

Le Livre Vert Du Retraité Togolais Que Tout le Monde Devrait Lire

Par Widi TCHALA

Introduction

La vie humaine est assurée par diverses catégories d'êtres humains qu'on peut classer de diverses manières en utilisant divers critères. Ainsi un être humain peut appartenir à une classe d'âge, à une classe sociale, à une classe scolaire, à une classe professionnelle, à un groupe religieux, à un groupe sportif, à un groupe ethnique, à un État, à un continent, etc., etc. Bien entendu, un même individu peut appartenir à plusieurs classes en même temps, pouvant ainsi être un maçon, adulte, animiste, togolais, africain, noir de peau, philosophe, footballeur, etc.

La vie étant fondamentalement un travail, tout être humain, comme tout autre être vivant, est continuellement en train de faire un travail fondamental sans lequel il ne peut pas du tout vivre. Il doit en effet faire des échanges vitaux avec son environnement en important de l'air, de l'eau et des aliments solides, tout en exportant de l'air de l'eau et des déchets solides. Dans son corps il se produit diverses transformations telles que la digestion et l'assimilation incluses dans le processus général de métabolisme. En plus de ce travail fondamental incessant qui soutient la vie, l'évolution de la vie humaine a permis de diversifier des travaux supplémentaires et certains sont plus importants que d'autres. C'est dire alors qu'on peut faire certains travaux pour un moment et les abandonner à un moment donné pour diverses raisons. Travailler pour quelqu'un ou pour soi-même, dans le but d'avoir un salaire périodique conduit souvent à ces arrêts de travail qui peuvent être temporaires ou définitifs et permet ainsi d'avoir une catégorie d'individus qu'on traite de retraités.

L'objectif de cet ouvrage est d'une part d'expliquer ce que c'est qu'un retraité, et d'autre part de voir quelles sont les défis auxquels peut faire face un retraité et alors quelles activités concrètes peuvent lui permettre de relever ces défis à son avantage.

Ce document comprend 8 chapitres qui permettent d'atteindre son double objectif et se termine en beauté par un rappel de ce qui a été dit et de ce qu'il faut en retenir d'essentiel.

1. Qu'est-ce qu'un retraité ?
2. Quelles sont les différentes catégories de retraités ?
3. Quels sont les droits d'un retraité ?
4. Quels sont les devoirs d'un retraité ?
5. Quel travail peut encore faire un retraité ?
6. Comment le retraité peut-il organiser sa vie ?
7. Qu'est-ce qu'une association de retraités ?
8. Comment un salarié ou futur retraité, peut-il se préparer pour prendre sa retraite et la vivre pleinement ?



1 . Qu'est-ce qu'un retraité ?

Un retraité ou une retraitée, c'est une personne qui travaillait pour l'État, pour une société, pour une autre personne ou même pour elle-même, pour une certaine récompense (salaire, honneur, satisfaction, payer une dette morale, exprimer un talent, contribuer à une cause, etc.), et qui a cessé définitivement de le faire.

Comme il y a divers domaines d'activités, une personne peut prendre sa retraite dans un domaine et poursuivre son travail dans un autre domaine dans lequel il travaillait parallèlement, en y consacrant plus de temps et d'effort cette fois-ci. La personne peut aussi embrasser un nouveau domaine d'intérêt, maintenant qu'elle s'est libérée du premier domaine qui lui paraissait plus important ou plus contraignant.

Vu l'ampleur de la fonction publique et du travail salarié en général, le plus souvent, lorsqu'on entend le mot retraité, on pense plutôt à quelqu'un qui avait un travail salarié régulier pendant des années et qui le quitte définitivement.

Aujourd'hui, à travers le monde, de plus en plus de gens désirent être riches, même très riches, et deviennent des entrepreneurs offrant leurs services à la société, alors même qu'on constate amèrement qu'il est très difficile de devenir riche en travaillant honnêtement pour l'État, pour une société ou pour une autre personne. Ainsi, de plus en plus de gens créent leurs propres entreprises ou travaillent seuls dans leurs maisons, et peuvent aussi prendre leurs retraites. Et puis, il y a des gens qui depuis longtemps et jusqu'aujourd'hui, travaillent seuls (les peintres, les écrivains, les astrologues, les chamans,

les médiums, les psychiques, etc.), ou en groupe (les chanteurs, les musiciens, les joueurs de football, de basketball, volleyball, etc.). Ceux-là aussi peuvent prendre leurs retraites un jour ou l'autre.

Comme cela a été dit plus haut, on peut se retirer de ce qu'on faisait principalement jusqu'alors, pour s'adonner à autre chose. Mais tôt ou tard, certains se donnent un repos définitif, estimant qu'ils ont accompli complètement leur mission dans cette vie. Ce sont eux, les vrais retraités, car ils n'ont généralement plus besoin de travailler pour survivre, ou bien malheureusement pour certains, ils ne peuvent plus travailler alors même qu'ils en ont encore envie, souvent pour des problèmes de santé pas forcément liés à l'âge.

Maintenant que nous avons une idée de ce que c'est qu'un retraité, voyons avec un peu plus de précisions quelles sont les différentes catégories de retraités qu'on peut rencontrer sur cette planète, même si cela semble avoir été dit déjà.



2. Les différentes catégories de retraités

Ceux qu'on appelle généralement les retraités c'est d'abord les agents de la fonction publique ou parapublique qui peuvent partir en retraite anticipée sur leurs propres demandes ou être admis à la retraite comme c'était prévu dans leur contrat de travail, qui précise l'âge limite de départ à la retraite et/ou le nombre limite d'années de travail.

Une autre catégorie de retraités rassemble ceux qui travaillaient dans des entreprises ou des usines privées en produisant divers produits de consommations, des machines, etc., et qui peuvent aussi partir volontairement à la retraite, être mis à la retraite anticipée pour des raisons économiques, ou arriver à la fin de leurs contrats pour jouir de la retraite prévue et bien méritée.

Ensuite il y a les retraités des entreprises qui offrent des spectacles et non pas des produits à utiliser à répétition ou jusqu'à usure. C'est le cas par exemple des membres des clubs sportifs, des groupes de théâtre, des cirques, des musiciens, etc. qui aussi peuvent prendre leurs retraites après une carrière plus ou moins longue dans un même club ou après avoir parcouru plusieurs clubs dans un même pays, sur un même continent ou à travers des continents.

On peut aussi penser aux artisans ou aux gens de métier dont certains travaillent seuls alors que la plupart ont généralement des apprentis ou des ouvriers qui les aident en apprenant ou en se perfectionnant ou tout simplement en gagnant leur pain de cette manière. Eh bien, ces artisans aussi (couturiers, maçons, menuisiers, tapissiers, peintres, écrivains, tradi-thérapeutes, voyants, médiums, astrologues, bijoutiers, sculpteurs, etc.)

peuvent se retirer de leurs affaires définitivement et donc prendre leurs retraites.

On peut ainsi voir que, alors que dans les jeunes pays africains par exemple ceux qui sont souvent considérés comme des retraités sont des anciens fonctionnaires de l'État ou du secteur para public, d'une façon plus générale, tout travailleur actif quelle que soit sa profession, quel que soit le secteur dans lequel il travaille, peut un jour ou l'autre, s'il le désire, ou par la force des choses, devenir un retraité.

Ceci étant, on peut distinguer les retraités temporaires qui sont toujours actifs en changeant d'activités, des retraités définitifs qui ne travaillent plus du tout, ni pour un gain ni pour un plaisir, tout simplement soit parce qu'ils estiment qu'ils en ont fait suffisamment, soit parce qu'ils n'en peuvent plus.

Cependant, la vie étant fondamentalement un travail qui maintient celui qui l'exerce, même ceux-là qui décident de tout arrêter doivent maintenir un certain taux minimal d'activités, même s'ils ne visent aucun objectif particulier à part celui de continuer à vivre et jouir tranquillement de leurs efforts passés s'ils ont su bien travailler dans ce sens. Dans ce dernier cas, la retraite définitive, c'est la retraite de la vie elle-même et cette retraite-là qu'on appelle communément la mort, on doit la repousser le plus loin possible devant soi, au fur et à mesure qu'on se dit qu'elle approche. C'est cela qui fait de certains parmi nous des centenaires, dont un nombre de plus en plus grand jouissent d'une bonne santé que peuvent leur envier des jeunes de 30 ans !

Si on comprend bien ainsi qu'un retraité cela peut être n'importe quel adulte à un moment donné de sa vie, une ou

plusieurs fois, on peut se demander si un retraité peut avoir des droits particuliers.



3. Quels sont les droits d'un retraité ?

Les finances jouant un rôle important dans notre vie, le droit commun de tous les retraités c'est de disposer d'au moins une source de revenu qui leur permet de vivre sans la nécessité de travailler pour gagner de l'argent, soit pour un temps pendant qu'on cherche encore une autre activité lucrative, soit jusqu'à la fin de ses jours lorsqu'on a décroché définitivement de tout travail visant un bénéfice autre que la survie.

Cette source de revenu peut être la pension méritée que votre ex-employeur vous verse régulièrement, mais à cela peut s'ajouter aussi un investissement important que vous avez fait vous-même et qui vous donne des intérêts pour vos besoins quotidiens.

Le retraité a droit aussi à un repos mérité après de longues années de travail, très souvent sous pression. Il peut désormais organiser sa vie comme cela lui plaît, sans être contraint à un emploi du temps auquel il doit se soumettre absolument pour atteindre ses propres objectifs, et/ou ceux de son employeur.

Un retraité a droit encore à la reconnaissance et au respect que lui doit la société pour les services qu'il lui a rendus. Ceci est important non seulement pour les anciens fonctionnaires de l'État et du secteur parapublic, mais aussi pour toute autre catégorie de retraités qui ont contribué à nous offrir soit de bons produits manufacturés (véhicules, machines, livres, objets d'art, etc.), soit de bons services loyaux (soins thérapeutiques, enseignements, surveillance, entretiens, sécurité, informations, etc.) ou encore de bons spectacles (théâtre, football, athlétisme et autres jeux sportifs, etc.).

En plus les retraités qui n'arrivent pas du tout à se prendre en charge doivent bénéficier du soutien de la société reconnaissante.

Voilà quelques-uns des droits auxquels un retraité peut prétendre. Comme généralement il n'y a pas de droit sans devoirs, s'agissant des retraités qui doivent bénéficier de certains droits après services rendus, est-ce qu'ils ont encore des devoirs à accomplir pendant qu'ils sont retraités ? C'est l'objet du prochain chapitre.



4. Quels sont les devoirs d'un retraité ?

Un retraité qui doit en principe jouir paisiblement de sa retraite méritée a-t-il encore des devoirs à accomplir ? Si oui, lesquels et envers qui ? Si non pourquoi pas ?

Tout citoyen a des devoirs envers lui-même et envers la société, depuis sa naissance jusqu'à la fin de ses jours, ou toute sa vie s'il désire vivre éternellement sur cette terre. En effet, même le nouveau-né doit apprendre à respirer, à boire du lait, à manger, à parler, à marcher, etc., et l'adulte doit continuer à faire ces choses et apprendre bien d'autres choses en plus. Le retraité n'y échappe pas. Son expérience de travail et de vie fait normalement de lui un conseiller et un sage qui doit prendre conscience de ce double rôle et l'exercer convenablement pour le mieux-être de la société.

En tant que personne sage, personne-ressource et conseiller dans au moins un secteur de la vie qu'il connaît bien, le retraité doit donner le bon exemple dans sa vie et dans son comportement dans la société. Il doit appliquer et faire appliquer la discipline, la propreté, l'ordre, la patience, la tolérance, le comportement assurant la paix, le respect du bien personnel, le respect du bien d'autrui, le respect du bien public, et en toute chose le respect des lois que la famille, la société et l'État ont mis en vigueur pour assurer les libertés individuelles et collectives et protéger tous les biens. Un retraité sage doit se faire sienne l'idée "qu'il est plus facile de détruire que de construire" et donc contribuer continuellement à préserver les acquis et y ajouter du nouveau, progressivement. Ce n'est pas un sage qui va pousser les jeunes dans la rue pour casser, piller et détruire des biens

privés ou publics pour quelques raisons que ce soit. Il y a mille et un moyens pacifiques pour atteindre ses objectifs quels qu'ils soient et le sage doit y recourir ou en inventer de nouveaux. Un retraité sage doit être un pacificateur et un négociateur pacifique.

Mais avant tout, le retraité a le plus grand devoir de faire tout pour être en bonne santé et maintenir sa bonne santé, afin d'être capable de mieux jouir de la vie et de contribuer au développement durable de la société par les activités qu'il peut encore faire et surtout par ses conseils et son encadrement des jeunes. Pour le bénéfice de la jeunesse, le retraité est une bibliothèque vivante qui doit pouvoir se conserver elle-même pour la valeur qu'elle représente.

Dans ce but, le retraité doit prendre soin de lui-même, non seulement en évitant de consommer ce qui ne convient pas à son organisme (et c'est lui surtout qui peut savoir cela en analysant les effets que tout produit qu'il prend a sur lui), mais aussi en faisant des bilans de santé périodiques pour voir si tout va bien dans son organisme et aussi pour corriger des erreurs éventuelles détectées.

Il est généralement conseillé aux personnes âgées (et même à tout le monde) de ne pas fumer, d'éviter de manger de la viande rouge et de boire de l'alcool. C'est un bon conseil si on ajoute toutefois que rien n'est absolument bon ou absolument mauvais pour tout le monde, tout le temps. Nous sommes tous différents malgré nos nombreuses ressemblances. Certains parmi nous, même s'ils sont rares, vivent longtemps en fumant toute leur vie, bien que les effets nocifs de la nicotine sont bien établis. Le retraité a suffisamment vécu pour se connaître lui-même et savoir ce qui lui fait du bien et ce qui lui cause des problèmes. Ce qu'il doit éviter à tout prix c'est d'imiter les

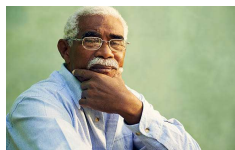
autres et surtout de boire ou manger juste pour faire plaisir à quelqu'un ou à quelque autorité que ce soit. Si une personne vous aime vraiment elle ne doit pas exiger que vous consommiez quoi que ce soit juste pour lui faire plaisir. Mais c'est à vous de vous aimer et de vous respecter suffisamment vous-même pour tenir ferme sur vos choix alimentaires. Mieux vaut manquer de respect à un ami trop exigeant que de consommer malgré vous ce qu'il vous offre, pour en souffrir après.

S'il y a quelque chose qu'on doit tous consommer en grande quantité chaque jour, c'est l'eau, à condition qu'elle soit suffisamment pure afin qu'elle soutienne notre vie au lieu de nous empoisonner. Il est conseillé de boire au moins deux (2) litres d'eau par jour et de commencer à en boire dès le réveil. Il est aussi conseillé de boire de l'eau entre les repas et éviter d'en boire pendant qu'on mange. Pour ceux qui aiment les boissons alcoolisées, ils doivent non seulement bien manger mais aussi boire de l'eau pour équilibrer les choses. En plus ils devraient être plus actifs pour bien métaboliser l'alcool consommé. L'expérience montre que ceux qui boivent des boissons fortes sans manger, sans être actifs et sans boire de l'eau ne peuvent pas vivre longtemps. L'eau en particulier est le constituant le plus abondant de notre corps et doit être régulièrement renouvelée. En plus c'est l'eau qui permet de bien éliminer les déchets encombrants et nocifs de notre organisme, une raison de plus pour en consommer chaque jour.

Une autre façon importante de se maintenir en bonne santé physique et mentale est de s'engager régulièrement dans des activités sociales, sportives et/ou lucratives, dépendant de la catégorie de retraités à laquelle nous appartenons. On rappelle ici que la vie dans son essence même est un travail que l'être

vivant doit faire pour être continuellement un être vivant. Les différents éléments constituant notre organisme ont besoin de fonctionner non seulement individuellement mais aussi en harmonie les uns avec les autres. Les échanges entre un organisme vivant et son environnement sont vitaux. À travers ces échanges permanents il y a consommation des produits, digestion et assimilation, puis élimination des déchets. En réduisant trop brusquement ou trop longtemps nos activités habituelles, notre sang circule moins bien et par voie de conséquence nos cellules et nos organes n'ont plus les éléments nutritifs nécessaires pour leur bon fonctionnement et commencent par s'atrophier progressivement au-dépend de notre bonne santé. C'est une des raisons pour lesquelles il est important de maintenir toujours une certaine activité même lorsqu'on n'a plus besoin de gagner sa vie en travaillant.

Ainsi, travailler continuellement est un devoir sacré pour ceux qui veulent vivre suffisamment longtemps pour être personnellement des témoins de nouveaux progrès de l'Humanité. Mais alors quel travail spécifique peut-on faire en tant que retraité ?



5. Quel travail un retraité peut-il encore faire ?

Le retraité peut faire n'importe quel travail qu'un adulte peut faire, s'il en a le vif désir, la volonté et les capacités. Il peut même, s'il le juge utile, acquérir de nouvelles compétences en apprenant. Des gens utilisent leur temps de retraite pour avoir des diplômes auxquels ils rêvaient. En effet, libéré de toutes les contraintes socio-économiques et administratives, le retraité a le grand avantage d'avoir le choix ou de se donner le choix dans ce qu'il veut ou ne veut pas faire.

Cependant, l'habitude étant une seconde nature, certains retraités se comportent comme s'ils dépendaient encore de l'administration et attendent encore beaucoup de cette dernière. S'ils sont encore en forme, parce qu'ils ont su se conserver et continuent à prendre bons soins d'eux-mêmes, ils peuvent librement s'engager dans n'importe quelle activité récréative ou lucrative de leurs choix et y réussir s'ils y mettent suffisamment de bonne volonté et d'efforts dans la bonne direction et dans le bon sens.

Selon son expérience, le retraité qui sent la nécessité de continuer à mener une vie active peut continuer à faire le travail dont il vient d'être retraité (s'il est par exemple enseignant, infirmier, agent de sécurité, technicien de surface, secrétaire, etc.). Il peut au contraire se convertir en une autre activité telle que la sécurité domestique pour les ex-forces de l'ordre, le jardinage, l'élevage, la livraison, l'agriculture, la restauration, etc., pour presque tout le monde qui veut changer d'activité.

Le retraité peut aussi se former dans divers domaines de son choix pour être plus capable de donner des conseils aux jeunes ou pour se donner un éventail plus large dans sa capacité de se rendre utile à la société. Il est à rappeler qu'à travers le monde,

des retraités s'engagent même dans des études jusqu'au plus haut niveau, souvent pour étancher leurs soifs de connaissances, une fois qu'ils ont enfin le temps de le faire librement. D'une façon plus générale, étant libre désormais, le retraité, s'il en a l'envie et les moyens, peut s'adonner à des activités qui lui tenaient à cœur mais qu'il ne pouvait pas entreprendre auparavant par manque de temps.

C'est en effet en tant que retraités que certains font du tourisme, se remarient, entrent en politique, créent des entreprises qu'ils ont désormais le temps de s'occuper et de bien gérer, s'adonnent à leurs passe-temps préférés, ou adhèrent pleinement à divers types d'associations ou de clubs.

Ayant des devoirs comme tout le monde et obligé de continuer à travailler, ne serait-ce que pour bien se maintenir en vie, comment le retraité va-t-il organiser sa vie ?



6. Comment le retraité peut-il organiser sa vie ?

Tout être humain adulte a en principe une vie individuelle, une vie familiale et une vie socio-professionnelle active, endormie ou carrément oubliée.

