

# Chercher la spiritualité en soi ou le pouvoir de l'esprit

Philosophie bouddhiste, méditation, naturopathie...  
**Tanja Mores-Bader**, née d'un père féru d'astrologie et d'une mère touchée par la spiritualité, ne pouvait que se destiner aux choses de l'esprit. Aujourd'hui maître Reiki, elle sonde les arcanes métaphysiques de l'homme. Initiation insolite entre voyage introspectif et force universelle.

## Votre enfance n'est pas un long fleuve tranquille, parlez-nous de cette petite fille que vous étiez...

J'ai grandi à Zurich, entre une mère d'origine japonaise et suisse et un père suisse. Ma mère a vécu en Indonésie pendant 27 ans. Cela l'a beaucoup marquée et a éveillé en elle un intérêt pour la spiritualité, voire même le spiritisme. Elle était capable de faire des choses difficilement imaginables. Ainsi, pendant la Seconde Guerre mondiale, elle est entrée plusieurs fois dans un camp de concentration en Indonésie pour retrouver la trace de personnes disparues. Elle y a secrètement introduit des lettres d'épouses de Hollandais faits prisonniers, des vivres, etc. Je ne sais pas comment elle a fait, mais elle est passée comme inaperçue aux yeux des gardiens japonais de ces camps.

## C'est impressionnant. Vous avez donc été marquée par la personnalité de votre mère?

Vous savez, quand ma mère me racontait, par exemple, des scènes de torture qu'elle avait vécues alors qu'elle n'avait que 24 ans, cela la rendait extraordinaire à mes yeux, d'autant plus qu'elle y risquait sa vie.

## Parlons de votre père...

Mon père est ingénieur civil. Mais il s'est toujours intéressé de très près à la psychologie et plus particulièrement aux travaux de C. G. Jung. Il a collaboré avec une disciple de Jung, Jolande Jacobi.

Agé de 92 ans, il continue à rédiger sur son ordinateur un lexique où il compare les complexes décrits par C. G. Jung avec les constellations planétaires et le concept des rythmes du célèbre astrologue Wolfgang Döbereiner.

## Maintenant, si vous le voulez bien, parlons de vous, Tanja Mores-Bader!

Où commencer? Jeune fille, j'étais attirée par le piano, la restauration de tableaux, la destinée des gens, leur vie... Finalement, je me suis orientée vers la naturopathie, une synthèse harmonieuse entre le genre humain et son environnement. Plus tard, j'ai épousé un Luxembourgeois et nous avons eu deux filles. Tout semblait parfait. J'ai alors fait un rêve d'une guerre au cours de laquelle chacun recevait une arme, sauf moi qui ai reçu un livre dont le titre était "Méditation". Il m'a fallu attendre la naissance de mon troisième enfant pour comprendre le sens profond de ce rêve.

## Que s'est-il passé?

Notre fils est né handicapé moteur, ce qui a bouleversé notre vie. Cette épreuve fut si grande que la méditation s'est imposée à moi. J'ai commencé à méditer plusieurs fois par jour et ai continué à le faire pendant plusieurs années. Pendant

ces méditations, j'ai réussi en quelque sorte à me libérer de cette épreuve, du moins passagèrement. La méditation, c'est un peu comme un état d'apesanteur, un moment de profonde paix intérieure. La répétition régulière permet de prolonger cette sensation et a également un effet irradiant sur les personnes qui vous entourent. La méditation, mais aussi des visualisations ont en fin de compte contribué à ramener ma famille dans un climat de paix et d'harmonie.

De son côté, mon mari a commencé à s'intéresser de plus près au sort du peuple tibétain - qui continue à faire l'objet d'un génocide - et a fondé avec d'autres l'association Les Amis du Tibet. Cela lui a ouvert le regard sur un autre horizon, il a découvert une culture très différente, imprégnée du bouddhisme auquel il s'est aussi intéressé. Au total, il a pu ainsi positiver à sa manière l'épreuve familiale.

