

Des retraités revigorés par le Programme d'éducation pour la paix



La fondation Prem Rawat vient de produire une nouvelle vidéo sur l'impact qu'a le [Programme d'éducation pour la paix](#) (PEP) auprès des retraités en leur permettant de découvrir leurs ressources intérieures et d'avoir une vie plus épanouie : "Paz y Amor: Ecuador Seniors" (Paix et amour : les personnes âgées en Équateur).

Le Programme d'éducation pour la paix a changé la vie de ces retraités à Quito, en Équateur. Il leur a rendu leur dignité et donné de l'espoir pour la suite !

Ils se dénomment le groupe "Paz y Amor" (Paix et amour) pour témoigner de leur optimisme retrouvé, après avoir suivi le PEP, une formation qui explore ce que signifie la paix individuelle et aide les participants à découvrir leurs ressources intérieures, ce qui amène à une vie plus épanouie. Plusieurs d'entre eux ont confié que ces ateliers les aidaient à surmonter les inquiétudes liées au vieillissement et les « remettaient dans le bain » de la vie courante.



« On se sent souvent exclus, comme si à cause de notre âge on n'avait plus aucun intérêt, confie Haydee Catalina Ulloa Alviar, l'une des participantes. Les messages véhiculés dans ce cours sont très beaux, très profonds. Ça aide à se retrouver et à s'aimer. Après chaque séance, vous vous sentez remotivés, comme plus forts. Vous voyez la vie différemment, et vous vous rendez compte qu'il ne faut jamais lâcher. »

Chaque séance présente des extraits de conférences données par [Prem Rawat](#), sur les thèmes de la paix, de la satisfaction et de l'appréciation. Le message de ce conférencier et auteur réputé a touché des centaines de millions de personnes dans le monde. Il affirme la possibilité qu'à chacun de trouver la paix.

Pour Jorge Garcia, un bénévole qui a animé cette formation à Quito, « c'est un message qui permet de regarder en soi et de découvrir ce qui est là ; ça éveille un intense désir de vivre ! »

Bien d'autres groupes de gens dans 84 pays différents ont témoigné des bienfaits du Programme d'éducation pour la paix, parmi lesquels des étudiants, de jeunes marginaux, des détenus et des anciens combattants. La fondation Prem Rawat met gratuitement cette formation à la disposition des particuliers aussi bien qu'à des organismes ou institutions, et c'est un cours sans connotation religieuse ou sectaire.

Angelita Otañez, autre participante du groupe de Quito, vante le contenu du cours et souligne qu'il remet les pendules à l'heure pour ce qui est du sens de la vie : « La vie, ce n'est pas seulement la technologie ou les biens matériels, c'est beaucoup plus sérieux que ça, il s'agit de connaître notre être profond. »

[Voir ici](#) comment vous ou une institution pouvez proposer le PEP.