Acteur de la reliance

Le Pharandol

ÉDITION N°11

Janvier 2023

Edito



2023. Une nouvelle année démarre.

Il y a un an, ce journal faisait son apparition, sous l'appellation du *"Journal des Surfeurs"*, pour devenir, deux mois plus tard, le "*Pharandol*" que vous lisez en ce moment. Destiné à faire connaître les initiatives et collectifs engagés pour défendre, préserver et promouvoir le Vivant, et œuvrer pour un monde "meilleur", à l'image de ce que l'humanité a de plus beau. Le "*Pharandol*" est un outil à disposition de toutes et tous, pour vous permettre de trouver les outils nécessaires à votre propre organisation et émancipation personnelle, d'une société que l'on ne veut plus alimenter, ni subir.

Et à l'aube de cette nouvelle année, après les trois ans écoulés, il semblerait approprié de vous adresser nos meilleurs vœux, notamment de santé. Pourtant, à l'image du souhait que nous avons d'axer nos messages vers les solutions, nous souhaitons faire davantage, et mieux qu'un simple vœu : les Enfants-Phare vous offrent, au travers de cette édition, un florilège d'initiatives centrées sur la santé.

Vous apprendrez ainsi à connaître le collectif *"L'intelligence du cœur"*, qui offre la possibilité aux thérapeutes non conventionnés d'exercer en toute liberté et sécurité. Vous en saurez également davantage sur la genèse et sur tout ce que peut vous apporter "*Regenere*", l'association et alternative santé que nous présente l'autodidacte Thierry Casasnovas.





Vous découvrirez également un collectif d'êtres humains, qui nous partage une vision très intéressante de l'organisation communautaire locale. Stéphane Chatry nous présente, quant à lui, l'ensemble de ses œuvres, depuis la création d'Ethique TV jusqu'au livre, puis film, "*Tous Résistants dans l'âme*".

Vous pourrez ensuite lire, dans la rubrique du Phare Away, l'épopée de Catherine, qui raconte comment elle a fait le tour de France en rollers d'avril 2021 à septembre 2022. Nous reviendrons aussi avec le "Phare Actus" sur le Dosumani consacré au personnel suspendu, qui s'est déroulé les 8 et 9 décembre 2022.



Enfin, en plus des rubriques habituelles, nous vous invitons à découvrir la nouvelle rubrique du "Philo Phare", qui abordera ce mois-ci le principe de l'archipellisation.

Nous démarrons ainsi cette nouvelle année, avec la promesse d'éditions futures toujours plus riches de découvertes, de partages d'expériences mais aussi de joies, pour s'orienter, ensemble, vers de joyeuses résiliences et émancipations collectives, dans un état d'esprit que nous souhaitons, pour tous, synergique ! Afin que règne le Vivant !



Céline ■

Sommaire

Edito 1

Sommaire 3

Phare sur Collectif Êtres Humains 4

Phare sur L'Intelligence du Cœur 12

Ils sont Pharmidables 16

Art & Culture 20

Phare sur un Artiste 22

Les Trucs & Astuces 30

Guide Psycho 31

Le Philo Phare 34

Phare Spirit 40

Phare Away 44

Phare Actus 49

Agenda & Annonces 52

Le Mot de la Fin 54

Phare sur Collectif Êtres Humains



Est-ce que voulez bien présenter le collectif et les différents cercles qui le composent ?

K. C'est un collectif qui est né en mars 2021, grâce à une infirmière du lodévois et 2 autres personnes, à la suite de la création de RéinfoCovid. L'idée était de rester dans sa dynamique, afin de diffuser de la ré-information et distribuer des tracts à la sortie des écoles. Ils étaient concentrés essentiellement sur les enfants et les parents. Je suis arrivée en avril, d'autres nous ont rejoint assez rapidement. Je n'étais pas trop sur la distribution de tracts et avec une autre membre du collectif, nous sommes allées rencontrer les communes de notre territoire, les mairies. Nous souhaitions essentiellement faire de la ré-information avec l'idée de créer du lien : les gens avaient besoin de se réconforter. Une première rencontre présentielle a eu lieu à l'issue du confinement, en mai 2021. Nous avons créé du lien et constaté qu'il y avait, au sein du collectif, des postures de résistants et des postures de résilients, avec une évolution constante : plus on avançait, plus on allait vers la résilience. Nous avons décidé de nous organiser sous forme de cercles ou de groupes, parmi lesquels "Action Enfants", "Infos juridiques", "Santé" "Culture (spectacles à la maison)", "Gouvernance partagée", "Les Amishs de mes Âmiches sont mes Amishs" (groupe d'entraide de travaux), "Permaculture"...