Si en ville on peut vivre tout seul pour diverses raisons, et souvent avoir une vie professionnelle prédominante, en milieu rural on vit généralement en famille en participant activement aux activités sociales et professionnelles en partage avec les autres membres de la communauté. Cependant, même l'individu qui peut vivre seul en ville ne peut pas ignorer totalement qu'il vient d'une famille. De toutes les façons chacun doit se rappeler qu'il est né au moins d'une mère qui appartient forcément à une famille à laquelle il se trouve ainsi rattaché lui-même. Comme la Famille devient ainsi incontournable, voyons comment un individu peut évoluer dans sa famille ou à partir de sa famille avant de devenir un jour un retraité qui doit organiser sa vie.



6.1 L'évolution de l'individu au sein de la Famille ou à partir de sa Famille

La vie individuelle peut se résumer en tout ce que l'individu fait personnellement pour se maintenir en vie, s'alimenter, se protéger, se soigner, s'amuser, s'enrichir, etc. Si un enfant naît et évolue généralement en famille (parentale ou adoptive) où il peut être bien encadré, un adulte émancipé qui a pris sa vie d'adulte en charge, se rend vite compte qu'il ne peut pas faire tout, tout seul, tout le temps et être entièrement satisfait. Il prend conscience que sa vie individuelle, pour être complète, doit se voir avant tout comme une vie sociale. L'enfant prend conscience très tôt que sa vie dépend des autres qu'il imite dans ses efforts d'apprentissage, mais dont certains lui font peur alors que d'autres lui sont aimables et même protecteurs. L'adolescent qui sent des changements en lui désire faire ses preuves dans la vie en se testant dans divers domaines et cherche à se libérer des autres membres de la société qu'il peut considérer comme des entraves à son épanouissement. En entrant dans la vie active et dans la classe des adultes l'adolescent réclame parfois brutalement son indépendance qu'il ne lui est pas toujours facile d'acquérir.

Que cette indépendance soit arrachée de toute force ou octroyée, elle ne va pas durer parce que tôt ou tard la vie sociale devient évidente et incontournable. Les rares personnes qui persistent longtemps dans leurs isollements jusqu'à un âge avancé meurent souvent très malheureuses parce que à un moment donné elles avaient besoin des autres dont elles s'étaient séparées et à qui elles n'ont plus ni le courage, ni la capacité de recourir. La réussite spectaculaire de la vie humaine sur cette planète Terre est due essentiellement au fait que la vie humaine est avant tout une vie sociale et mieux elle

sera organisée, mieux elle réussira. Il s'agit d'une vie d'abord familiale puis sociale hiérarchisée. Aujourd'hui, il est reconnu avec multiples raisons que nous vivons dans un Village Planétaire, même si le Chef de ce Village spécial n'est pas désigné.

La vie familiale est la base de la vie humaine, même si certains, pour diverses raisons, ne peuvent pas en jouir. Parmi ceux qui ont la chance de naître dans une famille et d'y grandir, il y en a qui n'en sont pas fiers, et pire, certains haïssent terriblement les membres de leurs familles, y compris leurs parents directs en oubliant ainsi que s'ils sont en vie c'est parce que ces parents les ont mis au monde. On dit souvent que "si tu ne sais pas où tu vas, tu dois savoir d'où tu viens", car il te suffit pour cela de regarder derrière toi et remonter l'espace et le temps. À l'origine de tout être humain il y a ses parents directs qui doivent être honorés même si ce n'est que ce qu'on croit leur devoir. Chacun doit se dire : "si je n'étais pas né, je ne serais pas là aujourd'hui. Je dois le fait que je suis là aujourd'hui, d'abord à mes parents, même s'ils m'ont abandonné, même s'ils m'ont maltraité. Après ma naissance, c'était ma responsabilité de survivre, j'ai survécu et je m'en félicite tout en remerciant ce qui m'a aidé et/ou ceux qui m'ont aidé à y parvenir. Cependant je dois me rappeler qu'il a fallu d'abord que je naisse grâce à mes parents et leur être toujours reconnaissant pour cela".

Au lieu de cela, il y en a qui pensent qu'ils ont de bonnes raisons de renier leurs parents, de se venger sur leurs parents, ou même d'éliminer physiquement leurs parents. Faire l'une ou l'autre de ces choses, c'est s'attaquer à soi-même en se coupant de sa source, avec toutes les conséquences directes ou indirectes qui peuvent s'ensuivre. Tout adulte doit comprendre qu'il ne peut pas être en hauteur sur la branche d'un arbre et

couper cette branche du tronc qui la supporte, sauf s'il a envie de se suicider de cette manière. Dans beaucoup de traditions africaines les parents sont considérés comme étant sacrés et c'est bien ainsi.

Aujourd'hui, à l'exemple pas du tout réjouissant des pays occidentaux, la vie en ville tend à disperser la famille africaine qui a pourtant des valeurs indéniables. En effet, la vie en ville et la nécessité d'avoir des activités scolaires ou professionnelles loin de la maison paternelle font que des enfants sont souvent séparés de leurs parents. Ensuite la multiplication des familles nucléaires (père, mère et enfants) sur le modèle urbain occidental ne fait rien pour arranger les choses. Ainsi des jeunes peuvent quitter très tôt leurs parents et s'en séparer pendant des décennies, certains visitant leurs parents de temps à autre, d'autres presque jamais et évoquant diverses raisons pour se justifier de cette grave négligence.

Et s'il y a quelqu'un qui peut rappeler aux jeunes l'importance de ressouder les liens familiaux et ancestraux, c'est peut-être le retraité !



6.2 Rôle du Retraité dans le regroupement de la Famille ancestrale

En fait, vivre séparément n'empêche pas le regroupement périodique de la famille si on en comprend l'importance et donc la nécessité. C'est un devoir pour la société de reconnaître l'importance sociale de la famille et c'est un devoir pour le retraité de réunir de temps en temps sa famille. Ceci est une bonne occasion pour lui de nouer contact avec tous les membres de la famille, leur permettre ainsi de se connaître les uns les autres, mais aussi de pouvoir donner de bons conseils aux jeunes et de les exposer à leur culture d'origine qu'ils peuvent améliorer avant de la transmettre à leurs tours aux générations futures afin que cette culture puisse être ainsi préservée et enrichir l'humanité. Le retraité doit se rappeler lui-même son rôle de chef de famille et œuvrer au maintien d'une vie familiale active, malgré les séparations dues aux activités scolaires et socio-professionnelles.

Un autre facteur qui rend difficile le regroupement de la famille, c'est la prolifération des religions importées et de leurs sectes. En effet, aujourd'hui, les religions séparent souvent les familles et cela contribue davantage à la déperdition de nos cultures ancestrales qui sont des valeurs à améliorer et à préserver. C'est encore au retraité, chef de famille, de veiller à ce que, malgré les religions importées, la famille reste soudée.

Malgré son importance primordiale, la vie familiale ne représente, surtout aujourd'hui, qu'une portion plus ou moins grande de la vie globale d'un individu. L'individu peut avoir une vie scolaire, professionnelle, syndicale, politique,

religieuse, ou associative variée. En particulier, les retraités peuvent créer des associations qui les regroupent ou adhérer à celles qui existent déjà.



6.3 La vie du retraité dans une association

Au Togo, il existe deux associations principales des retraités de la fonction publique et des fonctions parapubliques. Ceux qui travaillaient pour l'État, qu'ils soient des civils ou des agents des forces de sécurité nationale, reçoivent presque tous leurs pensions de retraite à travers la Caisse de Retraite du Togo (CRT) et peuvent adhérer à l'association dénommée 'Union Nationale des Fonctionnaires Retraités du Togo-Civils et Militaires (UNAFRET-CM)'. Ceux du secteur parapublic (les compagnies des eaux, d'électricité, des postes, des télécommunications, du Port, etc.) reçoivent leurs pensions de retraite à travers la Caisse Nationale de Sécurité Sociale (CNSS) et peuvent eux adhérer à la FENARET-CNSS (Fédération Nationale des Retraités du Togo-CNSS). En plus de ces deux associations principales des retraités du Togo, les retraités des forces armées dépendant du ministère de la défense ont leur propre association pour traiter avec leur hiérarchie des problèmes qui leur sont spécifiques. Il s'agit de 'l'Association des Anciens Combattants et des Anciens Militaires du Togo (ASSACAMITO)'. Parallèlement une association de retraités civils uniquement existe aussi au nom de UNAFRET et est considérée comme une aile dissidente de l'UNAFRET-CM dont son dirigeant, M. AGBODJAN, émane.

Pour plus d'informations sur les retraités du Togo on peut s'adresser à :

M. GOMEZ Alciat-Pédro, Président National de l'UNAFRET-CM : (+228) 90 01 23 29.

M. da SILVEIRA Adjévi Comlan, Président du Conseil National Consultatif des Personnes Agées et Trésorier Général National de l'UNAFRET-CM : (+228) 90 93 36 96.

M. GNANDI Piou, Président de la Préfecture d'Agoè-Nyivé de l'Association des Anciens Combattants et des Anciens Militaires du Togo (ASSACAMITO : (+228) 90 70 97 65.

M. TCHALA Widi, auteur de ce document, Président dans la Préfecture d'Agoè-Nyivé de l'UNAFRET-CM : (+228) 90 22 49 85.

Un retraité togolais a donc le choix, selon sa catégorie, d'adhérer à une de ces associations existantes pour diverses raisons :

- ✓ Sortir de l'isolement en allant à la rencontre d'autres retraités,
- ✓ Possibilité de rencontrer d'anciens camarades d'école, de formation ou de travail,
- ✓ Possibilité de se rendre utile en accédant à un poste de responsabilité au sein de l'Association,
- ✓ Possibilité de pouvoir participer aux échanges constructifs au sein de l'Association,
- ✓ Possibilité de pouvoir se faire entendre des autorités à travers des démarches et des publications de l'Association,
- ✓ Possibilité de bénéficier des opportunités d'affaires lucratives réservées aux groupes organisés et qui échappent aux individus isolés,

- ✓ Possibilité d'accéder à des informations utiles et à des formations que l'Association peut lui offrir,
- ✓ Possibilité de participer à des sorties et voyages organisés par l'Association,
- ✓ Possibilité de mieux participer au développement du pays à travers des activités de l'Association dans ce sens.

Il y a en principe une section de l'UNAFRET-CM dans chaque préfecture du Togo. Ainsi, où que ce soit que vive un retraité au Togo, il devrait pouvoir trouver au moins une association de retraités à proximité ou alors contacter les responsables nationaux ci-dessus indiqués, pour avoir des informations pratiques.

Mais alors comment un retraité, né d'une famille, ayant probablement fondé sa propre famille et pouvant être chef de la grande famille ancestrale et membre d'une association de retraités, peut-il organiser sa vie ?



6.4 Quelle type de vie globale peut mener un retraité et de quelle manière ?

Un retraité est forcément quelqu'un qui a l'expérience d'un certain nombre de responsabilités. En tant que ex-travailleur il a l'expérience de la tâche particulière qu'il remplissait dans le service qui l'employait. Il peut avoir assumé une responsabilité supplémentaire en tant que chef ou responsable d'un service pour au moins un temps, avant sa retraite. Il a pu être époux ou épouse, père ou mère d'un ou de plusieurs enfants. Il a pu aussi être membre actif d'un syndicat, d'un club, d'une association socio-culturelle, etc. Il a pu aussi mener parallèlement certaines activités lucratives. Maintenant qu'il est retraité, libre des contraintes du travail salarié, il peut tranquillement choisir ce qui lui semble bon à faire pour se maintenir, pour éventuellement gagner de l'argent, satisfaire un rêve d'enfance qui lui tenait à cœur, et certainement mieux s'occuper de sa famille.

Quelle que soit l'activité qu'il aura choisie, il doit bien l'organiser, la planifier et l'exécuter étape par étape pour ne pas trop s'éloigner de la routine à laquelle il était habitué pendant de longues années de travail salarié. Lorsqu'on est en bonne santé, la bonne retraite ce n'est pas le repos absolu mais un changement d'activité avec un programme plus relax, plus contrôlable. Même si c'est s'occuper mieux de soi-même et de sa famille, cela doit aussi être planifié au jour le jour, en sachant chaque soir ce qu'on doit faire le lendemain et ainsi de suite. Ceci est nécessaire si on était habitué à une routine pendant de longues années et qu'on ne doit pas abandonner brusquement.

Une des routines c'est qu'on travaillait avec d'autres personnes qu'on aimerait revoir et cela peut nous manquer. Une des façons les plus simples de remédier à cela est d'adhérer à une association de retraités ou même d'en créer une s'il le faut.

Certains retraités ne savent pas qu'il existe des associations qui peuvent permettre aux retraités de rencontrer d'autres retraités et de contribuer ensemble au bien être de la société en accomplissant leurs devoirs et en bénéficiant de leurs droits reconnus ou non reconnus. Parmi ceux qui connaissent et fréquentent ces associations certains n'en ont pas une idée claire et souvent n'adoptent pas le bon comportement dont eux-mêmes et la société peuvent tirer profit. Il est bon ici d'essayer de comprendre ce que c'est qu'une association de retraités et ne pas la confondre avec les autres types de regroupements sociaux. Le chapitre suivant en fait justement son contenu. Après l'avoir lu attentivement nous devrions connaître mieux les bases d'une association de retraités et contribuer à faire rayonner celle qui est la plus proche de nous ou la plus appropriée à notre statut et à nos besoins.



7. Qu'est-ce qu'une association de retraités ?

Parmi les associations nationales des retraités existant au Togo, nous allons prendre UNAFRET-CM comme un exemple pour montrer à quoi ressemble ou à quoi devrait ressembler une association de retraités.

Juridiquement, l'Union Nationale des Fonctionnaires Retraités du Togo, Civils et Militaires (UNAFRET-CM) est fondée sur les principes de la loi du 1^{er} juillet 1901 et est née de la loi n°91-11 du 23 mai 1991 fixant le régime des pensions civiles et militaires de la Caisse de Retraite du Togo (CRT).

La date précise de sa naissance remonte au 20 août 1995 comme l'atteste le récépissé n°878/MIS-SG-DAPSC-DSC du Ministère de l'Administration territoriale, de la Décentralisation et des Collectivités Locales du Togo. Pour des raisons administratives, UNAFRET-CM a fait l'objet d'un nouveau récépissé portant le n°586/MATDCL-SG-DLPAP-DOCA du 1^{er} juin 2012 publié au Journal Officiel de la République du Togo, tirage du 28 bis du 16-06-2012.

Selon les pionniers de sa création, l'UNAFRET-CM s'est fixée des objectifs et se donne divers moyens pour atteindre ses objectifs conformément à ses Statuts et à son Règlement Intérieur.

S'il est bon de savoir qu'une association de retraités doit avoir un statut juridique national et se doter de textes régissant sa structure et son fonctionnement, il est tout aussi bon de savoir ce qu'elle est dans les faits quotidiens afin d'avoir le bon comportement vis-à-vis d'elle. Dans tout regroupement d'êtres humains le pouvoir rôde et peut être mal compris, mal attribué ou mal géré. Lorsque le pouvoir est bien compris, bien attribué et bien géré, de bons résultats sont généralement obtenus et bien répartis entre les membres du groupe. Très souvent, au sein des associations il peut y avoir une ou plusieurs personnes qui s'attribuent le pouvoir et exploitent les autres pour satisfaire seulement leurs intérêts à eux les soi-disant détenteurs du pouvoir. Le temps que les exploités s'en rendent compte il est souvent trop tard et le groupe finit par se

dispenser en queue de poissons comme cela se dit dès fois. Comme la justice est compliquée, coûteuse et pas aussi juste qu'on l'aurait souhaité, les escrocs s'en tirent bien sans être poursuivis et prêts à tenter l'aventure avec d'autres personnes pas suffisamment éveillées pour connaître et défendre leurs droits et intérêts becs et ongles en avant.

C'est un fait que beaucoup d'associations ont été créées et ont disparu à cause de la mauvaise gestion. Ainsi des gens ont cotisé dans ces associations et ont tout simplement perdu leur argent. Et cela peut expliquer en partie pourquoi certains se découragent et ne font plus confiance aux associations. La question se pose alors de savoir comment devrait être gérée une association afin que les membres en profitent comme ils y ont droit ?



7.1 Gestion du Pouvoir dans une Association de Retraités

Nous sommes habitués au pouvoir public détenu par les autorités à différents niveaux, depuis le Président de la République jusqu'au chef du quartier. Ces autorités sont généralement craintes et respectées par tout le monde et ont souvent le dernier mot dans chaque situation litigieuse ou non. Certains dirigeants ont des moyens financiers et autres pour leur permettre de montrer concrètement leurs puissances. D'autres ont en plus, ou seulement, le pouvoir de la parole qui est parfois plus puissant que l'argent et les autres moyens matériels. Rien qu'avec cette puissance verbale ils sont capables de mobiliser des foules et leur demander n'importe quel service qui est alors accompli soit par peur, soit par suivisme, soit par loyauté, mais souvent sans en comprendre la vraie raison et la portée finale, et ceci peut causer des dommages importants à la société.

Ce genre de pouvoir peut aussi se retrouver dans une association de retraités. Certains pensent même que c'est ce genre de pouvoir qui régit nécessairement toute association quelle qu'elle soit.

Il est clair que dans tout regroupement humain qui poursuit un objectif commun, il doit y avoir forcément un chef, un leader, une locomotive, un dirigeant, etc., pour que les choses marchent bien dans la bonne direction vers l'objectif fixé. Mais alors, quelles devraient être les qualités et les compétences de la personne qui doit se mettre devant et orienter tous les efforts du groupe vers la réalisation de l'objectif commun et assurer la bonne redistribution des fruits à tous les membres ?

Dans le cas des retraités qui nous concerne ici, pour bien définir ces qualités et ces compétences on doit se rappeler qu'un dirigeant d'une association n'est pas un leader politique qui au départ a des moyens financiers et autres qu'il investit dans la création de son mouvement politique dont il attend des retombées directes par le pouvoir qu'il peut avoir sur les membres de son parti ou des retombées indirectes lorsqu'il arrive à gagner les élections "démocratiques, transparentes et crédibles" s'il vous plaît, et devient Président de la République par exemple. Non, un responsable d'une association apolitique comme celle des retraités n'a pas forcément de gros moyens financiers au départ et surtout son intention n'est pas du tout celle d'un leader politique.

Le président d'une association apolitique n'est pas non plus comparable au président d'une république qui dispose naturellement de moyens colossaux et du pouvoir suprême que le peuple lui a confié.

Le pouvoir que détient le président d'une association apolitique c'est sa volonté de mettre un peu de son temps et de ses compétences au service de l'Association, sans en attendre ni un salaire, ni une rémunération particulière à part celle dont tous les membres peuvent bénéficier. Ce président est un rassembleur d'hommes et un leader qui encourage les autres membres à pousser loin la vision de l'Association.

Pour mieux connaître les qualités et les compétences d'un responsable d'une association apolitique comme l'association des retraités, mettons-nous d'accord d'abord sur ce que c'est qu'une bonne association apolitique.

7.2 Caractéristiques d'une Association de Retraités

Une bonne association de retraités doit d'abord être totalement apolitique et avoir un seul objectif commun qui lie tous ses membres. On n'y va pas s'inscrire et retourner s'asseoir et attendre tranquillement des retombées. Une telle association regroupe des gens qui ont bien compris que 'ensemble, ils constituent une grande force leur permettant de réussir à faire beaucoup mieux que ce qu'ils peuvent faire seuls, individuellement'. Ces gens sont ensemble parce qu'ils sont absolument convaincus que l'union fait la force et qu'en se mettant ensemble ils feront quelque chose de grand pour eux-mêmes et pour leur société en général. Ils comptent sur leurs propres efforts pour soulever des montagnes tout en cherchant à faire encore plus avec l'aide d'autres partenaires tout aussi motivés pour soulever d'autres montagnes. Ainsi ces membres aiment se retrouver ensemble, analyser la situation ensemble, prendre des décisions ensemble, concevoir des projets ensemble, les réaliser ensemble et partager équitablement les retombées de l'effort commun. Si une association apolitique ne fonctionne pas comme cela, elle ne fera rien de bon et elle ne vaut donc pas la peine d'exister. Si vous adhérez à une association apolitique sans cette mentalité de contribuer à l'effort commun et de bénéficier en retour de l'effort commun, vous y perdez votre temps et sûrement le temps des autres membres.

