se sent décentré comme si quelque chose lui manque ; il ressent un vague sentiment de perte, le désir de quelque chose qu'il ne peut définir. Ce désir se rattache souvent à un objet ou à un événement à moyen terme : « je serais heureux si seulement... » suivi d'une proposition de changement. Lorsque ce but est atteint, le moyen terme est aussitôt remplacé par un nouveau « si seulement... » et la distance entre soi et le nouvel objet de désir devient la nouvelle mesure de l'espace entre soi et le bien-être manquant – le bien-être ici et maintenant.

L'homme civilisé est maintenu en vie grâce à l'espoir porté par tous ces objets désirés lorsqu'ils se profilent aussi loin que l'étreinte maternelle espérée en vain, alors qu'il pensait trouver la solution dans l'argent, la gloire ou le succès. (158, 160)

Pour ceux qui ont des besoins considérables – non comblés dans le début de leur vie-, la quête d'un partenaire est souvent une bataille triste et vaine. Trahies dans leur plus jeune âge, leurs espérances sont nombreuses et profondes. La peur d'être à nouveau trahi peut être si forte qu'au moment où ils « risquent » de trouver un compagnon, ils fuient pour éviter de se faire rappeler l'insupportable : ils ne peuvent être aimés de la manière inconditionnelle dont ils ont besoin.

Les images cinématographiques réduisent le spectateur à une petite taille et créent l'illusion de porter sur le grand écran les êtres tant recherchés à la taille d'une maman. (161)

La publicité entoure l'individu de sécurité au milieu de son incertitude, ce qui évoque les bras protecteurs que nous avons tant désirés. Ce que nous voulons, c'est être « in ». Nous nous sentons, en effet, chroniquement « out », même si nous essayons, sans cesse, de nous prouver le contraire et de nous en convaincre par nos agissements. (162)

L'innocence de l'enfance, dont nous pensons qu'elle nous a protégés des cruelles réalités, était accompagnée de désarroi et de confusion devant les contradictions entre ce qu'on nous disait et ce que nous constatons dans la réalité. L'impression de manquer de quelque chose était omniprésente autant à ce moment-là qu'aujourd'hui. (163)

L'herbe est toujours plus verte ailleurs pour les personnes qui croient, pour des raisons qu'elles-mêmes ignorent, que pour trouver le bonheur, il suffit de changer d'endroit.

Le désir de vouloir être au centre de la vie est la preuve de la disponibilité de ce centre. L'accomplissement manqué de ce désir garde sa place dans l'avenir. (171)

« La maman qui n'a pas été maternée est elle-même incapable de mater son enfant, mais attend de lui qu'il l'aime. Elle attend de son enfant beaucoup plus que celui-ci ne peut donner et interprète ses pleurs comme un signe de rejet », Kempe (172)

Dans les périodes où nous éprouvons un besoin émotionnel particulier, le continuum peut s'arranger pour que nous soyons malades et dépendant de l'attention des autres – le type d'attention que nous trouvons difficile à obtenir en tant qu'adultes en bonne santé. (175)

Le drogué se drogue moins pour connaître des sensations fortes que pour éliminer les symptômes du manque. (177)

Il y a des millions d'années, nous vivions effectivement de la seule manière d'être heureux : entièrement dans le présent. Comme tous les autres animaux, nous partageons le grand bonheur d'être incapables de nous créer des soucis. Il nous reste aujourd'hui le sentiment que la sérénité associée à l'innocence a pu un jour exister. Nous y avons goûté dans l'utérus et nous l'avons perdue lorsque nous

nous sommes mis à penser. Et à certains moments d'illumination ou d'extase, cette sérénité peut sembler tangible, réelle... jusqu'au moment où la prise de conscience du passé et de l'avenir, les souvenirs et les spéculations réapparaissent pour corrompre le sens pur du moment présent, ce sentiment simple et parfait : être, tout simplement. (185)

La société

La force vitale de l'homme, tentant en vain de réparer les dommages et de combler les phases du développement, aura recours notamment à l'anxiété, à la douleur et à toute une série d'autres moyens pour signaler que les choses vont mal. Et c'est ainsi que l'homme se sent malheureux, sous d'innombrables formes. (191)

La place des enfants au centre de l'attention des adultes – et non à leur périphérie- permettrait à ceux-là de trouver leurs propres centres d'intérêt, à leur rythme et sans pression.

Tout le monde se comporterait naturellement et sans contrainte. Les parents ne tenteraient pas de se mettre, à tout prix, au niveau de leurs enfants et les enfants ne tenteraient pas de s'adapter à ce que les adultes estiment être meilleur pour eux. (195)

Plus les gens sont frustrés et aliénés, plus ils se doivent de juger les autres et de classer, individus ou groupes, en catégories selon la religion, l'opinion politique, la nationalité, la race, le sexe ou même l'âge.

La haine de soi, résultant du fait de ne pas avoir été considéré comme bon pendant son enfance, est la cause principale de la haine irrationnelle des autres. (205)

La douleur et la maladie, le décès de nos êtres chers, les inconforts et les déceptions ternissent, il est vrai, la norme du bonheur ; mais ils ne changent rien au fait que le bonheur est la norme, ni n'affectent la tendance de notre continuum à restaurer cette norme, à la soigner, quelle que soit la blessure.

Le sens du continuum est capable de veiller à nos intérêts infiniment mieux que n'importe quel système intellectuel. (207)

À l'écoute de son continuum

Confondu avec la sexualité, alors qu'il s'agit d'une impulsion bel et bien différente, existe le besoin d'être tenu, protégé par l'étreinte de quelqu'un, materné et aimé, non pas pour avoir gagné le salaire du mois ou pour avoir préparé un gâteau, mais tout simplement parce que nous existons. (212)

L'enfant surprotégé et faible est un enfant chez qui la prise d'initiatives a été constamment usurpée par une mère trop bien attentionnée. (216)

La majorité des parents aiment vraiment leur enfant, mais ils le privent d'expériences essentielles à son bonheur, car ils ignorent ce qui le fait souffrir autant. S'ils comprenaient l'agonie de leur bébé laissé en pleurs dans un berceau, son terrible désir, les conséquences de cette souffrance, les conséquences des lacunes sur le développement de sa personnalité et sur son potentiel à bâtir une vie heureuse, je ne doute pas qu'ils feraient tout pour l'empêcher de rester seul, même une minute. (217)

Il serait très précieux d'envisager l'éducation de nos enfants non comme une activité, mais bien au contraire comme une non-activité. (219)

Dans la société, les droits sont reconnus non parce que l'on souffre, mais parce que l'on se plaint de souffrir. Seuls les droits les plus rudimentaires sont accordés aux animaux – et encore, dans très peu de pays.

Les bébés ne peuvent pas formuler leurs griefs. Ils ne connaissent même pas la cause de leur agonie. Ils sont tout simplement heureux de voir leur mère quand elle apparaît enfin. (221)

Extraits sélectionnés par Jean-Pierre Lepri.

Pour ceux qui veulent faire du concept du continuum une part de leur vie:

www.continuum-concept.org