Les réseaux sociaux et la communication ?

K. C'est notre point faible pour le moment. On communique par Telegram et par courriels essentiellement, des coordinateurs font le reste.

D. Lorsque nous avons créé le groupe Action Enfants/IEF (Instruction en Famille), nous avons très rapidement constaté qu'il y avait un gros potentiel d'intervenants, des gens qui venaient de l'éducation nationale, des gens à la retraite ou des passionnés. Il y avait un vrai vivier de connaissances, de compétences, de gens engagés. J'ai réfléchi à mettre en marche toute cette dynamique auprès des enfants. Nous avons réalisé des ateliers et activités à la maison. On s'est organisés, et on a vu rapidement une très grande évolution : nous avons désormais des projets de théâtre,

Phare sur Collectif Êtres Humains

d'écriture, avec des sorties très qualitatives énormément tournées vers l'artisanat en général. L'année est déjà bien remplie avec des intervenants de qualité : des écrivains, des architectes, tous extraordinaires, c'est magique. Je travaille un peu sur le groupe Culture avec A. : on travaille avec les artistes de la région, sur des projets. On ne manque pas d'artistes, on ne manque pas de lieux, on manque surtout de temps pour faire plus !

A. Lorsque j'ai rencontré le collectif au mois d'Août 2021, c'était en pleine période de pass sanitaire, voire vaccinal pour tout ce qui était culture. L''idée de faire du spectacle chez l'habitant est née de nos réflexions, afin de continuer à faire vivre la culture, mais aussi de pouvoir offrir des spectacles au public. Nous avons mis en place un projet de programmation depuis octobre 2021 avec le groupe Culture, et cela fait plus d'une année qu'on a un à deux événements mensuels chez l'habitant, avec des propositions diversifiées : il y a de la musique, du théâtre, du conte, du clown, de la danse... Nous nous sommes posés dernièrement la question de la pertinence - avec le contexte actuel qui est, à ce niveau-là, beaucoup plus relâché - de la pérennité de ces spectacles chez l'habitant, les lieux culturels étant actuellement "libres". Mais la dimension conviviale qui est proposée dans ces événements (spectacles et repas partagés) les ont fait se maintenir. Une participation financière est demandée lors de ces évènements. De nombreux sujets sont à ce jour en questionnement et en cheminement au sein du Collectif. Il y a aussi le dernier projet en date du groupe culture : aider à la diffusion du film de Fabien Moine "Suspendus : des soignants entre deux mondes".

K. J'ai proposé des ateliers pratiques de gouvernance partagée et notamment de posture intérieure quand on est en co-création, en réunion. On est en train d'ouvrir la communication au sein du collectif, mais on travaille également sur la fondation de la charte. L'entrée dans le Collectif se fait par cooptation, des humains avec des humains, comme écrit sur la Charte. Il y a une rencontre mensuelle qui nous permet de maintenir une connexion avec les gens.



Quand on se rencontre le dimanche, il y a toujours une pratique de santé proposée et une conférence faite par un membre ou non du collectif. Par exemple, ce dimanche, on va aider un agriculteur à ramasser des patates douces et des potimarrons et après nous prévoyons une conférence sur la géométrie sacrée. Notre collectif, c'est de la spiritualité présente et du concret. On est d'ailleurs passé récemment de Collectif Citoyens à Collectif Être Humains, c'est simple et efficace, on sait à qui on a à faire.

Je suis convaincue que la gouvernance partagée, c'est le chemin pour co-créer. On peut appeler ça autrement mais en tous cas, il s'agit d'œuvrer ensemble dans notre souveraineté intérieure, pour pouvoir gouverner ensemble.

Phare sur Collectif Êtres Humains

C'est à dire, développer notre singularité, pouvoir l'exprimer de façon à ce que le Collectif grandisse.

Justement, cela amène la question de l'anonymat. Vous avez choisi de donner cette interview de manière anonyme. Pourquoi ce choix ? Comment peuvent faire les gens qui seraient intéressés par vos actions pour vous contacter et ou rejoindre le collectif ?