Si nous revenons à l'exemple de l'UNAFRET-CM dont il a été question ci-dessus, il s'agit d'une association d'une catégorie de retraités ex-fonctionnaires de l'État togolais reliés par le seul fait qu'ils perçoivent tous leurs pensions de retraite à travers la Caisse de Retraite du Togo (CRT). Nulle autre considération telle que le sexe, l'appartenance politique,

ethnique, régionale, religieuse, etc., n'entre en ligne de compte. La profession n'entre pas en ligne de compte non plus, à savoir que, que vous soyez civil ou militaire, enseignant, secrétaire, soignant ou technicien de surface, vous pouvez être dedans. Votre grade professionnel ne rentre pas en ligne de compte non plus, vous pouvez être un ex-soldat de première classe ou général des armées, ex-professeur titulaire ou conducteur de bus à l'université, ex-Président de la République ou de l'Assemblée Nationale, vous pouvez être dedans, mais vous n'êtes pas obligé d'y adhérer.

Cependant, si vous êtes dedans, ce n'est pas forcément pour commander ou diriger les autres parce que vous l'aviez fait, tout comme vous n'êtes pas dedans pour forcément enseigner ou soigner les autres parce que vous savez le faire. Vous êtes là uniquement pour mettre votre volonté de servir, votre savoir-faire, votre expérience, votre sagesse, etc., au service du groupe afin de renforcer ses capacités dans l'atteinte de l'objectif global que ce groupe s'est assigné. Au sein de l'association, chaque membre doit faire le travail qui lui est assigné, que ce soit au sein du bureau exécutif ou simplement au sein de l'Assemblée Générale. S'il n'y a pas une assemblée générale rassemblant la grande majorité des membres, rien de bon ne peut être fait au niveau de l'Association pour le bénéfice de ses membres. Si des membres bien motivés acceptent de se "sacrifier" pour faire marcher l'Association, ils seront logiquement aussi bien motivés pour jouir du bénéfice de leurs efforts et ceux qui étaient restés à l'écart en attendant des retombées (comme si celles-ci tombaient du ciel) ne pourront s'en prendre qu'à leur propre paresse. On ne doit donc pas attendre ce "sacrifice" de seulement certains si on veut que l'association soit bien gérée et profite équitablement à tous les membres. Si "sacrifice" il doit y avoir, il doit être

également réparti entre tous les membres qui en attendent un bénéfice juste.

Si telle doit être en gros une association apolitique idéale, quelles qualités et compétences doit avoir un leader, chef, ou président d'association apolitique ?

Un leader d'une association apolitique, c'est d'abord un bénévole qui désire investir son temps, ses expériences et son savoir-faire pour conduire l'Association vers la réalisation de ses objectifs définis par l'assemblée générale de l'association à travers les Statuts et le Règlement Intérieur. Il ne vient pas avec des moyens financiers personnels qu'il veut investir dans l'association comme le ferait un leader politique. Il ne bénéficie pas d'un salaire ou d'une caisse particulière dont jouissent les responsables administratifs à différents niveaux. Comme tout autre membre de l'association, il met volontairement et gratuitement ses compétences au service de l'Association. Pour bien jouer ce rôle de leader du groupe apolitique, il doit être un gestionnaire de groupes ou de ressources humaines, un rassembleur et un motivateur. Il doit être un bon exemple à suivre par son honnêteté à toute épreuve, sa disponibilité, sa capacité d'écoute des autres, sa responsabilité et son engagement total dans la réussite des objectifs de l'Association.

Son rôle principal est de rappeler à tous les membres les objectifs à atteindre (définis par l'Association), les moyens à déployer et les actions à mener progressivement vers la réalisation effective de ces objectifs au bénéfice de tous les membres.

Toute association doit avoir ses statuts et son règlement intérieur qu'elle a élaborés elle-même et où tous les rôles et

toutes les actions sont clairement définis et connus de tous, afin que chaque chose qui se fait au sein de l'Association puisse être contrôlée et recadrée si cela s'avère nécessaire. Sans savoir d'avance qui doit faire quoi, quand, comment, où et pourquoi, il n'y a aucun moyen légal et pratique d'évaluer toute action et d'en mesurer le progrès vers la réalisation de l'objectif qu'on s'est donné.

En toute chose utile qu'on peut faire, il est important de savoir d'avance :

- ✓ pourquoi il est important de le faire,
- ✓ comment on doit se prendre pour le faire de la meilleure façon possible,
- ✓ par quoi on doit commencer et ce qui va suivre progressivement,
- ✓ les résultats concrets qu'on attend de chaque action,
- ✓ quand et comment évaluer le progrès et
- ✓ aussi qui va bénéficier des différents résultats, etc.

Car c'est en sachant au moins cela qu'on peut bien estimer tous les moyens à mettre en œuvre et identifier toutes les actions à entreprendre pour espérer recueillir des effets mesurables permettant d'avancer avec ou sans réajustements éventuels, et ainsi se développer, individuellement ou collectivement.

Une association de retraités est une bonne chose pour tout retraité. Elle lui permet de sortir de l'isolement, de rencontrer d'autres retraités, d'avoir une action sociale plus puissante, d'avoir une voix qui porte auprès des autorités à différents niveaux, de se former dans divers domaines et ainsi se recycler si cela lui semble nécessaire, de s'épanouir et d'exprimer librement ses potentialités si telle est son profond désir.

Mais comment devrait fonctionner une telle association ?



7.3 Association des Retraités et Démocratie

Dans le fonctionnement d'une association apolitique comme celle des retraités, c'est la Démocratie dans le vrai sens du mot ("pouvoir du peuple, par le peuple et pour le peuple") qui se manifeste. Tous les membres contribuent équitablement à la définition de l'Association, de ses lois, de ses règles, de ses objectifs, de ses moyens d'actions, de ses activités, etc., à travers des discussions, des débats libres et constructifs, des prises de décisions et des élections. Tout ceci avec un seul objectif commun : le développement individuel et collectif. En travaillant ensemble chacun y trouve son compte et le groupe aussi avance. Il n'y a pas de clans à intérêts opposés dans une association apolitique comme celle des retraités et cela seul peut contribuer à la réussite, à condition bien sûr que chacun fasse effectivement ce qu'il a à faire à tous les niveaux.

Dans une assemblée où il y a des groupes rivaux qui défendent leurs intérêts personnels, il ne peut pas y avoir de démocratie réelle car les décisions qui y seront prises ne pourront pas être toujours honnêtes à cause des intérêts conflictuels en jeu. C'est donc au sein d'une association **apolitique**, comme celle des retraités qu'on peut faire l'expérience d'une vraie démocratie : "pouvoir du peuple, par le peuple et pour le peuple". Car, pour le développement durable on a besoin de **débats constructifs** et non pas de débats contradictoires.

On peut comparer une association de retraités à un groupe d'entraide tel qu'il en existe en pays Kabiyè au nord du Togo, ou dans d'autres cultures togolaises ou africaines par exemple. Le travail agricole qui nous soutient tous mais que nous n'en reconnaissons pas souvent la vraie valeur est un travail pénible qui demande beaucoup de courage. Comme par expérience il est reconnu que l'union fait la force, les agriculteurs, en plus

du travail individuel que chacun fait, organisent des séances de travaux en groupe où ils travaillent tous ensemble toute une journée, tantôt chez l'un, tantôt chez l'autre, à tour de rôle, jusqu'à ce que tout le monde soit servi. Ainsi en une journée, s'ils sont trois par exemple dans le groupe, ils vont faire pour l'un d'entre eux le travail qu'il ne peut pas faire tout seul en trois jours. La différence vient du fait que dans le travail de groupe, il y a plus de motivation donc moins de paresse, et plus d'effort fourni parce que chacun veut montrer ses capacités et cela stimule tout le monde pour ne pas avoir la honte d'être le dernier. Mais en même temps cela peut nuire à la qualité du travail et c'est la responsabilité du propriétaire du champ ou du plus sage dans le groupe de veiller à ce que rapidité et qualité du travail riment ensemble. Par ce biais, il peut arriver qu'on revienne pour bien refaire ce qui avait été mal fait à la hâte.

En pays Kabiyè au nord Togo il y a de petits groupes d'entraide (*n'gbèyè* ou *ègbèyè*, selon les localités) qui peuvent s'organiser volontairement et devenir les principaux modes de travail quotidien tout au long de la saison de culture agricole. Le nombre de participants est généralement réduit à 3, 4, 5 ou 6, pour éviter que les champs d'un individu ne deviennent pas trop herbeux entre deux tours consécutifs. Pour être efficaces ces groupes se faisaient souvent entre membres de la même classe d'âge qui ont théoriquement les mêmes capacités et donc peuvent rivaliser entre eux.

En plus de ces petits groupes qui peuvent être permanents toute une saison de culture ou se disloquer pour diverses raisons, il existe dans chaque quartier du village agricole de grands groupes d'entraide (*hara*) qui impliquent toutes les familles et qui demandent *un peu de moyens*. En effet, celui qui bénéficie de *hara* doit préparer de la bière

locale ''*tchoukoudou*'' pour remercier les travailleurs à la fin de la journée. Et c'est alors, pendant qu'on boit, le moment de faire des blagues et de vanter les mérites de sa classe d'âge au risque d'irriter d'autres classes. Le mauvais côté de la chose c'est que parfois, l'effet de la bière aidant, ces disputes entre classes ou simplement entre individus peuvent dégénérer jusqu'à des empoignades regrettables qui peuvent ne pas s'arrêter là et ainsi nuire à la paix dans la communauté. Mais généralement il s'agit d'événements rares qui n'empêchent pas les groupes d'entraide de continuer à augmenter les rendements de l'activité agricole. Il y a des *hara* réglementaires comme ceux du chef de quartier et du sacrificateur traditionnel (*tchodjo*) qui sont supposés être tellement occupés par leurs responsabilités sociales qu'ils n'ont pas le temps de s'occuper eux-mêmes de leurs champs. Des femmes capables peuvent aussi louer *hara* pour leurs propres champs dans les mêmes conditions que les hommes ordinaires.

Ce qui fait la réussite de ces groupes d'entraide c'est l'objectif commun qui est la réussite de la saison agricole qui tient à cœur à tous. Quand on se retrouve ensemble c'est pour se concentrer sur le travail agricole à l'exclusion de toute autre activité. On reste vigilant pour que le travail soit bien fait à la satisfaction du bénéficiaire. C'est comme cela que doit fonctionner une association de retraités pour son propre bénéfice. Les retraités regroupés se concentrent sur les actions communes à mener démocratiquement pour mieux s'exprimer socialement tout en reconnaissant leurs droits et les défendre.

Alors vivent les ASSOCIATIONS DÉMOCRATIQUES DES RETRAITÉS.

Comme il est ainsi si bon de devenir une personne retraitée, avec la possibilité de goûter dans les faits la vraie démocratie, comment alors peut-on bien se préparer afin d'entrer en personne avertie dans cette vie rêvée de "mission accomplie mais la belle vie continue" ?



8. Comment un futur retraité se prépare-t-il en fait pour prendre sa retraite ?

Ce chapitre est le plus long de ce livre et il concerne la préparation à la vie de retraité qui attend chaque citoyen qui espère vivre longtemps. Cette longueur s'explique par le simple fait que lorsqu'un travail est bien préparé, sa réussite est beaucoup plus assurée que lorsqu'on se lance dans une activité sans préparation préalable. Et c'est bien pour cela que l'un des anciens présidents des USA, Abraham Lincoln avait dit *"If I had six hours to chop down a tree, I'd spend the first four sharpening the axe"*, ce qui signifie en Français "si je disposais de six heures pour abattre un arbre, j'en prendrais les quatre premières pour aiguiser la hache". Prendre 4h/6h pour aiguiser la hache c'est utiliser les 2/3 du temps pour bien se préparer à cette tâche. Une fois que la hache est bien aiguisée, couper l'arbre devient très facile et ne prend plus beaucoup de temps. C'est dire en d'autres termes qu'un travail bien préparé est un travail à moitié réussi. Mais se préparer en général signifie surtout se munir des meilleurs outils en bon état de fonctionnement et être sûr qu'on sait bien les utiliser et en tirer profit.

S'agissant de la préparation à la retraite, on peut d'abord se demander pourquoi cela est-il nécessaire ? On naît avec l'espoir qu'on vivra suffisamment longtemps pour faire tout ce qu'on a envie de faire et atteindre un âge avancé avant de jeter définitivement les armes. Il n'y a pas longtemps, on pensait qu'atteindre l'âge de 60-70 ans c'était déjà beaucoup. Aujourd'hui, de plus en plus de gens à travers le monde atteignent la centaine et au-delà avant de dire adieu à la vie.

Être retraité de la vie professionnelle ou du travail lucratif est un bon pas vers une longue vie. Ainsi, se préparer à vivre longtemps c'est d'abord se préparer à une retraite heureuse qui pourra durer assez longtemps, mais alors comment faire cette préparation salvatrice ?



8.1 Se maintenir en Bonne Santé est le premier pas vers la Retraite

C'est un bon état général ou un assez bon état de santé qui peut progressivement conduire à une longue vie passant par la retraite. Et se maintenir en bonne santé, en tant qu'un adulte responsable, suppose qu'on a eu la chance d'être né en bonne santé et dans une famille qui a la volonté et les moyens de veiller à ce que tous ses enfants évoluent en bonne santé et bénéficient d'une bonne éducation jusqu'à l'âge de la majorité où chaque enfant commence à se prendre entièrement en charge lui-même.

Cette bonne santé recherchée dépend de la capacité de l'individu adulte lui-même à prévenir la maladie et donc à l'éviter et sa capacité à bien se soigner efficacement et si possible rapidement, lorsqu'il tombe malade malgré tout. Rester longtemps malade peut nuire aux activités éducatives et/ou socio-professionnelles de l'individu. Échouer définitivement dans la tentative de guérison conduit malheureusement à la perte de la vie. Mais la perte de la vie peut survenir suite à un accident grave de circulation, à un incendie, à une inondation, à une tempête, à un tremblement de terre, ou tout autre phénomène naturel ou non (noyade, piqûre d'un scorpion, morsure d'un serpent, attaque d'un fauve ou d'un requin, chute d'un arbre, d'un toit ou d'une autre hauteur, intoxication alimentaire, suicide, attaque à main armée, faim, soif, etc., etc. etc.).

Ainsi, pour espérer atteindre l'âge de la retraite, il faut non seulement veiller sur sa santé, mais encore être vigilant à tout moment et éviter de prendre trop de risques sans en avoir soigneusement analysé les conséquences. En ce qui concerne

le côté santé proprement dit, il est bien connu que "mieux vaut prévenir que guérir".



8.2 Mieux vaut toujours Prévenir que Guérir

Prévenir la maladie suppose d'abord qu'on a un corps qui au départ (à la naissance) est dans un bon état de fonctionnement. Il nous est donné de voir de beaux bébés, robustes, souriants, éveillés et qui font honneur à leurs parents et à leur entourage. D'autres bébés naissent malades et là c'est déjà mal parti même s'il ne s'agit parfois que de petites erreurs faciles à détecter et à corriger. Encore faudrait-il que les parents soient suffisamment vigilants, responsables et chanceux de trouver de bons soignants et de bons remèdes. Dès fois ces problèmes de santé très précoces peuvent durer malheureusement des années ou être graves et mettre fin à la vie qui vient à peine de commencer.

Lorsqu'on a la chance d'être bien né, il faut bénéficier de bons aliments qui nourrissent le corps, sans l'intoxiquer ou lui causer des malaises. Ensuite le corps doit être soumis à des exercices physiques appropriés pour lui permettre d'activer continuellement toutes les fonctions de tous ses organes qui risquent de s'atrophier faute d'inactivité. Les mouvements physiques appropriés doivent aussi être accompagnés par une activité mentale saine soutenue par des émotions positives telles que la joie, l'enthousiasme, la confiance en soi, etc., exprimées par de fréquents sourires et mêmes des rires.

Toutefois, exerce et alimentation sont étroitement liés, l'un soutenant l'autre et réciproquement. Les bons exercices physiques permettent au corps de bien utiliser les aliments ingérés et ceci à son tour donne au corps l'énergie dont il a besoin pour faire des exercices physiques. Si nous introduisons dans notre organisme des aliments qui ne conviennent pas, ce

sont eux qui vont se retrouver dans le sang et être transportés aux niveaux des cellules dans tout notre corps. Comme ce sont de mauvais matériaux que nous envoyons ainsi à ces ouvriers responsables de notre santé que sont les cellules, celles-ci n'auront d'autres choix que d'utiliser ce qui leur est disponible. La conséquence évidente c'est que le travail cellulaire ne va plus se faire comme il se devait, et des cellules, des organes et tout l'organisme vont en souffrir, surtout si la mauvaise alimentation en qualité et/ou en quantité dure un certain temps. Il va en résulter aussi un manque d'énergie pour soutenir la bonne santé et pour faire des exercices physiques.

C'est notre agriculture qui nous nourrit à la fois qualitativement et quantitativement. Quand nous importons nos aliments comme c'est le cas encore aujourd'hui, dans beaucoup de pays africains, nous prenons beaucoup de risques vis-à-vis de notre santé. Nous ne savons pas comment ces aliments bruts ou transformés ont été cultivés, conditionnés, et dans quelles conditions sanitaires ils ont été transportés. Nous ne savons surtout pas ce qu'ils contiennent en termes d'éléments nutritifs et d'éléments nocifs. Si nous n'avons ni la volonté, ni les moyens de faire des analyses périodiques des produits alimentaires et nous les consommons tels qu'ils se présentent à nous, nous mettons notre santé en danger. Nous pouvons limiter les dégâts en consommant en priorité les aliments produits sur notre sol. Mais jusqu'à récemment les Togolais par exemple, avaient la fâcheuse réputation de répugner ce qui est produit au Togo, depuis les pagens de l'ex-usine de Datcha jusqu'aux produits alimentaires comme le riz de Kovié ou de l'ITRA par exemple aujourd'hui. Ceux qui sont financièrement à l'aise (souvent par détournement des biens de l'État) préfèrent acheter les produits importés non

pas parce que c'est prouvé qu'ils sont tous de meilleure qualité, mais surtout pour montrer que eux ils sont "évolués" et ne consomment que ce qui vient de loin, laissant aux pauvres et aux "non évolués" les produits locaux. En d'autres termes cela s'appelle tout simplement singer ou imiter le Blanc. Nous croyons souvent à tort que tout ce qui vient de loin et surtout de l'occident est mieux que ce qu'il y a chez nous.

Il est vrai que certaines choses qu'il n'y avait pas chez nous sont devenues utiles pour nous aujourd'hui (téléphone, ordinateur, voiture, etc.). Mais en ce qui concerne les produits alimentaires et les produits de santé, il est généralement reconnu que nous sommes mieux nourris et mieux soignés par ce qui vient de notre terroir que par ce qui vient d'un environnement plus lointain. Il devient aussi de plus en plus évident que les aliments dits biologiques (parce qu'ils sont produits sur des sols non pollués, et à l'aide d'engrais biologiques tels que le fumier et le compost, avec des traitements phytosanitaires d'origine biologique comme les cendres, des fumigations, des extraits de neem et d'autres plantes) nous nourrissent bien et préservent notre santé, surtout lorsqu'ils sont consommés sans avoir subi des transformations poussées. Par contre, les produits alimentaires produits massivement à hautes doses d'engrais industriels (NPK, urée, etc.) en association avec des pesticides toxiques également industriels, non seulement ne nous nourrissent pas bien, mais encore perturbent gravement nos fonctions biologiques et donc causent de nombreuses maladies dont le traitement peut être long et très coûteux.

