

# **Ma découverte de l'éducation intégrale : grandir en conscience et créer avec les autres. Opaline Lysiak témoigne depuis Auroville, en Inde.**

**Opaline Lysiak est enseignante en agronomie au lycée agro-environnemental d'Arras. Elle est partie un an à la rencontre des agriculteurs et enseignants dans 12 pays aux contextes pédoclimatiques, sociaux, économiques et politiques très variés. Elle nous fait part d'une rencontre en Inde avec « l'éducation intégrale ».**

**« Il n'y a qu'une seule façon de vivre, c'est de se connaître soi-même.**

**Nous sommes ici pour apprendre – pour apprendre ce que nous sommes, pourquoi nous sommes ici et ce que nous devons faire ».**

**Mère, 1951.**

En passant 15 jours à Auroville en Inde, où je venais plutôt pour rencontrer des agriculteurs agroécologues, j'ai été embarquée dans un torrent d'innovation éducative. J'ai pu rencontrer 2 « pionnières » de l'éducation intégrale, Marie François et Suzie, qui ont installé les premières racines des écoles d'Auroville. Le texte ci-dessus est de Mirra Alfassa, dite « Mère » d'Auroville, qui a posé les bases de l'éducation

intégrale, qu'elle souhaitait voir se développer dans cette ville créée au nom de l'évolution de l'humanité en 1968.

Dans cette vidéo j'explique pourquoi je me suis intéressée, pendant mon [tour du monde de l'agroécologie](#) à l'éducation intégrale :

L'éducation intégrale est l'une des bases du yoga intégral, développé par [Sri Aurobindo](#). Sans aller dans les détails de cette philosophie, **l'idée est d'appliquer le yoga à la vie de tous les jours, et pas seulement de faire du yoga et de la méditation tout seul dans la montagne, déconnecté du monde réel**. Le yoga doit être appliqué au travail, à l'école, dans un maximum d'activités, d'où le nom de yoga intégral. Attention ! Il ne s'agit pas de pratiquer des postures de yoga partout où l'on peut; bien entendu la pratique du yoga en tant que tel est une des bases, mais il s'agit d'être pleinement conscient au quotidien afin que chacune de nos actions soit connectée à une vérité, un but intérieur, et pas uniquement le mental. Cela ne se fait pas comme ça et demande de la pratique qui, si elle démarre dès le plus jeune âge, devient évidente.


## **Interview de Marie Françoise: c'est quoi l'éducation intégrale?**

En tant qu'enseignante, j'ai l'impression d'avoir une posture qui se rapproche des bases de l'éducation intégrale. Je considère mes étudiants comme des êtres humains et pas seulement des cerveaux à remplir, j'essaye d'adapter ma pédagogie aux capacités et aux « types d'intelligence » de chacun... Mais c'est dur quand on a 30 étudiants dans la classe. Pour faire le point, j'ai rencontré Marie Françoise, aurovilienne depuis 1981. Elle est, à bientôt 70 ans, conseillère d'enseignants.

**Quelle est ton histoire?**

Quand je suis arrivée à Auroville je n'avais jamais été enseignante. Je voulais que mes enfants soient libres, aussi libres que moi. Comme il n'y avait pas d'écoles à Auroville j'ai commencé à leur faire la classe. Et puis d'autres enfants se sont greffés. J'ai commencé à enseigner comme ça. Je ne voulais pas du tout être prof – même si l'éducation a toujours été importante. Au bout d'un moment j'ai décidé d'aider ceux qui commencent à enseigner. Observer les classes, on voit tout de suite ce qu'il faut changer.

### **Comment s'organise le système scolaire à Auroville?**

Le « squelette » du système ressemble au système français mais à Auroville il n'y a pas d'examen. Près de 1000 jeunes scolarisés de cette manière. La matinée est en général consacrée aux cours académiques, et l'après midi à l'art, la musique, la danse, les langues, l'éveil de la conscience par le corps, la méditation... Il y a différents types d'écoles.  Dans la « Future School », le programme de l'après midi est créé par les étudiants eux-même. La « Last School » est basée sur le libre progrès. C'est l'élève qui fait son plan de travail. Il y a énormément d'art, de travail en projet.

*Un jeu sur la coopération dans une classe d'Auroville – photo: [awaressthroughthebody.wordpress.com](http://awaressthroughthebody.wordpress.com)*

### **S'il n'y a pas d'examen comment les jeunes peuvent-ils répondre aux exigences des employeurs ?**

Ceux qui restent vivre à Auroville n'ont en général pas de problème car à Auroville on ne regarde pas les diplômes. Pour ceux qui souhaitent poursuivre leurs études il y a des passerelles avec d'autres écoles pour passer les examens.

### **Quels sont les principes de l'éducation intégrale?**

On doit comprendre que l'on a différentes parties en nous et que ces parties doivent fonctionner en harmonie, alignées.

Faire coordonner l'aspiration intérieure avec l'extérieur.