## La relation avec le Tibet a-t-elle continué à transformer votre vie?

Oui, et comment! Un jour, un jeune moine tibétain, réfugié politique, a débarqué au Luxembourg. En raison de notre relation déjà existante avec la culture tibétaine, mais aussi parce qu'il se sentait bien chez nous, il s'est progressivement rapproché

de nous. Il a finalement demandé à pouvoir faire partie de notre famille et nous l'avons adopté tout naturellement. Depuis quatre ans, il fait partie intégrante de notre famille. C'est une personne très spirituelle. Il a un doctorat en philosophie tibétaine et m'a appris beaucoup de choses en m'initiant également dans diverses pratiques bouddhistes. Il est un enrichissement quotidien pour nous tous.

## Et votre fils handicapé?

Autre enrichissement! Aujourd'hui, il a 16 ans, apprend à lire et à écrire dans une école spécialisée que nous avons créée avec plusieurs parents. La confrontation avec son handicap est une formidable école de la vie pour nous tous. Il a une superbe relation avec son nouveau frère, ils sont inséparables.

## Comment vos filles réagissent-elles?

Étudiantes à l'université, elles ont pleinement participé à l'école de vie que je viens de vous esquisser et comprennent bien que le savoir rationaliste qui domine notre société occidentale fait fi de l'intuition et de la spiritualité. Or nous avons besoin de tout cela pour pouvoir mener une vie harmonieuse, pour devenir fort à l'intérieur et mieux faire notre chemin dans un monde qui est de plus en plus difficile à vivre pour un nombre croissant de gens.

## Pour devenir forte, vous avez appris le Reiki. Que signifie ce mot? Quel est cet art?

Le Reiki est une méthode japonaise et veut dire "énergie universelle". Elle permet, à travers diverses initiations, de transmettre cette énergie à soi-même et à autrui, d'énergétiser notamment les chakras en imposant les mains et, en fin de compte, d'harmoniser corps, esprit et âme. La tradition hindoue définit les chakras comme des portes d'énergie vitale situées en différents points du corps humain. Selon cette même tradition, ces portes, si elles sont ouvertes, laissent entrer l'énergie de l'univers. Si elles sont bloquées, nous perdons notre équilibre et pouvons tomber malades. Grâce au Reiki, on peut mieux faire connaissance avec soi-même, s'aider et aider d'autres personnes dans des situations physiques et mentales difficiles.

## Partagez-vous ce savoir?

Je suis maître Reiki et j'enseigne le Reiki en trois grades le week-end. Par ailleurs, grâce aux initiations d'un maître russe et de mon fils tibétain, je fais des redressements énergétiques de la colonne vertébrale. Cela se fait en une seule séance, de manière douce, sans toucher. Le redressement est durable. Il ne faut plus le répéter. Cela a un impact positif non seulement sur le plan physique, mais également du point de vue psychique. Une migraine, le stress, une angoisse, des douleurs, des blocages ou encore des conflits personnels peuvent ainsi être adoucis parfois même disparaître. Je suis tellement heureuse que le chemin de ma vie m'ait amenée là et me permette d'aider d'autres à trouver leur bonheur.



## Vous pouvez nous parler des résultats que vous avez obtenus ?

Une dame ne conduisant plus sa voiture depuis des années, tellement elle avait peur, conduit à nouveau. Une autre dame ayant de graves conflits avec elle-même et son époux a retrouvé espoir et joie de vivre. Un garçon de 5 ans avec une jambe plus longue que l'autre de 2,5 cm a les jambes égalisées...

## Le temps libre dans tout cela? Qu'aimez-vous faire pendant vos loisirs?

Lire un beau livre, faire une belle randonnée, être avec ma famille... Je n'ai pas beaucoup de temps libre, mais comme j'adore ce que je fais, je n'ai pas l'impression que quelque chose me manque. Voyager dans d'autres pays, oui, de temps à autre. Mais je préfère les voyages intérieurs - ils sont tellement enrichissants.

## L'avenir pour vous comment se présente-t-il? Comment voyez-vous se développer votre chemin?

Ma vie a toujours été passionnante. J'ai une attitude ouverte et positive et espère pouvoir continuer à apprendre, ainsi qu'à partager ce qu'il m'est permis de faire.

Chantal Rosar

J'aime

La vie, les gens leur destin et leur évolution.

J'aime pas

L'égoïsme, l'intolérance et l'ignorance.