Bien que les deux faits sont bien connus (les bienfaits des aliments biologiques et les méfaits des aliments issus de l'agriculture dite moderne) à travers le monde, les politiciens

qui ne connaissent et ne cherchent que leurs propres intérêts égoïstes continuent à supporter l'agriculture moderne qui pollue gravement l'environnement et nuit à la santé animale en général, au détriment de l'agriculture biologique, tout en parlant hypocritement du développement durable. Tout vrai développement passe nécessairement par le développement de l'agriculture qui fournit à tous les travailleurs et à tous les citoyens l'énergie de base dont ils ont besoin pour vivre.

Ceci étant, **parler de développement durable c'est parler d'abord de l'agriculture durable, c'est-à-dire de l'agriculture biologique qui est la seule agriculture qui vaut la peine d'être faite, si on veut vraiment nourrir convenablement tous les citoyens.** Et cette agriculture biologique que pratiquaient nos ancêtres il n'y a pas si longtemps, est encore possible aujourd'hui avec de bons rendements si on la pratique avec des techniques éprouvées disponibles et enseignées déjà à certains agriculteurs.

Mais la mauvaise agriculture n'est pas le seul facteur qui peut nuire à notre santé, bien qu'elle constitue un des principaux facteurs anti bonne santé.



8.3 Le Pouvoir Politico-religieux peut nuire à votre Santé

Au Togo comme ailleurs, les politiciens font semblant de promouvoir l'agriculture biologique mais continuent à favoriser l'agriculture moderne non seulement en subventionnant les engrais industriels mais encore en facilitant leur accès aux agriculteurs les plus démunis afin, dit-on, d'augmenter la production, atteindre l'autosuffisance alimentaire et lutter contre la pauvreté. S'il faut produire en grande quantité des produits nocifs qui vont rendre les consommateurs malades et leur faire dépenser plus d'argent pour les soins de santé, peuvent-ils vraiment devenir plus riches et plus heureux ? A travers le monde, ceux qui ont le pouvoir administratif et/ou financier veulent maintenir les masses dans la nécessité permanente. Ainsi ces puissants vont continuer à garder leurs pouvoirs et contrôler ces masses qui travaillent dur et n'ont ainsi aucun moyen de bénéficier des fruits de leurs efforts. Le peu d'argent que les masses gagnent elles le perdent au profit des puissants, sans s'en rendre compte. Les choses marchent d'autant plus bien pour les puissants que pour la plupart les masses suivent des religions dont elles ne comprennent pas grand-chose, et au lieu d'être vigilants pour comprendre qu'on les trompe pour leur prendre leurs biens, elles sont convaincues que c'est Dieu-la Source qui décide tout et s'en remettent à Dieu-la Source qu'elles jugent responsable de leurs sorts. Ce comportement est particulièrement vrai des Togolais dont la plupart sont aujourd'hui dans les religions révélées (l'islam et le christianisme dont surtout les églises dites charismatiques à base évangélique poussent comme des champignons à côté des mosquées qu'on trouve à certains endroits dans une maison sur

cinq ou sur dix, pour ne pas exagérer). Alors que la grande majorité des gens entrent dans ces religions révélées pour se protéger contre la sorcellerie, être "sauvés" et aller au paradis après leurs morts et éviter le feu éternel de l'enfer, d'autres au contraire y vont pour profiter de la naïveté des autres pour s'enrichir ou même pour pratiquer incognito leurs sorcelleries néfastes sur ceux qui remettent tout à Dieu-la Source sans faire des recherches afin de déceler les causes occultes de leurs problèmes ou de la mort d'un proche. Pas de recherche, pas moyen qu'on soit détecté, et donc on opère sans aucune inquiétude. Bien entendu, ceux qui remettent tout à Dieu-la Source systématiquement sont victimes de quiconque, avec ou sans pouvoir occulte, cherche à exploiter à son profit ceux qui ne sont pas vigilants, ceux qui ne sont pas réellement protégés mais croient simplement qu'ils le sont et ceux qui ne cherchent pas à améliorer leurs performances en tirant les bonnes leçons de leurs erreurs.

Dieu-la Source est toujours là, puisqu'il est éternel, mais il y a de tout temps et un peu partout des tricheries, des vols, des assassinats, des accidents, des catastrophes, des échecs, des malchances, des maladies, des mensonges, des complots, des scènes de jalousie et d'envie, etc. dont n'importe qui peut être victime. Si c'est vraiment Dieu-la Source qui fait tout en ce qui nous concerne sur cette terre, pour quelles bonnes raisons permettrait-il que certains commettent tous ces crimes qui ont lieu dans le monde et que d'autres en soient des victimes souvent innocentes ? Cela devrait nous amener à mieux réfléchir pour mieux nous organiser pour mieux vivre.

Tout semble montrer que nous sommes dans un monde où tout et son contraire peuvent être possibles, du très bon jusqu'au très mauvais ; du destructif au constructif ; du très bon à accepter ou à supporter jusqu'à l'insupportable, l'inadmissible,

l'intolérable ; du facilement faisable ou accessible jusqu'à l'impossible, l'inaccessible ; du concret, identifiable, à l'imaginaire intouchable ; du facilement acceptable ou croyable au totalement inacceptable ou incroyable ; etc. Nous sommes soumis un jour ou l'autre à une face ou à l'autre d'une même médaille ou de plusieurs médailles en même temps.

Que pouvons-nous faire face à tout cela qui constitue l'étoffe de ce que nous appelons la vie ? Nous devons cultiver tôt ou tard certaines valeurs indispensables telles que la vigilance, la discipline, le courage, la persévérance et le respect des lois sociales et administratives nécessaires pour être bien à la fois dans sa peau et dans son environnement. Parce que nous croyons peut-être que c'est toujours "bon" d'être "bon", nous avons tendance à faire confiance à tout le monde, surtout à nos "amis" dont la plupart ne méritent même pas ce qualificatif. Il est pourtant bien connu que la confiance n'exclut pas le contrôle, mais nous négligeons d'appliquer ce principe de sagesse. Il faudrait aussi éviter d'être si méfiant au point de n'avoir confiance en personne. La confiance c'est bon si elle est méritée. Pour éviter d'être une victime facile de gens malhonnêtes et sans scrupule, nous pouvons refuser de prendre des décisions hâtives et surtout de prendre des décisions sous la pression d'un autre, sauf si notre vie est en danger et nous n'avons pas d'autres choix. Si notre vie n'est pas en danger mais quelqu'un nous presse de prendre une décision, c'est sûrement parce que la personne ne nous laisse pas le temps de réfléchir, juste pour éviter que nous découvriions ce qu'elle veut soigneusement nous cacher pour pouvoir nous exploiter. Soyons donc vigilants !

Il est aussi important que nous soyons curieux car cela peut nous faire découvrir des choses que nous aurions tort de ne pas connaître soit pour notre progrès, soit pour notre sécurité.

Beaucoup parmi nous font comme si ce qui se passe autour d'eux ne les concerne pas du tout, alors que justement parce que cela se passe autour d'eux cela les concerne forcément, parce que nous sommes forcément affectés positivement ou négativement par notre environnement que nous le voulions ou non. La curiosité est l'outil principal du bon scientifique et elle peut aider tout le monde à être au courant de ce qui se passe dans son environnement utile et en tirer profit pour son développement et pour sa sécurité. Vigilance rime avec curiosité, et toutes deux constituent les deux agents actifs de l'attention vitale que nous devons accorder à ce qui se passe en nous et autour de nous. C'est grâce à cette attention que nous savons continuellement où nous sommes sur tous les plans, où nous voulons aller et ce que nous devons faire ou comment nous devons faire, pour y arriver. Cette attention nous permet aussi de nous concentrer sur ce que nous sommes en train de faire pour pouvoir le faire de la meilleure façon possible et espérer aboutir au résultat attendu. Cette attention est aussi nécessaire pour déceler les contrôles dangereux que les responsables politiques et religieux tentent d'exercer sur nous.

C'est grâce à cette attention que nous pouvons prendre conscience des effets nocifs du bruit, de la poussière et des inondations que la négligence de l'administration nous fait subir et que nous devons dénoncer. De même, par notre manque de vigilance nous pouvons facilement être victimes des exploitations des responsables religieux qui vivent dans le luxe au-dépend des pauvres qui croient souvent naïvement qu'en cotisant pour ces pasteurs et ces prêtres qui ne leur donnent rien de concret en retour, ils donnent leur argent durement gagné à Dieu. Dieu a-t-il vraiment besoin de notre argent ? Et pour faire quoi ?

8.4 POURQUOI PARLER DE TOUT CELA ?

Tout ce qui a été dit jusqu'ici dans ce chapitre, et on peut en dire beaucoup plus, nous montre tout simplement que la vie est un enchaînement d'activités continues qui doivent être bien choisies pour permettre à l'individu de se maintenir et d'espérer se maintenir plus longtemps et atteindre éventuellement la retraite. La vie d'un individu, c'est effectivement un grand travail actif qui commence à la naissance et qui se poursuit pas-à-pas aussi longtemps que cet individu continue à faire des efforts pour s'adapter à son environnement tout en capitalisant les acquis et en évitant les effets des erreurs passées dont il a appris de bonnes leçons. Bien jouer le jeu de la vie c'est travailler d'une certaine manière qui est favorable au prolongement de la vie. Certains pensent que travailler c'est trop difficile et ne veulent pas travailler alors qu'il est évident que sans travail on n'a ni nourriture, ni argent, ni toute autre chose nécessaire pour vivre. Ceux-là qui refusent de travailler deviennent des problèmes pour la société parce qu'ils vont avoir tendance à exploiter ceux qui travaillent en cherchant à jouir gratuitement des fruits des efforts des travailleurs. Diverses stratégies sont utilisées pour profiter des efforts des autres : des vols, des tricheries, des tromperies, des flatteries, de la mendicité, des menaces, des attaques, etc., qui compliquent la vie en général, avec la nécessité des contre-mesures que sont la vigilance, la surveillance, les alarmes anti-vol, la méfiance, les cachettes plus ou moins sécurisées, des coffres avec des cadenas de plus en plus sécurisants, des gardiens, des banques, etc.

Toutes ces activités de prédation sur les biens d'autrui et de défense de ses propres biens peuvent aussi nuire à la vie et même conduire à de pertes de vie humaine. Mais pour la

plupart, c'est ce que l'individu fait lui-même directement de sa vie qui conditionne le plus sa longévité.

En effet, pour espérer vivre longtemps l'individu doit :

- ✓ faire des contrôles sanitaires périodiques,
- ✓ éviter des intoxications alimentaires, des violences verbales et physiques, des scènes de jalousies,
- ✓ refuser d'envier les autres, de se venger, de garder rancune, de prendre des décisions sous l'effet de la colère, de paraître arrogant, d'entretenir d'autres émotions qui comme la colère et la haine, ont des effets négatifs sur le fonctionnement de nos propres organismes,
- ✓ fuir l'imprudence qui peut causer des accidents de circulation ou autres
- ✓ fuir aussi la tristesse, le découragement et la paresse qui ne nous aident pas à nous dépasser et donc à nous développer continuellement.
- ✓ apprendre à se contrôler soi-même et éviter de contrôler les autres dans le but de les exploiter
- ✓ coopérer avec d'autres adultes sur des contrats gagnants-gagnants sans chercher à les exploiter
- ✓ être donc honnête avec soi-même et envers les autres.

Si ces mesures et d'autres peuvent nous aider à prévenir la maladie et des problèmes socio-économiques, la maladie en particulier peut tout de même survenir malgré toutes nos précautions pour l'éviter et c'est notre capacité à nous soigner efficacement qui peut venir à notre secours et éventuellement prolonger notre vie jusqu'à la retraite et bien au-delà.

8.5 COMMENT SE SOIGNER EFFICACEMENT ?

Se soigner efficacement suppose avoir la chance de faire efficacement un certain nombre de choses :

- Si le mal dont vous souffrez n'est pas dû à un accident (chute, piqûre de serpent ou d'insecte, etc.), se poser la question de savoir qu'est-ce qui a pu provoquer dans votre corps ce changement identifiable sous forme de maladie. Il peut s'agir d'un changement dans votre alimentation, dans votre comportement, dans vos habitudes, dans vos pensées, une émotion négative violente (excès de colère, haine jurée qui ne peut pas atteindre sa cible, etc.) ou de toute autre chose. L'essentiel est de tenter de savoir ce qu'on aurait fait ou ce qu'on aurait oublié de faire, personnellement, et qui aurait conduit à la mauvaise situation qui ne nous arrange pas. Un bon soignant doit vous demander ce que vous pensez comme pouvant être une cause possible de votre mauvais état de santé. Beaucoup de médecins se fâchent même lorsqu'un patient tente de leur expliquer ce qu'il pense être la cause de son mal. Ces médecins qui croient ainsi à tort qu'ils sont les seuls à déterminer les causes des maladies, il faut les fuir comme on peut fuir la peste. Un bon soigneur écoute attentivement le patient, essaie de le comprendre et de le soutenir avant de procéder à des tests pour constater les dégâts et proposer des réparations efficaces. La médecine peut détecter des symptômes de maladies mais rarement les causes. Même détecter des agents infectieux dans l'organisme d'un patient, n'est pas forcément déterminer la vraie

cause de la maladie. Seuls les tradithérapeutes voyants véritables, sont capables de déterminer les vraies causes des maladies. Malheureusement ces voyants qui faisaient la fierté de la médecine traditionnelle qui soignait efficacement et gratuitement nos ancêtres, sont très rares aujourd'hui, parce que très peu de gens sont capables en notre temps de respecter les conditions qui permettent d'être en harmonie avec Dame Nature et d'en connaître les vrais secrets. En plus beaucoup de gens aujourd'hui font tout et n'importe quoi pour gagner de l'argent y compris des tradithérapeutes qui prétendent avoir des pouvoirs qu'ils n'ont pas en réalité.

- Avoir la chance de trouver le bon soigneur qui va diagnostiquer la vraie cause de votre mal, sans tâtonner et sans prétention. S'il est honnête il doit pouvoir dire si votre problème relève de ses compétences ou non. Aujourd'hui, à travers le monde, il y a plus de gens malhonnêtes qui cherchent votre argent que de vrais thérapeutes qui veulent gagner leur vie en vous fournissant les soins dont vous avez besoin. Si vous faites une confiance aveugle à tout soignant, qu'il soit un médecin ou un tradithérapeute, vous mettez votre santé et votre vie en danger.
- Trouver le bon médicament que votre organisme accepte et assimile correctement pour tirer profit des vertus de ce produit et se soigner.
- Savoir que tout médicament n'est pas forcément bon pour tout le monde, que tout médicament ne fait pas forcément ce que le vendeur dit qu'il fait et que, c'est bon de le rappeler, tout thérapeute n'est pas forcément aussi bon qu'il le prétend. Chacun doit faire des recherches, des investigations pour savoir ce que des

patients pensent et disent de tel ou tel thérapeute, et de tel ou tel produit, pour être un peu averti avant d'essayer. Cela ne garantit pas forcément la réussite mais cela peut limiter les dégâts. Il n'est pas du tout sage de se lancer dans quoi que ce soit sans aller aux informations essentielles et on doit être encore plus prudent lorsqu'il s'agit de notre santé.

- Savoir aussi que ce n'est pas le lieu de vente d'un médicament, la pharmacie, le marché ou la rue, qui pose le vrai problème de l'efficacité de ce médicament. **C'est l'existence sur le territoire national de produits médicamenteux dangereux pour la santé qui cause le vrai problème.** Il n'est pas prouvé que les produits qu'on vend dans les pharmacies au Togo par exemple, sont tous bons et efficaces et que tous ceux qu'on vend sur le trottoir ou dans les marchés sont tous mauvais et dangereux. On ne peut pas empêcher quelqu'un de vendre le type de produits qu'il aime vendre sans nuire gravement à la concurrence dont nous reconnaissons tous le bénéfice pour le consommateur. Ce qu'il convient de faire au niveau national c'est vérifier la qualité des produits alimentaires et médicamenteux sur tout le territoire, dans les marchés, dans les pharmacies, dans les rues, dans tout lieu de vente, pour éviter d'exposer les citoyens aux conséquences malheureuses des faux médicaments, des médicaments dangereux, des aliments dangereux et des praticiens malhonnêtes. Et ce rôle du contrôle revient bien sûr à l'administration centrale qui a le grand devoir de contrôler tout ce qui sort et tout ce qui rentre dans le pays et qui a la haute responsabilité de promouvoir sur place la production des aliments biologiques et des médicaments testés

pour leur efficacité à soigner sans effets secondaires nocifs importants.

On devrait alors arrêter de faire la chasse aux petits vendeurs des médicaments comme si c'était vraiment eux la cause de la circulation des mauvais médicaments dans le pays, alors que les importateurs de médicaments, les vrais responsables, dorment tranquillement.

- Se rappeler qu'avoir une croyance aveugle en un thérapeute c'est dangereux pour l'individu. Il arrive souvent que le médecin déclare à un patient que l'état de sa santé a atteint un degré trop avancé pour être guéri. Il peut aller jusqu'à dire combien de temps il reste à vivre à ce patient. Si c'est un patient qui croyait fermement que c'est ce médecin ou l'hôpital seul qui pouvait le guérir, cette déclaration en elle-même constitue une condamnation à mort. Et souvent la personne meurt effectivement, non pas nécessairement à cause de sa maladie, mais souvent juste à cause du fait que la personne a cessé de lutter pour se maintenir en vie. Elle a totalement perdu l'espoir de vivre parce que le seul moyen sur lequel elle comptait pour survivre ne peut plus rien faire pour elle, et cela peut suffire pour lui ôter définitivement la vie. C'est pourquoi, il faut le répéter, il est vraiment dangereux de faire confiance absolue à une autre personne ou à une seule chose pour sa survie. Ce que le bon médecin/thérapeute devrait dire, c'est que le cas de ce client dépasse ses compétences à lui le médecin/thérapeute et qu'il l'encourage à consulter d'autres spécialistes en la matière, tout en lui souhaitant sincèrement bonne chance. Un médecin/thérapeute ne doit pas se comporter comme

s'il était la solution ultime, même dans sa spécialité, en se disant que ce que lui il ne peut pas guérir, personne d'autre ou rien d'autre ne le peut. Des gens courageux à travers le monde ont fait fi des condamnations à mort prononcées par des médecins ou thérapeutes orgueilleux ou ignorants, et ont eu la guérison qu'on leur avait déclarée impossible.

- Nul ne détient la vérité ultime en quoi que ce soit. Nous avons des compétences limitées et il faut être assez honnête et assez humble pour le reconnaître. On aide mieux quelqu'un en lui montrant que d'autres voies sont possibles, lorsque celle sur laquelle il se trouve n'aboutit pas. Des sages disent que c'est le corps qui se guérit tout seul si on lui fait suffisamment confiance, ou grâce à des aides qu'on peut lui donner sous forme de médicaments ou d'exercices physiques, mentaux, psychologiques ou spirituels. Selon ces sages ce n'est donc pas le médicament qui guérit, ni encore moins le thérapeute qui peut seulement aider favorablement s'il est bon. L'expérience de l'utilisation des placebos en médecine moderne confirme cette sagesse qui déclare que c'est la croyance de l'individu qui joue le plus grand rôle dans sa guérison ou dans son échec de guérison et non pas la thérapie appliquée. Beaucoup de thérapeutes, consciemment ou inconsciemment, ont malheureusement aggravé la situation des patients qui leur ont fait confiance et dont beaucoup en sont morts, et ceci à travers le monde. L'hôpital aide certaines personnes, surtout en cas d'accidents mais tue aussi beaucoup de gens. Il faut en prendre conscience et arrêter de faire croire aux gens que l'hôpital est le meilleur endroit où on peut se faire soigner. L'hôpital

peut cependant devenir ce lieu rêvé où on prend vraiment soin des patients en vue de soulager leurs peines et éventuellement les aider à guérir. Cela demande une vraie révolution et un changement profond des mentalités des soignants dont la plupart actuellement sont plus préoccupés par l'argent des patients que par le soulagement de leurs peines. L'hôpital rénové devrait inclure tous les types de traitements reconnus efficaces et pas seulement la médecine dite moderne.