A partir du moment où l'on se respecte – cela vaut aussi pour le prof – cela rayonne sur les autres. Nous devons apprendre à travailler ensemble car nos intelligences se complètent. Un élève n'est pas meilleur, chacun est le représentant d'un domaine. Le travail d'équipe fonctionne quand il y a harmonie car l'énergie est là. Nous n'avons pas besoin de nous comparer, mais plutôt de nous épanouir.

On fait comprendre aux enfants que le monde est comme il est, qu'il faut l'accepter, lui exprimer sa gratitude tout en étant dans une logique de progrès

### **Comment être un « prof intégral » ?**


La qualité du prof dépend de son état intérieur, qui rayonne sur les étudiants. La base est donc que le prof cherche lui aussi à évoluer et conserver une paix intérieure et faire de son mieux. Il doit avoir comme but grandir la flamme, la passion de la connaissance; certains enseignants tuent – à leur insu – la source de créativité, l'énergie qu'il y a dans chaque jeune. Faire confiance aux jeunes, leur confier des missions, ils échoueront et recommenceront. Soutenir le jeune dans ses efforts, être positif, renforcer la confiance en soi; le guider pour qu'il comprenne ce qui fonctionne et pourquoi, les difficultés et leur origine. Prendre en considération le milieu culturel des élèves et en faire un atout pour apprendre. Ce que tu donnes ce sont des gouttes de lumière qui ne sont jamais oubliées.

Considérer qu'il y a différentes formes d'intelligence: verbale, logique, spatiale, musicale, interpersonnelle... Et faire en sorte d'ouvrir « les portes d'intelligence » en chaque élève, de les faire émerger à la surface. Intégrer les différents sens et travailler avec: l'auditif, le visuel, le manuel, seul ou en groupe, avec du rythme, en bougeant, avec de la musique.

## **Quel intérêt à appliquer l'éducation intégrale en lycée agricole ?**

En agriculture comme en éducation, pour que cela fonctionne bien et de manière pérenne, il faut que les racines soient là: une plante bien enracinée ou un jeune qui a les outils pour comprendre ce qui se passe en lui. L'éducation intégrale connecte les jeunes entre eux peu importe d'où ils viennent et entraîne le respect de chacun; on développe le respect de la vie, de la terre, de ce qui nous entoure, une gratitude pour ce qui est là. Un élément très important et de leur donner le sens de la beauté et l'envie de conserver la beauté de la nature et de rendre une ferme plus belle par exemple. Cela aura forcément des répercussions sur la vie professionnelle, avec des agriculteurs qui coopèrent entre eux avec un but commun: à partir de sols sains, produire de la nourriture saine ensemble.

## **Est-ce qu'un jeune de 16 ans peut « accrocher » à l'éducation intégrale ?**

Bien sûr cela dépend de l'état intérieur de l'enseignant et de sa volonté. L'enseignant est le moteur de la classe ! 

## **Que conseilles-tu aux enseignants de lycées agricoles ?**

Avant de se lancer dans des préparations de cours sans fin, se poser certaines questions de base: qu'est-ce que je veux que les élèves découvrent aujourd'hui? Quels moyens j'ai pour faire ce que je veux? Il y a un passé d'enseignement énorme derrière nous, on a déjà beaucoup d'outils et on se focalise sur les outils en oubliant souvent le but ultime de l'éducation. *Un exercice d'éveil de la conscience par le corps – photo : [awarenessthroughthebody.wordpress.com](http://awarenessthroughthebody.wordpress.com)*

## **Interview de Suzie: développer sa conscience par le corps**

Suzie est aussi une aurovilienne de longue date; elle a participé aux fondements de l'ATB « Awareness Through the Body » ou Eveil de la Conscience par le Corps, méthode que

tous les jeunes d'Auroville pratiquent à l'école. J'ai pu déguster un chai massala à la petite cafétéria située au dessus de la cuisine solaire d'Auroville, et lui poser 2 questions centrales.

### **Qu'est-ce que l'ATB peut apporter en lycée agricole ?**


L'objectif de l'ATB est de prendre conscience de nos différentes parties – corps, cœur, mental, spiritualité – à travers des jeux afin d'être en harmonie avec soi-même et avec les autres. Le jeune va apprendre à aligner son objectif intérieur avec les activités quotidiennes. Dans le domaine de la nature et de l'agriculture c'est essentiel car les décisions que l'on va prendre seront conscientes, en harmonie avec nous-même et donc avec la nature dont on fait partie. Plutôt que de rester sur des considérations superficielles, on entre en soi, on essaye de comprendre l'essence de ce qui nous anime. En cours d'ATB on va donc créer des expériences et essayer de questionner le jeune sur ce que cette expérience a changé en lui, ce qui était facile, difficile, ce qu'il a ressenti...