En plus des maladies qu'on peut "attraper" et "lâcher" au bon moment, intentionnellement ou non, notre état de santé peut se détériorer plus ou moins dangereusement suite à divers accidents dont beaucoup proviennent de nos mauvais comportements, de notre imprudence, de notre manque de vigilance, ou de notre manque de civisme.



8.6 Votre comportement social peut nuire à votre santé

Éviter les accidents de toutes sortes demande des connaissances spécifiques de nous-mêmes et de notre environnement, mais surtout de la prudence dans tout ce que nous faisons après avoir pris la ferme décision d'éviter d'être directement responsable de tout accident. Cette prise de décision peut venir tout simplement du fait qu'on ne veut pas mettre en danger ni sa propre vie, ni celle des autres. L'imprudent c'est celui qui fait comme si mettre sa vie ou celle d'un autre en danger n'a pas d'importance. Il n'est pas conscient du risque qu'il court ou celui qu'il peut faire courir à une autre personne. Il est irresponsable et il devient un danger pour lui-même et pour les autres.

Les accidents de route sont actuellement nombreux au Togo et causent des blessés graves et même des morts. La raison est évidente. Beaucoup de Togolais conduisent mal, très mal même. Certains brûlent le feu rouge tout en étant à grande vitesse. Beaucoup ignorent carrément les panneaux de signalisation tels que le panneau STOP, le panneau Céder le Passage, les passages cloutés, etc. Ils ne savent pas du tout ce qu'on appelle "priorité à droite". Leur principale loi de conduite c'est "moi d'abord, tant pis pour les autres". Sur les routes non goudronnées la plupart des gens roulent plutôt à gauche en refusant de céder le passage à ceux qui arrivent d'en face et qui eux sont à leur droite. Leur seul argument pour expliquer leur mauvaise conduite est que la route n'est pas bonne, et curieusement c'est comme si c'est toujours le côté gauche qui est le plus bon. C'est miraculeux qu'il n'y ait pas plus d'accidents que ce qui est enregistré parce que surtout à Lomé et ses environs, beaucoup de Togolais conduisent

vraiment n'importe comment. Il faut être très vigilant pour éviter un accident car là où vous ne vous attendez pas à voir arriver un véhicule, vous allez en voir, surtout des motos qui peuvent jaillir de partout, sans prendre aucune précaution.

Depuis que les Togolais vivent ce qu'ils appellent à tort la démocratie, beaucoup croient qu'ils sont absolument libres de faire ce qu'ils veulent. Ils ignorent qu'on ne peut pas vivre en harmonie ensemble sans des règles claires que chacun doit respecter pour que les libertés individuelles et collectives soient bien assurées. Quand chacun fait ce qu'il veut c'est le désordre, c'est l'indiscipline, c'est le non-respect des lois et toutes les conséquences fâcheuses qui peuvent en résulter.

Ceux qui ont fait les voitures, les motos et les vélos ont inventé le code de la route à respecter afin que l'utilisation des véhicules ne conduise pas à des accidents et leurs conséquences indésirables. C'est pour cela que le permis de conduire est exigé surtout pour les véhicules à quatre roues pour s'assurer que ceux qui les conduisent connaissent bien le code de la route et le respectent. Pour que ceci marche bien il faut encore que des agents de sécurité vérifient si effectivement ceux qui conduisent des véhicules ont leurs permis de conduire et si tout le monde respecte le code de la route. Chez nous au Togo, comme ailleurs, des gens achètent leurs permis de conduire et donc conduisent légalement mais sans avoir réussi ou même sans avoir passé leur examen de conduite, de mécanique et de code. En plus les agents de sécurité continuent (malgré les efforts faits par le gouvernement) à prendre sur les routes de l'argent auprès des mauvais conducteurs et les laissent continuer leurs mauvaises conduites. Si ces deux pratiques (l'achat des permis de conduire et la corruption des agents de sécurité) ne s'arrêtent

pas, on appliquera en vain des méthodes pour diminuer le nombre des accidents sur nos routes.

On devrait s'assurer aussi que les conducteurs de vélos et de motos ont effectivement des notions suffisantes du code de la route avant de circuler sur leurs engins. Une attestation de formation dans ce sens détenue par ces usagers de la route devrait suffire comme moyen de contrôle.

Dans les pays européens il y a des radars sur les autoroutes pour détecter les excès de vitesse. On peut retirer le permis de conduire à des conducteurs qui ne corrigent pas leurs défauts. La tentative de corruption d'un agent de sécurité peut être dénoncée par l'agent et punie par la loi. L'agent de sécurité ne prend jamais de l'argent sur la route. Il établit sur le champ un procès-verbal signé par lui et par le conducteur fautif après lui avoir fait reconnaître sa faute. C'est à la justice que le conducteur fautif va payer son amende. Il est strictement interdit de jeter des ordures sur la route sous peine d'une lourde amende et c'est pratiquement tout le monde qui veille à ce que ceci soit respecté, pas seulement les agents de sécurité. On montre ainsi que sans le respect des lois il n'y a pas de démocratie.

Ce qu'il y a de particulier aux USA par rapport à l'Europe, c'est que non seulement la plupart des conducteurs respectent le code de la route, hormis les excès de vitesse, il est remarquable dans les États du sud des USA, de la côte atlantique (Florida, Georgia, etc.) à la côte pacifique (California), de constater qu'aucun automobiliste n'utilise le klaxon. Sur les routes on n'entend que les bruits des moteurs des véhicules qui roulent pourtant comme de longues vagues sans fin. C'est vraiment impressionnant ! Curieusement, à Washington-DC et à New York City, c'est un autre son de

cloche, car on y retrouve le vacarme étourdissant des klaxons bien connu des routes africaines et européennes. Je me demande toujours comment des gens ont réussi à s'imposer cette discipline de ne pas se servir du klaxon. La conduite est aussi stricte, si bien que si un conducteur ne suit pas son couloir sur la route à plusieurs voies il est rapidement détecté et verbalisé.

Ouvrons une parenthèse ici pour dire que la loi est très rigoureuse dans le pays de l'oncle Sam dont les habitants sont venus d'horizons très divers et où la vie sociale serait insupportable pour tout le monde si chacun faisait ce qu'il veut ou ce qu'il a l'habitude de faire dans son pays d'origine. Le seul gros problème, c'est que la loi américaine est faite en faveur des Blancs, au détriment des Noirs qui en souffrent énormément. En fait la loi américaine est faite pour les riches qui peuvent avoir des avocats capables de faire en sorte que la justice leur donne raison même s'ils ont tort ou qui peuvent aussi payer des cautions très élevés pour leur libération lorsqu'ils sont condamnés à aller en prison. Comme les Blancs sont les plus riches, on comprend bien pourquoi ce sont surtout les Noirs qui croupissent dans les prisons. Fin de la parenthèse.

Chez nous au Togo, presque personne ne fait attention aux lignes blanches continues ou discontinues qu'on prend soin de marquer sur les routes pour matérialiser les couloirs de circulation, comme si on a fait tout cela avec soins pour rien. C'est surtout parce que nous pensons pour la plupart d'entre nous que la démocratie c'est la liberté totale de faire ce qu'on veut.

Et les conséquences sont là : beaucoup d'accidents de circulation, et des ordures partout dû aussi au fait que le

gouvernement ne fait pas suffisamment d'efforts pour mettre des poubelles partout dans les villes avec un service d'enlèvement des ordures qui fait régulièrement son travail. Si on interdit aux gens de jeter les ordures dans les rues et on ne leur propose pas des poubelles, où alors vont-ils jeter leurs ordures qu'ils ont forcément ? Si on prend soin de mettre en place à certains endroits (seulement) des poubelles, mais elles ne sont pas vidées lorsqu'elles sont pleines, a-t-on réellement résolu définitivement le problème des ordures dans nos villes ?

Si nous voulons vraiment vivre longtemps à travers une retraite réussie, nous devrions alors faire attention à nos comportements, en toute situation !

À part les accidents dont la fréquence peut largement diminuer grâce à nos bons comportements citoyens, des catastrophes naturelles peuvent aussi menacer nos vies et nous empêcher d'atteindre l'âge de la retraite et en jouir pendant longtemps.





8.7 COMMENT SE COMPORTER FACE AUX PHÉNOMÈNES NATURELS ?

À part les accidents, des phénomènes naturels peuvent aussi nuire à notre santé et même causer des pertes de vie. Prendre conscience de ces phénomènes et prendre des dispositions pour en limiter les dégâts est aussi nécessaire.

Alors que les tremblements de terre sont rares au Togo où on a pu enregistrer à la côte quelques secousses de faibles intensités par le passé, les inondations et les tempêtes légères sont bien connues des Togolais qui peuvent prendre des mesures pour s'en protéger. Nos villes ne sont généralement pas bien drainées. Jusqu'à récemment la ville de Lomé n'était pas drainée du tout, et comme cette ville est sur la terre de barre qui retient l'eau à la surface au lieu de la laisser s'infiltrer en profondeur, chaque fois qu'il pleut l'eau stagne partout et la circulation devient difficile. Des efforts ont été faits récemment à travers des projets de développement qui ont permis d'avoir à travers la ville certaines canalisations et des retenues d'eau qui devraient être drainées jusqu'à la mer mais ne semblent pas l'être en réalité, vu que ces bassins débordent lorsqu'ils sont trop pleins. La construction de ces ouvrages a largement diminué les problèmes d'inondation mais ne les a pas éliminés. De gros efforts restent encore à faire pour permettre à l'eau de ruissellement de couler jusqu'à l'océan au lieu de stagner. On sait depuis longtemps que sur la terre de barre l'eau ne peut pas s'infiltrer dans le sol et s'accumule forcément sur les sols plats et dans des bas-fonds, mais on ne fait pas suffisamment d'efforts pour que cela ne devienne pas un problème dans les agglomérations. Des gens continuent à construire dans les bas-fonds comme s'ils n'ont pas de choix.

Il n'y a pas une politique soutenue de drainage des eaux dans les agglomérations. Dès qu'il pleut les rues non goudronnées, surtout à la périphérie du grand Lomé, deviennent impraticables. Ceci est vraiment préoccupant dans la nouvelle préfecture d'Agoè-Nyivé où il est vraiment difficile de circuler à pied, à vélo, à moto ou en voiture après une grande pluie. De temps en temps on charge les endroits inondables de terre pour prévenir les inondations, mais c'est peine perdue, car tant que l'eau ne peut pas couler elle restera sur place et empêchera la circulation et ira même jusqu'à envahir les maisons. C'est déjà arrivé un grand nombre de fois et cela va arriver encore dans le futur jusqu'à ce qu'on décide et fasse des caniveaux qui vont drainer les eaux jusqu'à la mer.

Quand on aura fini de résoudre ce problème important des inondations, il faudra aussi goudronner toutes les rues dans toutes les communes du Togo pour qu'elles méritent vraiment ce nom de commune. Sans cela la poussière demeurera un autre problème que ne devraient pas connaître les habitants d'une commune. Et en plus on devrait aussi faire de gros efforts pour réduire les agressions sonores que subissent les citoyens de jour comme de nuit, et surtout la nuit où on devrait dormir paisiblement pour recharger nos batteries avant de reprendre nos activités le lendemain. Au Togo on permet à des individus et surtout à des groupes religieux, notamment les évangélistes et les musulmans, de faire du grand bruit, des fois tard la nuit ou tôt le matin, dans les lieux de culte et même dans les rues, à l'aide de hauts parleurs puissants, au grand mépris du repos des citoyens. Le gouvernement devrait prendre des dispositions pour que cela ne se reproduise plus sur la Terre de nos Aïeux. La perturbation du sommeil peut causer de sérieux problèmes de santé et donc raccourcir la vie.

On peut ainsi faire des efforts pour maintenir sa bonne santé, se soigner et retrouver sa bonne santé lorsqu'on l'a perdue, et pour éviter les inconvénients qui peuvent menacer notre santé. Si on le fait bien et on y réussit, on peut alors espérer vivre en bonne santé, mais cela suffit-il pour vivre longtemps, atteindre l'âge de la retraite et goûter les plaisirs d'un troisième ou quatrième âge bien mérités ?



8.8 AVOIR LA BONNE SANTÉ SUFFIT-IL POUR BIEN VIVRE ?

Avec la bonne santé celui qui veut vivre longtemps doit avoir une bonne éducation sociale et scolaire et s'engager à l'âge adulte dans une profession qui va lui permettre d'avoir suffisamment de ressources financières et monétaires qui sont indispensables aujourd'hui aussi bien en ville que dans le village le plus reculé. Et tout ceci passe par une philosophie de la vie qui permet à l'individu à tout moment :

- D'économiser ses ressources pour une meilleure utilisation future
- D'investir ses ressources dans les projets les plus appropriés du moment (ressources physiques et mentales à investir dans l'éducation pour les enfants, ressources physiques, mentales et financières à investir dans des activités génératrices de revenus pour les adultes, par exemples)
- De se garantir une source de revenu passive qui lui permettra de vivre à l'aise sans la nécessité de travailler pour gagner sa vie, lorsqu'il sera à la retraite et dans le troisième âge et bien au-delà.

On peut découvrir et appliquer cette philosophie à tout moment, mais il vaut bien mieux, dans la mesure du possible, avoir la chance de s'en imprégner très tôt au cours de sa vie, car une fois qu'on a acquis de mauvaises habitudes cultivées pendant de longues années il devient difficile de les changer en les remplaçant par de nouvelles plus productives. C'est bien connu, l'habitude c'est vraiment une seconde nature. On a donc un grand intérêt à acquérir de bonnes habitudes dès le départ pour ne pas avoir à les changer parce que changer, hmm ! Ceux qui ont vraiment tenté de le faire, pour une bonne

cause, savent que ce n'est pas aussi facile qu'on le dit. Pour éviter d'avoir trop souvent cette amère expérience de vouloir changer beaucoup de choses dans sa vie, il vaut bien mieux acquérir de bonnes habitudes dans divers domaines dès le jeune âge. Ceci suppose que les parents sont eux-mêmes imprégnés de cette bonne philosophie, l'appliquent eux-mêmes, et l'incluent dans la bonne éducation qu'ils doivent donner à leurs enfants. Même si un adulte n'a pas eu cette bonne éducation qui fait prendre conscience à tout moment des objectifs à atteindre plus tard dans la vie et permet donc de s'y préparer d'avance pour éviter de mauvaises surprises, il doit et peut adopter ce principe à tout moment et bien se préparer pour un lendemain meilleur. Les choses (bonnes ou mauvaises) ne nous arrivent pas au hasard, disent les spécialistes du développement humain. Souvent nous sommes avertis plusieurs fois de ce qui risque d'arriver (surtout les malheurs) mais nous n'en tenons pas compte, soit par ignorance, soit par négligence, soit pour d'autres raisons. Et puis quand ce qui était prédit arrive et cela ne nous plaît pas, nous semblons surpris, et souvent nous nous mettons à accuser tout, autour de nous, parfois Dieu-la Source, en nous considérant comme de pauvres victimes des circonstances incontrôlables. Il nous est difficile de nous accuser nous-mêmes ou du moins de regarder en nous-mêmes pour essayer de voir et de comprendre ce que nous avons pu faire pour causer ce malheur qui vient de nous arriver (mauvaise santé, accident, perte de travail, d'argent ou de matériel, etc.). Et pourtant notre ignorance dans beaucoup de domaines, notre négligence, notre paresse, nos états émotionnels négatifs et destructifs (haine, colère, jalousie, vengeance, rancune, etc.) peuvent nous jouer bien de tours inconfortables !

Pour savoir tout cela et pouvoir prendre les bonnes décisions et les mettre en pratique à notre avantage, il faut soit l'avoir appris au cours de sa formation formelle ou informelle, soit le découvrir soi-même par une auto-éducation continue. Certains parmi nous n'ont eu accès qu'à l'éducation informelle qui est rarement de bonne qualité surtout parce que les gens qui nous entourent (nos maîtres de tous les jours) ne parlent souvent que de mauvaises choses sans mentionner les solutions et c'est cela qui constitue nos connaissances essentielles de la vie qui court. Parmi les rares qui ont eu la chance d'avoir en plus une formation formelle de bonne qualité, il y en a qui cessent d'étudier lorsqu'ils commencent la vie professionnelle et leur éducation se limite à ce qu'ils ont pu apprendre au cours de leur formation, tout de même noyé dans l'éducation informelle plutôt négative à laquelle presque tout le monde est soumis quotidiennement.

Sans recherche de la qualité de la vie, sans curiosité, sans le désir continu d'apprendre, de connaître, de savoir, sans la soif de la sagesse, notre vie devient aléatoire et parfois très compliquée. C'est dire que la clé de la réussite dans la vie c'est une bonne éducation de base, surtout à la base, combinée avec une éducation continue et une auto-éducation permanente. Le sage qui le premier a découvert et a dit que "la Vie est une École", a pleinement raison. Si nous ne considérons pas notre vie comme une bonne occasion pour apprendre continuellement, nous n'avons pas encore compris grand-chose de la vie, même si nous avons tous les diplômes universitaires les plus avancés.



8.9 SE PRÉPARER A UNE BONNE RETRAITE EST UN EFFORT CONTINU DEPUIS L'ENFANCE

Oui, la clé de la réussite dans la vie c'est une bonne éducation de base, surtout à la base, combinée avec une éducation continue et une auto-éducation permanente.

À noter tout de même qu'une bonne éducation n'est forcément pas uniquement formelle. Certains peuvent avoir une bonne éducation parentale de très bonne qualité qui leur permet de réussir partout, à l'école ou dans la vie en général. D'autres ont pu de la même façon profiter de leur bonne éducation sociale, ou de leurs contacts avec un ou plusieurs sages. D'autres encore ont acquis des connaissances utiles dans des sociétés secrètes. Mais les parents, l'État et les autorités à différents niveaux, doivent veiller à ce que chaque enfant ait une éducation de base de bonne qualité accompagnée par des structures qui font la promotion de l'éducation continue qui pourra être complétée par l'auto-éducation que chaque adulte

doit se donner à lui-même s'il veut vraiment mener une vie de bonne qualité que lui seul peut définir et mettre en œuvre.

Ainsi, tout doit commencer dès l'enfance avec des objectifs précis à atteindre (être en bonne santé, apprendre en cherchant à connaître et à comprendre ce qu'il y a en nous et autour de nous, avoir à l'âge adulte un métier lucratif, avoir une réussite sociale, comprendre ce que c'est que la vie et la mort et comment éviter cette dernière ou faire reculer le moment où elle va arriver, etc.) et se renforcer progressivement au cours de la vie, comme dans l'éducation scolaire (de la maternelle jusqu'à l'université) et comme dans la préparation de la vie adulte chez les *Kabiyè* du nord Togo (de l'enfance jusqu'à la dernière classe d'initiation des adultes, la classe des *agulèh*, en passant progressivement par les classes des *awozah*, des *évala*, des *ezukah* et des *kondonah*).

Mais alors quelle éducation de base devons-nous donner à nos enfants et comment faire afin qu'elle soit de bonne qualité et effective ?

Oui, quelle éducation pour nos enfants, citoyens de demain, qui ont droit à une vie nettement meilleure à la nôtre qui elle aurait dû être nettement meilleure à celle de nos ancêtres ?
--

Nous disposons aujourd'hui de beaucoup plus d'outils, de beaucoup plus d'équipements, de beaucoup plus d'opportunités, de beaucoup plus de moyens pour vivre mieux et être plus heureux que nos ancêtres, mais nous n'en profitons pas suffisamment, et pour certains d'entre nous, pas du tout. Nous sommes submergés par des tonnes d'informations contradictoires, exposés à beaucoup de distractions, à des scènes de violence, à des philosophies

racistes et antisociales, à la dictature des uns et des autres, à des divisions sociales qui font bien leurs travaux en nous opposant souvent violemment, et il n'est pas étonnant que nous ne soyons pas heureux malgré les progrès que l'humanité croit avoir faits dans beaucoup de domaines. Tant que nous ne faisons pas suffisamment d'efforts pour nous reconnaître en tant que membres de la même espèce humaine, dans chaque pays, sur chaque continent et sur toute notre chère planète Terre, en tant que frères et sœurs ayant un grand intérêt à travailler ensemble en collaboration, en recherchant ce qui nous unit pour le cultiver et l'enrichir, nous pouvons avoir tous les avantages, cela ne va pas nous servir à grand-chose.

En plus il est de notre grand intérêt de rechercher en toute chose, la qualité, le progrès, le travail bien fait, le but principal à atteindre, la vérification que ce but est effectivement atteint ou est vraiment sur le point d'être atteint. Toute initiative qui n'a pas été couronnée de succès, ou dont on n'a tiré aucune leçon utile, n'a servi à rien et les investissements qui y ont été consacrés sont perdus.

On peut constater qu'il y a aujourd'hui des écoles un peu partout au Togo, comme dans de nombreux autres pays. Ici comme ailleurs, on se contente souvent de créer ces établissements sans se soucier de comment ils fonctionnent et surtout sans se soucier de vérifier si l'objectif principal visé, la bonne formation des jeunes, est atteint. Beaucoup de problèmes bien connus mais dont on se soucie très peu, minent l'éducation à différents niveaux dans beaucoup de pays à travers le monde. On peut citer chez nous entre autres, dans les établissements publics primaires et secondaires :

- a. Des effectifs pléthoriques, approchant ou dépassant 100 élèves par classe,

- b. Des insuffisances de classes et de tables-bancs,
- c. Des enseignants en nombres insuffisants,
- d. Des enseignants mal formés ou pas formés du tout pour le métier,
- e. Le travail des enseignants non contrôlé, chacun faisant ce qu'il veut, comme il veut, quand il veut, sans se soucier de l'avenir des jeunes qu'il est supposé former,
- f. Des établissements souvent non clôturés et pouvant être envahis par des gens mal intentionnés et rendant difficile le contrôle des élèves,
- g. Le relâchement total de la discipline qui est pourtant incontournable dans la bonne gestion des groupes en tout temps et en tout lieu,
- h. La charge trop lourde des parents d'élèves qui sont souvent sollicités pour suppléer un peu à la carence de l'État dans la gestion de ces établissements publics. Il y a par exemple des établissements secondaires qui souvent n'ont ni secrétaires, ni gardiens recrutés et payés par l'État, ni clôture, alors qu'il s'agit là de choses fondamentales.

Quand en plus de tout cela des enseignants font très mal leurs travaux, comment pouvons-nous avoir des jeunes bien formés qui feront une bonne relève demain dans la gestion de l'administration et de la vie en général ?

En effet, certains enseignants donnent leurs cours à des élèves chargés de les recopier au tableau alors que eux-mêmes sont en train de faire d'autres choses. Non seulement ces enseignants n'expliquent pas le cours qu'ils font de cette manière, mais encore les élèves ne peuvent même pas leur poser des questions. D'autres enseignants refusent carrément de répondre aux questions des élèves.

Tout ceci est possible parce que l'État ne fait aucun effort dans le contrôle des activités de ses fonctionnaires. Il suffit d'être engagé pour avoir son salaire à la fin du mois. Le travail qu'on doit faire pour mériter ce salaire ne compte pas, puisque personne ne contrôle pour savoir qui fait son travail et qui ne le fait pas, avant même de penser à la qualité du travail que chacun fournit. Ce contrôle est la clé de la réussite partout, car l'être humain a tendance à être paresseux, négligeant, indiscipliné lorsqu'il est totalement libre de faire ce qu'il veut. Lorsqu'on veut la réussite et le progrès, on doit vérifier que chacun fait effectivement sa part de travail et le fait bien, que ce soit, au lieu de travail, à l'école, à la maison ou dans toute autre activité sociale.

Pour revenir à la bonne éducation à donner aux jeunes, citoyens et responsables de demain, les programmes d'enseignements doivent être conçus de façon à faire connaître à ces jeunes la nature de toutes les choses et les diverses relations entre ces choses et l'outil principal qui permet d'accéder à ces connaissances utiles c'est **la Science** applicable dans toutes les matières et pas seulement dans les matières dites scientifiques. Dans son sens général la Science est une façon de travailler qui est basée sur la connaissance des lois ou des règles et leurs applications pour atteindre les mêmes objectifs précis chaque fois qu'on les applique correctement. En appliquant la Science de la bonne manière on peut reproduire indéfiniment les mêmes résultats dans les mêmes conditions d'application. Des gens appliquent la Science dans leurs activités et dans leurs vies sans même avoir été à l'école. Quand par exemple une langue a des règles claires que des gens appliquent ils se comprennent plus facilement qu'avec ceux qui n'appliquent pas les règles ou ceux qui ignorent carrément ces règles. D'autre part, dans la

pratique de l'animisme ou de la magie réelle, les rituels pour communiquer avec les forces de la Nature sont basés sur l'application de règles précises que l'initié doit connaître et utiliser correctement.

L'avantage de l'école c'est qu'elle a formalisé la Science dans ses méthodes de transmettre et de gérer les connaissances et qu'elle constitue un bon outil d'éducation des masses. Et les bonnes écoles ce sont celles-là qui contrôlent l'application rigoureuse de la Science dans tous leurs enseignements aussi bien chez les enseignants que chez les apprenants.

En plus de l'utilisation de la Science dans toutes les matières, il faut aussi savoir ce qu'on doit enseigner aux jeunes pour qu'ils soient capables de prendre leurs vies en charge, en s'adaptant régulièrement aux changements perpétuels de l'environnement. Pour cela on doit veiller à ce qu'ils maîtrisent d'abord leurs langues maternelles respectives, puis leur(s) langue(s) nationale(s) et officielle(s) et en plus une ou deux langues internationales dont forcément l'Anglais qui est aujourd'hui la langue la plus utilisée à travers les pays, dans le monde. La maîtrise de la langue est la clé de toute réussite parce que la langue est le principal moyen de communication pour enseigner toute autre chose.

Au Togo, jusque dans les années 1960 des gens parlaient bien le Français à la fin de leurs études primaires et très bien le Français avec le niveau BEPC. Aujourd'hui des bacheliers et même des diplômés supérieurs d'université ne savent pas faire des phrases correctes en français. Quand vous leur parlez Français vous croyez qu'ils comprennent mais à la vérification vous vous rendez compte que le message n'est pas du tout passé. C'est le résultat de la défaillance de l'éducation. On veut rendre l'éducation facile aux apprenants en devenant trop

tolérant par rapport à la discipline, par rapport au respect des règles à connaître et à appliquer, en cultivant ainsi la paresse, et il n'est pas alors étonnant que des gens obtiennent des diplômes qui n'en sont pas en réalité parce que ces gens n'ont pas fait l'effort qu'ils devraient faire pour avoir ces diplômes et se comporter conformément aux connaissances réelles qu'ils devraient acquérir.

Après la maîtrise des langues qui permet d'écouter, de lire, d'analyser, de bien comprendre ce qui est dit oralement ou par écrit et de tirer des informations utiles de ce qui est entendu ou lu, ou de réagir correctement par rapport à l'information reçue, le jeune doit être initié dans la connaissance de la nature des choses en général pour pouvoir travailler efficacement sur ces choses ou avec ces choses. La Nature étant complexe par nature, une seule matière d'enseignement ne suffit pas pour en avoir une idée assez satisfaisante. Donc tout le monde doit faire des efforts pour connaître l'essentiel dans chaque matière enseignée et surtout en mathématiques qu'on trouve souvent trop difficiles à apprendre et qu'on pense que c'est la seule affaire de quelques génies. Les mathématiques forment notre logique et notre façon de penser et se retrouvent partout dans notre vie, car on doit compter, mesurer, évaluer, prédire, etc., des tas de choses, presque quotidiennement, et donc, qu'on le veuille ou non, on doit utiliser les mathématiques. Autant alors mieux les connaître pour mieux les utiliser puisqu'on en a forcément besoin. Qui peut vivre sans mesurer et sans compter ? Et si on est obligé de compter et de mesurer on doit forcément calculer de temps à autre, non ? Alors ne disons plus que les mathématiques c'est trop difficile. Si nous prenons conscience que c'est utile et si nous voulons apprendre, nous allons trouver le bon maître qui aime vraiment

les mathématiques et aime les transmettre de façon que d'autres puissent les apprendre.

La grande difficulté avec les mathématiques c'est qu'il y a beaucoup de lois ou de règles (les théorèmes, les axiomes, les principes, etc.) à retenir et à utiliser. Or, souvent les êtres humains n'aiment pas apprendre et utiliser les lois et les règles. Quand on aime les lois et les règles, étudier les mathématiques devient un jeu "facile", avec beaucoup de lois/règles à retenir et à appliquer convenablement.

Ce qu'on doit enseigner surtout aux jeunes, c'est l'esprit des mathématiques, le fait que tout est régi par des lois/règles et que si l'on veut correctement agir sur quelque chose pour atteindre un objectif quelconque, on doit faire l'effort de connaître les lois/règles qui régissent cette chose et alors découvrir comment on peut appliquer ou modifier ces lois/règles de façon appropriée pour atteindre l'objectif visé. Les mathématiques nous permettent de connaître les règles/lois qui régissent différents domaines et nous permettent aussi de prédire les résultats des expériences conçues à partir des lois connues ou proposées. Elles nous permettent aussi par exemple de codifier nos langues afin qu'elles soient plus faciles à apprendre et à transmettre. Les mathématiques utilisent des symboles pour représenter des choses qui deviennent alors plus faciles à manipuler mentalement. Les mathématiques sont applicables dans tous les domaines de la connaissance mais surtout en sciences physiques, chimiques et biologiques qui nous donnent des informations utiles sur nous-mêmes et sur notre environnement, informations logiques et compréhensibles que nous ne pouvons avoir que difficilement par d'autres moyens.

Ce qu'on doit le plus enseigner aux jeunes pour le bien de l'humanité, ce ne sont pas seulement les connaissances acquises qui changent continuellement avec le progrès des techniques, c'est surtout aussi leur apprendre la manière même d'acquérir ces connaissances sur n'importe quel objet concret ou virtuel, c'est leur apprendre à interroger la Nature pour qu'elle leur livre les secrets qu'elle a caché jusqu'ici, c'est la curiosité d'apprendre, de chercher à comprendre, c'est la capacité de prêter attention, d'analyser pour comprendre et pour réagir éventuellement dans la bonne direction, dans le bon sens les objectifs fixés.

Il y a aujourd'hui diverses sources de connaissances, et si l'individu ne sait pas faire, il va se noyer dans des informations contradictoires ou dans de fausses informations et il ne saura pas choisir facilement ce dont il a besoin pour vite avancer dans la voie qu'il a choisie. C'est pourquoi il est essentiel de bien maîtriser des langues et d'être capable d'analyser et de comprendre l'essentiel de toute information, avant d'entrer dans la classe des adultes, entre 18 et 21 ans. C'est à ces conditions qu'on devient capable de faire des recherches personnelles sur n'importe quel sujet d'intérêt, les analyser et les comprendre, pour bien choisir les informations utiles dont on a besoin pour atteindre un objectif précis.

Les sages d'hier avaient bien compris que dans la connaissance de la Nature il y a les sciences physiques et les sciences métaphysiques et qu'il fallait d'abord maîtriser les sciences physiques avant d'envisager des études au-delà de la physique, la métaphysique. Et on faisait bien de n'enseigner la philosophie (qui englobe toute la connaissance humaine

(sciences physiques et métaphysiques) qu'en classe de terminale, c'est-à-dire seulement à ceux qui ont suffisamment maîtrisé les langues et les sciences et qui sont capables d'analyser et de comprendre par eux-mêmes des informations et leurs utilités et donc de faire la part des choses, etc.

Aujourd'hui, au Togo comme sûrement ailleurs en Afrique sub-saharienne, les élèves de la classe de Terminale n'ont le bon niveau ni en français, ni en Sciences, pour pouvoir apprendre la philosophie. D'un autre côté, la religion a envahi tellement la vie quotidienne que des enfants sont soumis très tôt à des dogmes religieux qu'on leur a inculqués comme étant des Vérités fondamentales. Il devient difficile à ces enfants de comprendre les Sciences qui enseignent dès fois des choses qui sont en contradiction avec les dogmes religieux auxquels ils croyaient déjà. Pareils enfants peuvent-ils vraiment bien se former pour bien prendre leurs propres vies en charge ? Vu le faible niveau général des élèves aujourd'hui on ne devrait même pas leur enseigner la philosophie en classe de terminale. Leur enseigner plus tôt la religion qui est hautement philosophique, c'est encore plus grave.

8.10 ON NE DEVRAIT PAS ENSEIGNER LES RELIGIONS AUX ENFANTS

Même si je suis le seul à le reconnaître, je dis haut et fort ici que c'est une très grave erreur d'enseigner la religion aux enfants ou d'entraîner dans des pratiques religieuses, des jeunes qui n'ont pas l'âge d'étudier et de comprendre la philosophie.

Aujourd'hui on ignore que la religion est une philosophie qui devrait être réservée aux adultes qui savent ce qu'ils veulent et qui sont capables de savoir le risque qu'ils prennent en suivant telle ou telle religion. Cette ignorance grave fait qu'on implique des enfants souvent dès leurs naissances, dans des religions qu'ils subissent sans en comprendre grand-chose parce que leurs esprits ne sont pas encore bien formés pour cela et on s'étonne du fanatisme religieux de plus en plus violent avec les conséquences que nous connaissons tous. Dans ma carrière d'enseignant universitaire, j'ai rencontré des étudiants qui refusaient de reconnaître certaines informations biologiques que je leur donnais, tout simplement parce que c'est incompatible avec leurs croyances religieuses qui pour eux ont plus d'importance. Par exemple, l'idée selon laquelle sans la cellule il n'y aurait aucun être vivant sur cette terre, est inacceptable pour ces étudiants religieux, parce que pour eux, c'est Dieu-la Source qui a créé les êtres vivants et non la cellule. Une fois que les jeunes sont endoctrinés très tôt il est difficile de leur enseigner ce que leurs religions ne reconnaissent pas comme faits établis.

Toute la formation scolaire solide de base doit veiller à l'utilisation de la Science pour la maîtrise des langues et la connaissance profonde de la nature des choses (tous les êtres dits vivants compris). Vu le niveau actuel des jeunes, c'est peut-être après la licence, à l'université qu'on devrait enseigner la philosophie et donc les religions. Là encore, on devrait s'assurer qu'ils ont pu corriger leurs lacunes en français et en sciences. Car, sans connaissances de la Nature, la philosophie d'un individu n'a aucune fondation qui la soutient.

Si des adultes n'ont pas fait suffisamment d'effort pour être capables d'analyser et de comprendre des informations à leur disposition et se lancent dans des religions sans précaution, ils le font à leurs propres risques et ils ne pourront s'en prendre qu'à eux-mêmes s'ils deviennent des victimes malheureuses de certaines pratiques religieuses. Mais les parents qui pensent faire du bien à leurs enfants en les impliquant dans leurs propres pratiques religieuses ne leur font pas du tout du bien.

Ainsi les bons programmes d'enseignements devraient se concentrer sur l'apprentissage des langues et la connaissance de la Nature et exclure tout enseignement et toute pratique religieuse avant l'âge de la majorité où l'individu est capable d'analyser toute information et en comprendre l'essentiel pour éviter qu'on lui impose des informations qui peuvent nuire à son développement.

Avec de bons programmes orientés vers la formation de l'esprit critique de l'individu il faudrait aussi avoir de bons enseignants bien formés qui savent transmettre leurs connaissances tout en éveillant chez les apprenants la curiosité, l'esprit critique, la joie d'apprendre et de tester les connaissances, etc. Ces enseignants doivent être bien payés

afin qu'ils se consacrent pleinement à leurs travaux sans soucis d'argent. Ils doivent aussi savoir évaluer les apprenants en cherchant à travers les devoirs à vérifier si ces apprenants ont bien compris les cours et s'ils savent appliquer ces cours pour résoudre des problèmes concrets et non pas seulement imaginaires. À travers ces applications pratiques on lie l'école à la vie et on montre en même temps comment aller à l'école peut permettre de vivre mieux, puisqu'on devient capable de résoudre des problèmes réels que ceux qui n'ont pas été à l'école ne peuvent pas résoudre aussi efficacement.

Mais alors il faudrait qu'on ait la chance de tomber sur de bons enseignants qui aiment bien et connaissent bien leur métier et surtout qui veulent faciliter l'apprentissage chez les apprenants sans leur imposer des limites décourageantes. Il y a malheureusement des enseignants qui à travers les sujets de devoirs et d'examens qu'ils proposent cherchent à prouver que la matière que eux ils enseignent est difficile et que seules les élèves forts peuvent y réussir. Il y en a même qui limitent la plus grande note qu'on peut avoir chez eux, par exemple 15/20, dès fois 13/20, toujours pour dire que leur matière est difficile. Ceux-là ne sont pas de bons enseignants et ne méritent pas qu'on leur confie des jeunes à former.

Un bon sujet de devoir ou d'examen doit comporter de petites questions de vérification des connaissances et d'applications pratiques, avec un barème clair. Même en français, au lieu de donner un sujet de rédaction à faire avec une note subjective dépendant du correcteur, on doit chercher à vérifier si l'apprenant maîtrise bien la langue, sait analyser un petit texte, sait écrire une petite histoire, etc., au cours du même devoir et ainsi mieux évaluer chez le même apprenant sa connaissance générale de la langue et ses capacités à l'utiliser de diverses manières, et non pas juste sa capacité soit à rédiger, soit à

commenter un texte, soit à analyser un texte qu'on demande souvent dans les examens nationaux, à l'aide des sujets au choix. Poser de petites questions a le grand avantage de couvrir une grande partie du programme, d'être plus juste dans les notations et de permettre à l'apprenant d'avoir la totalité des points (10/10, 20/20, 100/100, etc. s'il montre qu'il en est capable. Cela peut se faire dans toutes les matières, y compris les matières littéraires, si on y pense et si on se prépare pour le faire.

Si toutes les bonnes conditions sont réunies pour bien former les jeunes, citoyens et relève de demain, ces jeunes doivent se sentir concernés et s'impliquer entièrement dans cette formation qui est organisée à leur intention. Si les jeunes ne voient pas l'importance de l'école, s'ils vont à l'école malgré eux, s'ils ne s'intéressent pas aux cours conçus pour eux et ne font pas leurs parts de travail, l'école ne leur apportera pas grand-chose.

C'est l'occasion de dire ici que la notion de genre (fille/garçon) que les occidentaux évoquent aujourd'hui comme important est un faux problème. Ils parlent tellement du droit de la jeune fille que si on ne fait pas attention, bientôt on sera obligé de renverser les choses et parler du droit du garçon. L'école ne se fait pas avec le sexe. On peut faire des efforts pour que tous les enfants aillent à l'école mais ne resteront à l'école pour poursuivre leurs études que ceux qui aiment étudier, garçons comme filles.