### **Quels conseils peux-tu donner aux enseignants qui veulent développer l'ATB ?**

N'importe qui peut pratiquer l'ATB à n'importe quel âge; il faut simplement que l'enseignant soit équipé d'une série d'exercices adaptés à différents âges et surtout de questions précises à poser aux jeunes pour comprendre ce que l'exercice a apporté. C'est très important de poser les bonnes questions en tant qu'enseignant car cela déclenche des réflexions chez les étudiants, qui réalisent ce qu'ils ont à l'intérieur. Cela doit les faire réfléchir sur leur vie et comment ils l'observent, la place de leur mental, de leur égo. Voici 4 exemples; les jeunes doivent être au calme :

1) L'enseignant prend un objet – une/des graine(s), une branche, une pierre, un récipient avec de la terre – et chaque étudiant doit faire une observation sur cet objet. Chaque observation doit-être différente et on peut faire plusieurs

tours dans le groupe jusqu'à ce que les idées s'épuisent. Cela demande une grande concentration, une présence, pour pouvoir trouver des idées nouvelles. On regarde l'objet sous un différent angle grâce aux observations des autres et aussi aux idées qui émergent de notre propre pensée. Cela éveille le sens de la beauté.

2) Les étudiants ont les yeux bandés – ou les mains dans le dos – et quelqu'un dépose un objet dans leur main. Ils doivent utiliser leurs sens pour ressentir cet objet. Cela peut-être une plante, une pierre, de la terre, mais aussi des produits agricoles. J'ai fait l'exercice avec une tranche de pain;  l'étudiant doit d'abord la ressentir la main à plat, puis utiliser ses doigts pour sentir la texture, il peut ensuite utiliser son odorat puis goûter un tout petit bout. Les étudiants prennent conscience de l'explosion de sens que peut procurer un moment de conscience totale pour découvrir un objet; ils peuvent ensuite faire appel à leur vécu, leurs connaissances pour comprendre comment a été fait ce pain, d'où viennent les ingrédients... *Un exercice d'éveil de la conscience par le corps*  
– photo: [awarenessthroughthebody.wordpress.com](http://awarenessthroughthebody.wordpress.com)

3) Passer une heure allongé dans une prairie avec la classe, ou une nuit à regarder les étoiles, dans la nature. Le rôle de l'enseignant sera de guider les étudiants sur leur respiration mais aussi de leur poser une ou deux questions avant de les rejoindre dans cette expérience. C'est très simple mais le calme de la nature ralentit les pensées et peut faire émerger de belles choses dans la classe.

4) Si la classe est agitée, proposer aux étudiants des techniques simples pour réduire le stress, et demander aux étudiants s'ils ont déjà leur technique. Ils ont ainsi le pouvoir de gérer leur stress, sans dépendre de quelqu'un. Certains auront besoin de sauter, aller faire un tour dans le couloir, faire des étirements... puis se relaxer. Faire une minute de silence est aussi une bonne méthode en début de cours.

5) S'entraîner à se regarder dans les yeux. L'enseignant peut mettre deux étudiants dos à dos et leur demander de ressentir ce qu'il se passe dans leur dos et aussi dans leurs pensées. Au bout d'une minute le prof dit « regardez vous dans les yeux ». Le prof est là pour observer ce qu'il se passe. Certains arriveront à se regarder longtemps dans les yeux sans gêne, d'autres n'y arriveront pas du tout. On peut ensuite analyser ce qu'il s'est passé ensemble: différence fille/garçon, type de relation (meilleur ami, relation difficile...).

6) Le toucher est intéressant à explorer. Un exercice de base en ATB est de s'asseoir l'un derrière l'autre en tailleurs. L'étudiant qui est derrière pose une main dans le dos de son camarade et essaye de ressentir ce qui se passe à l'intérieur; celui qui est devant essaye de ressentir ce que cette main dans le dos lui procure.

### **Quelques questions essentielles à poser après un exercice :**

- Comment t'es-tu senti pendant cette activité?
- Comment te sens tu maintenant?
- Qu'est-ce qui était le plus dur?
- Pourquoi c'était difficile?
- Qu'as-tu appris sur toi-même?

→ Les étudiants peuvent comparer leurs réponses et réaliser la diversité de réponses par rapport à une même question.

### **Pour aller plus loin:**

#### **> Vidéos**

- L'éducation intégrale par Fabrice Dini:  
<https://youtu.be/5A5t616Gkvo>
- La playlist des Agron'Hommes pour enseigner autrement l'agroécologie :  
<https://www.youtube.com/watch?v=3luW00Y2WME&list=PLKxgFH>



[-eL2cZEWULs5kUpTDbU53FNEU-g](#)

## > Sites web

- L'éducation à Auroville:  
<https://www.auroville.org/categories/24>
- Témoignages d'enseignants à Auroville:  
[http://wiki.auroville.org.in/wiki/Teachers%27\\_reflections](http://wiki.auroville.org.in/wiki/Teachers%27_reflections)
- L'éveil de la conscience par le corps:  
<https://awaressthroughthebody.wordpress.com> version française:  
<https://eveildelaconscienceparlecorps.wordpress.com>

## > Livres

- Sur l'éducation intégrale : *An Integral education for growth and blossoming*, Fabrice Dini
- Des idées d'activités pour se connecter à la nature en cours: *Sharing nature with children*, Joseph Cornell
- Sur les intelligences multiples: *Multiple intelligences*, de Kristen Nicholson-Nelson

## > Formations

- En France:  
<https://eveildelaconscienceparlecorps.wordpress.com>
- En Suisse:  
<http://harmonieintegrale.ch/education-integrale.html>