Beaucoup d'élèves filles aujourd'hui, ne pensent qu'à séduire leurs camarades garçons et leurs enseignants hommes, et fréquenter, ce n'est souvent pas leur vrai problème. Aimer étudier et donc apprendre c'est personnel, c'est quelque chose que personne ne peut faire à la place d'un autre. Par ailleurs,

si des parents défavorisent la scolarisation des filles par rapport aux garçons c'est une erreur à corriger mais ce n'est souvent pas sans raison. Vu que bien de fois les filles ne prennent pas leurs études au sérieux et préfèrent la belle vie immédiate qui conduit à des enceintes indésirables causant l'abandon des études, cela n'encourage pas des parents à investir dans la scolarisation à haut risque de leurs filles. Beaucoup de jeunes filles d'aujourd'hui aiment plus l'argent immédiat, sans effort, que les études qui ne garantissent pas la richesse. Ainsi le problème genre est un faux problème. Le vrai problème c'est le changement de mentalité, surtout au niveau de la jeune fille qui doit cultiver la réussite à long terme par ses efforts personnels au lieu de s'attacher à l'argent immédiat qui sort de la poche d'un homme.

Quand un élève, fille ou garçon, décide de rester à l'école, on doit à tout prix éviter de le soumettre à des endoctrinements religieux qui risquent de le limiter gravement dans ses capacités à analyser et comprendre les choses par lui-même.

Vouloir aller à l'école et rester longtemps à l'école en faisant des progrès suppose qu'on connaît bien l'importance de l'école.



8.11 LA GRANDE IMPORTANCE DE L'ÉCOLE

Aujourd'hui l'école est sérieusement dévaluée pour diverses raisons et en particulier parce que nous avons laissé l'argent nous contrôler à un point tel que beaucoup parmi nous pensent sérieusement que si tu n'as pas d'argent tu n'es rien du tout. Et comme il est facile de voir que des gens qui ont peu fréquenté ou qui n'ont pas du tout fréquenté ont beaucoup d'argent alors que les plus hauts diplômés de l'université en ont très peu, on se demande sérieusement aujourd'hui à quoi cela sert d'aller à l'école. Ce sont nos croyances populaires qui nous font croire que la chose la plus importante aujourd'hui c'est l'argent et aussi croire que l'école ne sert pas à grand-chose. Chez nos ancêtres, le plus important c'était le travail qui était le plus important parce que c'est lui qui fournit nourriture et abri. Aujourd'hui on néglige le travail au profit de l'argent, de l'argent facile, mais on a tort. Ce sont nos ancêtres qui avaient raison car c'est le travail qui est la base de toutes les richesses et le travail bien fait nécessite des connaissances théoriques et pratiques et c'est l'éducation en général (familiale, sociale, culturelle, scolaire, professionnelle, etc.) qui nous donne ces connaissances non seulement utiles mais aussi vitales. Tout le monde doit prendre conscience de cela et donner toute la place qu'elle mérite à l'école. Si les parents ont bien compris l'importance de l'école, ils vont encourager et soutenir leurs enfants dans leurs études. Si les gouvernants sont vraiment conscients de l'importance de l'école dans l'amélioration de la qualité de la vie des citoyens, ils vont encourager les investissements humains matériels et financiers dans le secteur éducatif en donnant eux-mêmes le bon exemple. Alors, les jeunes, en voyant eux-mêmes les efforts mis pour les encadrer, n'hésiteront pas à prendre leurs études au sérieux et à s'y

impliquer pleinement pour le plus grand bien de toute la société.

On apprendra alors à ces jeunes, d'abord ce que c'est que l'école, à quoi elle sert, comment y aller et surtout ce qu'ils ont à faire eux-mêmes pour en tirer le meilleur profit pour eux-mêmes et pour la société en général. On leur dira en particulier ceci :

Aller à l'école c'est vouloir apprendre quelque chose qui nous permettra de vivre mieux demain.

Aller à l'école c'est reconnaître qu'il y a quelqu'un qui sait quelque chose que nous ne savons pas encore et qui peut nous l'apprendre, ou qui va nous guider à découvrir ce qu'on ignorait de nous-même et de notre environnement.

Aller à l'école c'est être disposé à écouter notre guide ou celui qui a quelque chose à nous apprendre, à voir ce qu'il veut nous montrer, à faire des efforts pour comprendre ce qu'il veut nous expliquer et être disposé à mettre en pratique ce qu'on aura appris, afin d'en faire une connaissance utile qui fera désormais partie de nos expériences de vie.

Aller à l'école c'est effectivement rencontrer notre guide ou celui qui a quelque chose à nous enseigner, écouter ce qu'il nous dit, voir ce qu'il nous montre, prendre des notes par écrit lorsqu'il y a lieu, lui poser des questions pour mieux comprendre ses directives ou son enseignement, faire ce qu'il nous demande de faire en guise d'application des nouvelles connaissances acquises, être fier quand il nous félicite pour nos bonnes performances mais aussi accepter qu'il nous montre nos erreurs à corriger, lorsque nous ne nous sommes pas bien appliqués.

Aller à l'école, c'est aussi quitter le lieu d'apprentissage, retourner à la maison, puis prendre un temps pour revoir ce qu'on vient d'apprendre, d'abord de mémoire puis en relisant les notes éventuelles qui avaient été prises, refaire les exercices pour être sûr qu'on les a bien compris et qu'on sait les faire tout seul, se poser des questions sur ce qu'on aimerait apprendre de plus ou sur ce que l'enseignant va nous enseigner prochainement selon le programme qu'il a dû nous donner, puis retourner, le moment venu, au lieu de l'apprentissage, à l'heure, ayant en tête ce qu'on a déjà appris, de même que les questions éventuelles à poser, et aussi ce qu'on désire apprendre.

Aller à l'école c'est prendre un réel plaisir à faire tout cela continuellement jusqu'à acquérir suffisamment de connaissances pour concevoir un travail utile, sur la base des connaissances accumulées, et l'offrir à la société qui va nous payer en conséquence.

Aller à l'école c'est apprendre avec courage et persévérance jusqu'à devenir notre propre maître pour nous enseigner à nous-mêmes les choses les plus utiles de la vie.

Oui le vrai but de la bonne école c'est faire de l'apprenant un maître pour lui-même d'abord puis pour les autres qui manifestent le désir d'apprendre chez lui. Quand on a appris réellement des choses utiles on a envie de les partager avec d'autres et on n'hésite pas à le faire.

Ce qui vient d'être dit de l'école s'adresse évidemment à ceux qui ont l'âge de raison pour pouvoir comprendre le sens de ce qu'ils veulent ou ne veulent pas faire. Les tous petits enfants n'ont pas le choix, ce sont les parents qui les mettent à l'école, dès fois quand ils sont trop petits et c'est dommage, mais

souvent au bon moment, et ce sont ces parents et les enseignants qui les poussent à réussir, au moins jusqu'à la fin des études primaires. Après cela, il y en a qui se rebellent et refusent de continuer à aller à l'école pour diverses raisons. C'est à partir de ce moment que ce qui vient d'être dit prend tout son sens, et même pour ceux qui ont déjà abandonné l'école depuis longtemps. A tout moment on peut apprendre tout ce qu'on désire apprendre et c'est toujours le même principe. Lorsqu'il y a apprentissage, il y a maître et élève, maître et apprenti, enseignant et apprenant, apprenant et facilitateur, initié et initiateur, etc.

Si nous sommes vraiment intéressés par la qualité de la vie, il n'y a pas mieux que l'école ou tout simplement l'apprentissage pour nous amener du niveau (satisfaisant ou insatisfaisant) où nous sommes vers le niveau de rêve que nous souhaitons dans l'avenir. Il est peut-être vrai que les bons maîtres sont rares de nos jours, mais mon expérience personnelle me montre qu'on a souvent les maîtres qu'on mérite à chaque étape. Lorsqu'on veut vraiment apprendre on trouvera toujours un maître qui va nous faire avancer d'un pas. Lorsqu'on se rend compte que le maître qu'on a actuellement ne nous permet pas de faire le progrès qu'on désire, il faut changer d'école, il faut changer de maître. Et quand vous avancez, vous allez vous rendre compte qu'un maître peut être, non pas forcément un être humain en chair et en os, mais parfois une pensée qui vient de nulle part ou un document écrit ou oral qui vous tombe dessus au bon moment, quand vous vous posez une question, quand vous voulez faire quelque chose de nouveau. Et vous pouvez lire tout un livre pour n'en tirer qu'une petite idée qui vous fait avancer d'un pas. La leçon à retenir est que rarement une seule source peut vous donner tout ce dont vous avez réellement besoin pour avancer.

Ainsi une bonne pratique est d'aller de source en source, prendre le meilleur et laisser le reste qui ne vous sert pas sur le moment. Rester chez le même "maître" pendant de longues années, sans progresser c'est la plus belle manière de perdre son temps.

Mais bien apprendre pour améliorer sa vie, et éventuellement atteindre l'âge de la retraite, ce n'est pas toujours forcément la fuite en avant à la recherche du meilleur nouveau maître. La révision périodique de nos connaissances, de nos expériences ou de nos activités en général, peut nous permettre de renforcer nos connaissances ou d'apprendre de nouvelles choses qui nous avaient échappé. Et cela même peut nous ouvrir de nouveaux horizons, ou nous donner de nouvelles perspectives. Et cela veut dire qu'on est sorti de l'école formelle pour entrer dans l'auto-formation qui est l'école qui nous donne plus de chance de bien contrôler notre vie et d'avancer prudemment vers la retraite. Si l'on quitte l'école ou l'apprentissage formel et on arrête d'apprendre, cela veut souvent dire qu'on vit au ralenti ou au hasard et là, les chances d'arriver à une retraite bien préparée et enviable deviennent plus faibles. Toute bonne chose se prépare bien et dans la préparation de ce qu'on fera demain, comme la future vie de retraité, il y a forcément des choses à apprendre, d'où l'apprentissage doit forcément continuer pour quiconque veut atteindre, en personne avertie, l'âge de la retraite et en jouir pleinement.

Malgré tout ce qui a été dit jusqu'ici, est-ce que nous mesurons vraiment l'importance de l'éducation dans notre vie ? Sans une éducation continue de bonne qualité jusqu'à un certain niveau il n'est pas possible de se connaître soi-même et de bien connaître son environnement pour pouvoir faire un bon

jugement et des choix pertinents au bon moment et au bon endroit.

Par exemple, certains, sans connaissances approfondies de la nature des choses, pensent que l'être humain est fondamentalement différent des autres êtres vivants. Pourquoi tenons-nous à faire une telle différence ? Y a-t-il une bonne raison de croire que cette différence existe vraiment ? Et quand bien même une telle différence existait, à quoi cela sert-il de l'afficher ?

Ceux qui n'ont pas de connaissances précises sur la nature même des êtres vivants, ceux qui n'ont que des connaissances propagées par les religions révélées pour expliquer la réalité et tous ceux qui ne s'intéressent pas aux découvertes biologiques, pensent, à tort, que l'être humain est fondamentalement différent des autres êtres vivants parce que selon certains l'humain est doué de raison ou même d'intelligence qui manqueraient chez les autres espèces animales et selon d'autres, Dieu-la Source a créé l'être humain à son image et lui a donné l'intelligence et le pouvoir de régner sur les autres espèces. Or l'observation des êtres humains montre clairement qu'ils ont peur d'autres espèces et n'ont donc aucun contrôle sur ces espèces. Pourquoi auriez-vous si peur du serpent par exemple si vous le contrôliez vraiment ?

Beaucoup de gens ignorent la nature et le rôle de la cellule biologique dans la constitution et le fonctionnement de tous les êtres vivants. Ils ignorent ainsi que tous les êtres vivants sont soit des cellules menant une vie individuelle à part entière, soit une société plus ou moins grande et plus ou moins organisée de cellules douées d'intelligence et de raison. Notre structure et notre fonctionnement ont une base cellulaire. Sans les cellules nous ne pouvons même pas exister avant de parler de

notre "fameuse" raison ou intelligence qui sont forcément d'origine cellulaire. Étant des êtres cellulaires au même titre que les autres espèces animales (autres mammifères, oiseaux, poissons, insectes, crustacés, etc.), au même titre que les plantes et au même titre que les micro-organismes (champignons microscopiques, protistes, bactéries, algues bleu-vert, mycoplasmes), pour quelles bonnes raisons serions-nous totalement différents des autres êtres vivants et les seuls doués de raison ou d'intelligence ? Ce qui est le plus important c'est la capacité d'adaptation aux conditions et la longévité. Si c'est l'intelligence qui permet de mieux s'adapter à son environnement et de vivre plus longtemps, alors les êtres les plus intelligents sur cette Terre ce sont les grands arbres (des baobabs, des séquoias, etc.) capables de vivre des centaines ou même des milliers d'années.

Les connaissances scientifiques, les religions traditionnelles comme l'animisme et les religions orientales, et même des observations de la Nature, montrent clairement que les êtres humains sont des éléments de la Nature comme les autres espèces vivantes et comme les minéraux. Ce sont les religions révélées, récemment fabriquées du moyen orient, qui font croire sans aucune preuve que l'Homme est fait à l'image d'un dieu fictif et donc différent des autres êtres vivants sur lesquels l'Homme aurait une suprématie supposée. On ignore peut-être qu'il n'y a pas si longtemps l'homme vivait à l'état sauvage, parfois dans des grottes et se battait corps à corps avec d'autres animaux pour sa nourriture et sa survie. C'est grâce peut-être à la maîtrise du feu et à la construction pluri-générationnelle d'abris solides suivie des pratiques de l'agriculture et de l'élevage qu'il a pu se protéger contre des adversaires mieux armés de cornes, de griffes, d'écaillés, de crocs ou de venins mortels, etc., que lui. Notre frappante ressemblance aux autres

mammifères ayant les mêmes organes que nous et surtout aux autres primates (singes, gorilles, babouins, chimpanzés, etc.) capables d'utiliser leurs bras et des outils supplémentaires pour la chasse ou la cueillette, devrait nous ramener sur terre où se trouve notre vraie place au lieu de naviguer dans l'imaginaire à la recherche d'un dieu mal défini trop humain pour être réel et auquel on ose demander à tout le monde de croire.

Une meilleure connaissance de la Nature en général, et de l'origine primaire des choses, nous permettrait de devenir plus humbles et de prendre notre vraie place sur cette Terre où la diversité est une richesse à respecter et à conserver en l'améliorant continuellement.



8.12 De notre conception et de notre utilisation de Dieu-la Source

L'idée de Dieu-la Source Ultime, ou l'Origine des choses, vient forcément lorsque nous cherchons à savoir qui nous sommes réellement et d'où nous venons. Mais alors il faudrait en avoir une définition assez claire.

Dieu-la Source, simplement défini, c'est ce qui a toujours existé et ce qui existera toujours et par qui tout le reste a pris naissance, **par transformation de sa substance-même**, progressivement jusqu'à nous aujourd'hui et sûrement jusqu'à d'autres espèces dans l'avenir. Le lien absolu entre la matière et l'énergie symbolisé par la formule $E = mc^2$ d'Albert Einstein, montre qu'il ne peut pas avoir création du monde matériel à partir de rien, comme l'enseignent certaines religions. La création ne peut se faire que par, transformation de ce qui existait sous une forme, en ce qui se crée sous une nouvelle forme.

Tout ce qui existe aujourd'hui vient forcément de ce qui existait avant, par transformation. L'exemple le plus simple c'est que, vous qui lisez ce livre, vous êtes là aujourd'hui tout simplement parce que quelque chose venant de vos parents (en fait le zygote provenant de la fusion de deux cellules complémentaires et invisibles à l'œil nu, l'ovule et le spermatozoïde) s'est progressivement transformé en l'individu que vous êtes. Personne ne peut savoir comment est Dieu-la Source. Mais on peut s'entendre sur l'idée qu'il s'agit d'une Substance Fondamentale Intelligente, capable de s'auto transformer en d'autres substances et pouvant prendre diverses formes, renfermant chacune l'intelligence interne et la capacité

de transformation ou de création. Une de ces formes peut-être l'Énergie que la Science reconnaît comme étant éternelle et indestructible. Cette Énergie serait-elle la substance la plus fondamentale de la Nature-Dieu-la Source Infinie ? Est bien sorcier quiconque pourrait l'affirmer. Mais la question la plus importante c'est : quelle est notre relation avec Dieu-la Source Infinie ?

Avec les connaissances scientifiques accumulées, on peut aussi admettre qu'à un moment donné, très très loin de nous, la Substance Fondamentale (du moins l'Énergie éternelle et indestructible) de Dieu-la Source se serait transformée progressivement en partie et en partie seulement, pour devenir de la matière très fine (l'ensemble des particules élémentaires) qui s'est progressivement condensée en une matière de plus en plus grossière et solide, jusqu'à l'apparition des atomes, des molécules et des cellules vivantes (il y a peut-être 3 à 4 milliards d'années) qui constituent tous les êtres vivants dont vous et moi. Ainsi Tout l'Univers visible et invisible, matériel et immatériel, ne serait que Dieu-la Source dans Dieu-la Source.

L'origine première des choses nous hante toujours, mais elle reste et restera un très grand Mystère. L'idée du Big Bang qui serait à l'origine de notre très vaste univers physique semble séduisante mais est-elle crédible ? Comment en effet comprendre et admettre que toute l'énergie de ce gigantesque univers, avant d'exploser, a pu se condenser en un point de dimension nulle ? Et ce point reposait sur quoi et était donc soutenu par quoi ? Qu'est-ce qui a provoqué la condensation de cette énergie et celle-ci était auparavant contenue dans quoi ? Des réponses ?

Il est plus simple d'admettre qu'il y a toujours eu quelque chose et à partir de cela tout le reste progressivement a pris naissance par transformation. S'il y a une origine, avant cette origine il y avait quoi ? L'Origine Première des Choses est un Grand Mystère et le restera pour toujours !

On dira alors de Dieu-la Source qu'il est à la fois éternel et universel et ainsi, illimité dans le temps et dans l'espace, d'une part parce qu'il n'a ni commencement ni fin et d'autre part parce que sa grandeur n'a aucune limite au-delà de laquelle il y aurait autre chose (sauf si on considère qu'il y a 2 Dieu-les Sources au lieu d'un seul, mais alors pourquoi seulement 2 ?). Par son éternité et sa grandeur infinie Dieu-la Source est loin de nous, très loin de nous. Mais, puisque c'est la substance même de Dieu-la Source qui est à la base de toute chose visible ou invisible, Dieu-la Source est en même temps très proche de nous, du moins en partie, et pour chaque chose en particulier, Dieu-la Source le plus proche c'est la chose elle-même. Savez-vous donc que Dieu-la Source le plus proche de vous c'est vous-même en personne ? Comme toute autre chose, vous êtes fait de la Substance Fondamentale Éternelle et Indestructible de Dieu-la Source. Donc vous êtes Dieu-la Source et rien d'autre. Si vous acceptez l'idée et si vous en prenez conscience vous devriez être capable de noter ce qui se passe en vous. Personnellement j'affirme que "Je suis un morceau ou un élément de Dieu-la Source, fait de la substance même de Dieu-la Source, donc je suis Dieu-la Source". "Je suis éternel, mais je ne peux pas être universel" car c'est Dieu-la Source-Nature-Réalité-Totale Illimité qui est universel. Quand j'affirme cela, j'en suis fier et je réalise, contrairement aux enseignements de certaines religions qui prétendent qu'il y a des efforts à faire pour devenir un enfant de Dieu, que même s'il le voulait de toute sa Grande

Puissance, Dieu-la Source ne pourrait jamais me mettre ni loin de lui, ni hors de lui. Par la force des choses, je suis un élément de Dieu-la Source dans Dieu-la Source et rien ne peut empêcher cela. Comme il s'agit d'une information cachée à la majorité, il faut s'informer et parfois étudier longtemps avant d'en prendre conscience, mais il n'y a absolument rien à faire pour devenir un enfant de Dieu-la Source.

Dieu-la Source c'est la Réalité Totale, Indivisible. C'est le Contenant Global Infini de toutes les choses, visibles ou invisibles, matérielles ou immatérielles, car Tout est forcément en Dieu-la Source et Rien en dehors de Dieu-la Source. Mais Dieu-la Source c'est aussi Tout le Contenu, y compris vous et moi et Tout ce Contenu est fait de la même substance émanant forcément de Dieu-la Source. C'est bien pour cela que nous sommes chacun un tout petit morceau de Dieu-la Source, donc un tout petit, tout petit Dieu-la Source, mais Dieu-la Source tout de même, et il en est de même pour toute autre chose, visible ou invisible, matérielle ou immatérielle.

On peut aussi dire sans se tromper, que Dieu-la Source c'est la plus grande force qui puisse exister, et en même temps l'ensemble de toutes les forces disponibles, si nous nous mettons d'accord que Dieu-la Source c'est le Tout indivisible et l'ensemble de toute la réalité imaginable et forcément sans limites. Si ceci est acceptable, alors nous devons utiliser les forces disponibles en fonction de nos besoins. Nos propres forces (forcément des forces de Dieu-la Source) d'abord et lorsque cela est nécessaire recourir à des forces extérieures de plus en plus puissantes (forcément des forces de Dieu-la Source aussi), toujours selon nos besoins. Par exemple des machines agricoles sont nécessaires pour les grandes productions mais la houe a encore sa place où elle est irremplaçable. Le couteau et le coupe-coupe servent à couper

mais chacun de ces outils a son domaine d'application qui lui est propre.

Toutes les forces personnelles associées à celles des divers outils qu'on peut trouver aujourd'hui sur cette terre ou qu'on peut inventer demain, tout ceci associé à toutes les forces des autres êtres humains qui peuvent nous apporter de l'aide quand nous en avons besoin, tout ceci associé encore à toutes les forces des autres êtres vivants et des autres éléments de la Nature, toutes ces forces sont déjà des forces de Dieu-la Source directement disponibles pour tous nos besoins si nous ne sommes pas trop gourmands. Reconnaître toutes ces forces de la Nature comme pouvant nous être utiles, nous amènerait à respecter tous ces êtres et tous ces éléments de la Nature au lieu de les mépriser et même de les détruire inutilement comme nous avons la mauvaise habitude de le faire.

Au lieu de prendre donc conscience de toutes ces forces utiles et de bien les gérer pour satisfaire tous nos besoins, bien souvent nous faisons la paresse, nous ne faisons pas suffisamment d'efforts nous-mêmes pour exploiter utilement toutes nos potentialités et les développer en même temps, et pour exploiter, en cas de vrai besoin, les potentialités disponibles dans notre environnement. Nous préférons quémander gratuitement les fruits des efforts des autres ou attendre que Dieu-la Source lui-même prennent chez d'autres pour nous donner ce dont nous avons besoin sans faire l'effort personnel nécessaire pour l'avoir. C'est ce que font généralement, avec notre complicité coupable, ceux ou celles qui se font appeler des hommes ou des dames de Dieu-la Source et ceux qui se contentent de juste professer les bribes qu'ils ont apprises de leurs religions et dont ils n'ont souvent pas compris grand-chose, et qui n'ont donc rien de concret à offrir à la société en récompense de ce qu'ils en reçoivent.

Recourir ainsi à Dieu-la Source, c'est d'abord vouloir résoudre de petits problèmes en utilisant de très gros moyens. C'est comme vouloir utiliser à tout prix une charrue pour labourer une parcelle de 10 m². C'est ensuite utiliser un outil qu'on ne connaît même pas et dont on ne connaît pas le mode réel de fonctionnement. Comment pouvons-nous être efficaces dans l'utilisation d'un tel outil ?

Comme nous ne savons pas exactement comment est Dieu-la Source dans sa globalité et comment il fonctionne, lorsque nous admettons tout de même que c'est la plus grande force qui puisse exister, nous ne pouvons pas penser à l'utiliser. Nous pouvons seulement recourir à cette force ultime qu'est Dieu-la Source, et seulement en dernier ressort, lorsque nous sommes totalement dépassés par les événements, après avoir fait en vain ce que nous pouvons humainement faire, et après avoir eu recours en vain à toutes les aides disponibles, ou lorsque aucune aide n'est disponible.

Dans ce cas, et dans ce cas seulement, après avoir fait la toute dernière chose faisable et dont nous ne sommes pas sûrs du résultat final, nous nous remettons à une force supérieure en espérant qu'elle va agir en notre faveur. Et là, souvent, des miracles peuvent se produire. Et quand le miracle espéré se produit, nous ne savons même pas quelle force a été mise en jeu. Non seulement nous ne connaissons pas Dieu-la Source malgré nos prétentions à ce sujet, mais encore nous ignorons l'existence de forces invisibles en nous et autour de nous et comment les utiliser efficacement. Or, diverses sources d'information montrent que diverses forces invisibles peuvent nous influencer lorsque nous appelons au secours. Ainsi, il est plus sage de se remettre à une force supérieure lorsque nous sommes réellement dépassés, et non pas forcément à Dieu-la

Source que nous devons laisser tranquille, faute de connaissance de sa nature et de son mode de fonctionnement.

Avec cette notion de Dieu-la Source nous nous rendons compte encore qu'il y a toujours beaucoup de choses à apprendre. La vie qui a un sens est une découverte permanente et c'est la formation continue, en fait l'auto formation continue, qui peut nous permettre de vivre suffisamment longtemps pour atteindre l'âge de la retraite, y entrer en étant bien préparé et en continuant à faire des activités qui soutiennent notre vie et nous donnent le plus grand plaisir.

De ce long chapitre''Comment un futur retraité se prépare-t-il en fait pour prendre sa retraite'' que pouvons-nous retenir ?

Se maintenir en Bonne Santé est le premier pas vers la Retraite, car sans la bonne santé qu'on maintient régulièrement, on ne peut pas faire aisément tout ce qu'il faut pour continuer à bien vivre jusqu'à l'âge de la retraite.

Mieux vaut toujours Prévenir que Guérir les maladies qui peuvent arriver à l'improviste et nous handicaper pour un moment et dès fois pour un long temps.

Le Pouvoir Politico-religieux peut nuire à votre Santé parce qu'il s'agit souvent d'une force qui cherche à vous contrôler et à vous utiliser égoïstement, surtout lorsque vous n'avez pas fait l'effort de cultiver votre esprit critique qui vous permet de faire de bons choix en adulte responsable qui sait vraiment ce qu'il veut et reconnaître ce qu'il cherche lorsqu'il a trouvé cela.

La nécessité de parler de ce qui a été dit jusqu'ici pour éveiller l'attention de tout le monde sur les risques que nous prenons

dans la vie sans penser aux conséquences que cela peut avoir sur la qualité et la durée de notre vie.

Comment se soigner efficacement lorsque malgré nos efforts pour prévenir les maladies, une a tout de même réussi à nous attraper. Ceci aussi se prépare. Connaître comment notre corps fonctionne et comment il réagit par rapport à ce que nous consommons, ce que nous faisons, ce que nous pensons et comment nous réagissons par rapport à ce que nous considérons comme des agressions venant de notre environnement. Ici encore notre sens critique devrait nous permettre de faire de bons choix de lieux de traitements, des soigneurs et/ou de produits efficaces de soins, tout en sachant que notre corps est capable de s'auto guérir lorsqu'on ne le surcharge pas trop et lorsqu'on le laisse se reposer suffisamment.

Votre comportement social peut nuire à votre santé dans la mesure où votre ignorance des lois sociales et votre négligence ou votre refus de les appliquer peut vous conduire à prendre des risques et à adopter des comportements en défaveur de votre santé et même de votre vie. La vie socialement acceptable rime avec le respect des lois et des supérieurs et surtout la discipline à différents niveaux.

Comment se comporter face aux phénomènes naturels tels que les pluies, les vents, les inondations, etc. et leurs conséquences sur notre vie. Si on ne prend pas conscience de ces phénomènes pour prendre des dispositions nous permettant d'éviter leurs conséquences néfastes pour nous, la qualité de notre vie et notre longévité peuvent en pâtir.

Avoir une bonne santé peut ne pas suffire pour réussir sa vie et arriver à l'âge de la retraite parce que justement notre propre

comportement social et des catastrophes naturels par exemple, peuvent mettre fin brusquement à notre vie, même lorsque nous sommes en bonne santé. En plus il faut consciemment vouloir une vie durable et travailler courageusement pour cette vie-là avant de la réaliser.

Se préparer à une bonne retraite est un effort continu, depuis l'enfance, justement parce que la vie est en fait un travail qu'on fait pour nous auto entretenir, grandir et éventuellement nous reproduire et quand on arrête de faire ce travail, la vie s'arrête aussi. Donc vivre c'est continuer à faire un certain nombre de choses qui soutiennent cette vie. Et comme vivre consiste essentiellement à faire des apprentissages successifs, continuer à vivre c'est en fait continuer à apprendre.

On ne devrait pas enseigner la religion aux enfants ni les soumettre à des pratiques religieuses avant l'âge adulte à laquelle ils sont supposés avoir la responsabilité et le sens critique qui leur permettent de choisir ce qu'ils veulent en analysant consciencieusement ce que la société a à leur proposer.

En effet, les religions révélées enseignent des dogmes qui créent de la confusion dans les têtes des enfants lorsqu'ils sont confrontés aux connaissances solides de la Nature reconnues depuis longtemps par l'Animisme Universel et soutenues aujourd'hui par la physique quantique à la lisière de la matière et de l'énergie.

La grande importance de l'école formelle et de l'école-vie dans l'évolution de l'être humain qui veut mener une vie de qualité supérieure et de longue durée doit remplir continuellement notre conscience afin que nous prenions ensemble des dispositions pour une bonne éducation de tous

les citoyens et pour que la formation continue soit un objectif de vie de tout citoyen.

De notre conception et de notre utilisation de Dieu-la Source peut dépendre notre capacité à reconnaître et utiliser judicieusement nos propres potentialités immenses souvent méconnues et toutes les immenses ressources de notre environnement avant de penser à recourir à la plus grande force inconnue que nous appelons généralement Dieu, si cela était vraiment nécessaire. Il y a des forces invisibles qui peuvent nous aider si nous savons les contacter et le besoin d'appeler à l'aide Dieu-la Source-La Nature Globale-Infinie Lui-Même semble une vraie folie.

Enfin, sans le désir d'apprendre et de continuer à améliorer continuellement ses connaissances, l'idée d'avoir une vie de bonne qualité qui va durer jusqu'à l'âge de la retraite et en jouir pleinement restera un rêve imaginaire.

Ainsi s'achève le livre vert du paysan togolais que tout le monde devrait lire avec appétit. Que dit-il d'essentiel et que peut-on en retenir ?





Un Navire! Une vraie prouesse humaine : si lourd et ça flotte sur l'eau !

9 Conclusion

Ce livre qui parle du retraité togolais s'adresse à tout le monde non seulement au Togo, mais aussi dans le monde entier, d'une part parce que les retraités constituent une classe sociale par laquelle tous ceux qui rêvent de vivre longtemps doivent nécessairement passer et en vivant on doit tout jeune penser déjà à ce que serait sa vie de retraité. D'autre part les expériences humaines sont localement spécifiques mais se ressemblent dans leurs grands principes. Ainsi les défis que le retraité togolais doit relever pour sa survie se retrouvent ailleurs dans le monde mais peuvent ne pas prendre les mêmes formes.

Mais alors que dit ce livre d'important à tout le monde ?

Après avoir défini ce que c'est qu'un retraité, listé les différentes catégories de retraités, souligné les droits et les devoirs du retraité, il s'est interrogé sur le travail qu'un retraité peut encore faire. Comme la vie même est un travail et puisque le retraité pour vivre doit forcément faire un certain travail, comment peut-il organiser sa vie et en particulier comment peut-il assurer son rôle éventuel de chef de la famille ancestrale ? Telles sont les autres interrogations sur lesquelles s'est penché ce livre avant de signaler qu'un retraité peut vivre seul mais peut mieux s'épanouir avec ses collègues au sein d'une association à laquelle tout un chapitre a été consacré pour en donner une idée assez claire. Il y est question de gestion de pouvoir et de démocratie apolitique qui est la vraie démocratie basée sur des débats constructifs dans la poursuite d'un même objectif commun, à la différence de la fausse démocratie basée sur des débats contradictoires soutenant des

objectifs égoïstes forcément opposés, fausse démocratie qui a cours dans nos administrations avec les dégâts importants que nous vivons tous.

Un long chapitre clôture ce livre. Il se penche sur la longue préparation que chaque individu, depuis l'enfance, doit faire pour espérer vivre en bonne santé et suffisamment longtemps en vue d'atteindre l'âge de la retraite et y vivre le plus longtemps possible. Il finit en beauté en parlant simplement et naturellement de Dieu-la Source, généralement si mal défini et dont la méconnaissance conduit à des confusions et des traumatismes dans beaucoup de vies qui auraient pu s'en passer.

C'est tout simplement un livre à lire, à relire et surtout à partager !

Que dire de plus ?

Il a été largement question d'apprentissage dans ce livre qui parle de la vie du retraité, pour la simple raison que la vie est une suite ininterrompue d'apprentissages. Ce thème est tellement important qu'un livre du même auteur lui est consacré sous le titre "Comment Apprendre Pour Mieux réussir ses Études, son Métier et sa Vie". Le lecteur intéressé peut contacter l'auteur pour en savoir plus. On peut aussi le consulter gratuitement sur le site suivant :

<http://bit.do/Comment-ApprendrePour-Reussir>

D'avance, merci pour un tel intérêt.

Par ailleurs on disait hier avec regret, "si jeunesse savait et si vieillesse pouvait". Aujourd'hui, on ne devrait plus dire cela. Les expériences nous montrent qu'on peut vieillir à tout âge et

qu'on peut aussi rester jeune, dynamique et en bonne santé à tout âge. En plus, la psychologie moderne nous montre qu'on peut apprendre à tout âge, pourvu qu'on le décide et qu'on ait la bonne volonté d'essayer et de continuer courageusement et avec persévérance jusqu'à l'aboutissement de l'objectif qui nous tient vraiment à cœur. C'est plus difficile pour certains que pour d'autres, et cela dépend plus des habitudes personnelles que de l'âge. Le grand avantage d'être jeune c'est surtout de pouvoir apprendre plus rapidement et d'acquérir plus facilement de nouvelles habitudes. Certains anciens ont perdu depuis longtemps l'habitude d'apprendre volontairement et ils peuvent avoir de sérieuses difficultés à se remettre à apprendre de nouvelles choses. D'autres anciens qui ont conservé cette noble capacité d'apprentissage doivent dans certains cas désapprendre d'abord avant de réapprendre dans le même domaine. Malgré ces handicaps que les anciens ont par rapport aux plus jeunes, avec la bonne volonté et la patience on peut se donner de nouveaux objectifs à tout âge et arriver à son propre rythme à les réaliser. Il suffit de se poser de bonnes questions et d'y répondre honnêtement :

Question n°1 : est-ce que le résultat final que je désire est vraiment important pour moi ? Ou bien, est-ce que ma vie va vraiment changer dans le bon sens si je fais des efforts pour avoir ce résultat ?

Question n°2 : est-ce que je suis vraiment disposé à faire des efforts pour mettre de côté du temps, rassembler tout le nécessaire qu'il faut, et effectivement me mettre au travail avec courage, détermination et persévérance pour arriver à ce résultat important qui va changer ma vie dans le bon sens ?

Si on se pose ces questions importantes et on y répond favorablement, on peut se donner n'importe quel objectif

important et le réaliser à tout âge, à partir du moment où on est majeur, entièrement responsable de sa vie et qu'on fait des efforts pour se maintenir en bonne santé.

Une autre chose encore à dire c'est que en vivant aujourd'hui on prépare un lendemain qu'on souhaite meilleur. Nous avons hérité de cette vie et nous allons la transmettre aux générations futures en l'ayant améliorée afin que nos descendants puissent éviter les erreurs que nous avons commises et vivre nettement mieux. Ce qui nous pose plus de problèmes lorsque nous voulons faire des efforts pour atteindre des objectifs personnels c'est notre système d'administration hérité de la colonisation ou de la royauté, et qui est souvent un système de blocages à différents niveaux parce que son principe général c'est le faux pouvoir sur les autres et non la collaboration de tous à un objectif commun. Quel serait alors le plus grand bien que nous pourrions faire aux générations futures afin que leurs efforts personnels sont payants pour leurs plus grandes joies ?

Le plus grand et le plus beau héritage que nous pouvons laisser à nos enfants c'est la bonne manière de se gouverner, car beaucoup de choses dans la vie dépendent de comment les citoyens sont gouvernés. Ceux qui sont bien gouvernés s'épanouissent et vivent bien mieux que ceux qui sont mal gouvernés. Ce serait beau que nous puissions faire cela mais cela est-il vraiment possible ? L'avenir nous le dira.

Merci pour votre intérêt pour ce livre. Dites-moi ce qu'il vous a inspiré ou tout simplement ce que vous en pensez.

Table des matières

Le Livre Vert Du Retraité Togolais Que Tout le Monde Devrait Lire.....	
Introduction.....	
1 . Qu'est-ce qu'un retraité ?.....	
2. Les différentes catégories de retraités	
3. Quels sont les droits d'un retraité ?.....	
4. Quels sont les devoirs d'un retraité ?.....	
5. Quel travail un retraité peut-il encore faire ?.....	
6. Comment le retraité peut-il organiser sa vie ?.....	
6.1 L'évolution de l'individu au sein de la Famille ou à partir de sa Famille.....	
6.2 Rôle du Retraité dans le regroupement de la Famille ancestrale.....	
6.3 La vie du retraité dans une association.....	
6.4 Quelle type de vie globale peut mener un retraité et de quelle manière ?.....	
7. Qu'est-ce qu'une association de retraités ?.....	
7.1 Gestion du Pouvoir dans une Association de Retraités.....	
7.2 Caractéristiques d'une Association de Retraités.....	

7.3 Association des Retraités et Démocratie.....	
8. Comment un futur retraité se prépare-t-il en fait pour prendre sa retraite ?.....	
8.1 Se maintenir en Bonne Santé est le premier pas vers la Retraite.....	
8.2 Mieux vaut toujours Prévenir que Guérir.....	
8.3 Le Pouvoir Politico-religieux peut nuire à votre Santé.....	
8.5 COMMENT SE SOIGNER EFFICACEMENT ?.....	
8.6 Votre comportement social peut nuire à votre santé	
8.7 COMMENT SE COMPORTEER FACE AUX PHÉNOMÈNES NATURELS ?.....	
8.8 AVOIR LA BONNE SANTÉ SUFFIT-IL POUR BIEN VIVRE ?.....	
8.9 SE PRÉPARER A UNE BONNE RETRAITE EST UN EFFORT CONTINU DEPUIS L'ENFANCE.....	
8.10 ON NE DEVRAIT PAS ENSEIGNER LES RELIGIONS AUX ENFANTS.....	
8.11 LA GRANDE IMPORTANCE DE L'ÉCOLE.....	
8.12 De notre conception et de notre utilisation de Dieu-la Source.....	
9 Conclusion.....	



Contribution Volontaire

Chère lectrice, cher lecteur, si vous avez pu tirer quelque information utile de ce livre gratuit ici, et si vous voulez **volontairement** soutenir financièrement ce travail, vous pouvez le faire de l'une des manières suivantes qui vous semble la plus appropriée :

Par Paypal au compte manzima44@gmail.com

Par virement bancaire : Banque Atlantique Togo au compte N° 4140 726 00 03 (compte courant) ou au compte N° 4140 726 00 16 (compte épargne)

Par virement bancaire : Orabank-Togo au compte n° 666 795 00 501 – 10 (compte épargne)

TMoney : +228 90 22 49 85

Flooz : +228 97 10 10 36

Par chèque bancaire adressé à TCHALA Widi à envoyer à la boîte postale

B.P. 20422 Résidence du Bénin – Lomé – Togo