D. On est très à l'écoute du monde qui nous entoure, on sait que des interprétations, des intentions de vouloir nous cataloguer, dans un registre ou dans un autre, pourrait nous créer des problèmes. Comme il y a une réelle politique de vouloir faire en sorte que ce que nous créons, c'est à dire des êtres souverains et libres, n'est pas dans la mouvance officielle du moment, on tente d'éviter tout problème. Ainsi, on souhaite pour le moment ne pas trop se dévoiler. C'est un exercice difficile parce que nous ne sommes pas habitués. On est des citoyens tout ce qu'il y a de plus basiques, on n'est pas habitués à être confrontés à ce genre de difficultés. Il y a des gens derrière nous qui ne souhaitent pas être exposés. On est coordinateurs mais on n'est pas seuls à porter toute cette énergie.



Cela a été discuté dans le groupe : les gens souhaitent qu'on prenne la parole sur ce que l'on fait, que l'on informe de nos travaux mais à la fois que l'on soit très vigilants sur l'identité de chacun.e.

K. Dans notre charte, la notion de confidentialité a été discutée âprement parfois. Cette confidentialité, c'est un espace de sécurité. Et l'anonymat peut créer un espace de sécurité.

A. Cette histoire de confidentialité, c'est un aspect très important pour beaucoup de gens et c'est même la base pour certains. S'il n'y a pas pour eux la possibilité de se sentir protégés dans cet espace, leur adhésion n'est pas possible. Mon propre anonymat est destiné à protéger l'espace du collectif pour les autres, pour tous les gens concernés.

K. C'est aussi une des raisons pour laquelle la notion de Collectif Être humains est plus importante pour nous que le nom exact du Collectif. L'idée est de partager ce qu'on a expérimenté, avec l'intention de donner l'élan à d'autres êtres, pas forcément de nous rejoindre, mais de se dire : "ah oui, c'est possible ! Même sous la pression, il y a des choses qui peuvent se faire !"

Notre groupe, est composé d'Êtres humains qui ont envie de discuter, réfléchir et faire ensemble. Le nom du collectif n'a pas d'importance, les gens qui ont besoin nous trouvent. Et c'est bien parce que c'est une cooptation tranquille, au fil de l'eau. Ça se fait avec douceur, gentillesse et accompagnement.

D. Ce sont des gens que l'on rencontre à la croisée des chemins, suite à des évènements, où on vient prendre la parole par exemple. Nous échangeons avec eux et

Phare sur Collectif Êtres Humains

les invitons à venir partager un moment convivial avec nous et à dialoguer. Ce n'est pas simplement "j'appuie sur un bouton et j'atterris dans un collectif de 30/40 personnes", ça ne marche pas comme ça. On apprend à rencontrer les gens et à les connaître.

A. Nous ne cherchons d'ailleurs pas spécialement à coopter. Beaucoup de membres sont dans le collectif, mais restent très en périphérie de ce qui se fait. Ils s'informent de ce que l'on fait, mais on ne les voit pas ou peu. Cela suscite beaucoup de questions : est-ce que l'on reste dans des sortes de cercles concentriques autour du noyau "collectif" avec des gens qui ne seraient que dans une sphère d'information, d'autres qui seraient un peu actifs, d'autres beaucoup actifs… ? C'est en questionnement et en clarification, notamment pour l'établissement de la charte. Il faut clarifier notre fonctionnement, que ce soit plus précis.

D. Exactement, nous préférons le qualitatif et la consolidation, que le nombre. On préfère être 100 personnes hyper actives et hyper soudées, que 3000 personnes qui ne font que tweeter !

A. Je me permets de rajouter que ce qui est important pour moi est que le collectif inspire - en toute humilité - le maximum de gens pour qu'il se passe un maximum de choses comme ça , entre humains, autour de nous et partout.

K. C'est l'objet de notre témoignage : partager ça en espérant réveiller quelque chose ou planter une graine qui va éclore, même si c'est dans 10 ans. Ce collectif fonctionne comme il est, des fois à trois pattes, des fois super fort parce que nous sommes restés dans une temporalité humaine. Nous utilisons très peu les réseaux, mais cela fonctionne, malgré le relâchement des gens qui se sentent moins sous pression. On reste en lien, dans une dynamique collective même s'ils ne sont pas là.

D. Pour rebondir également sur le nombre : quand on veut progresser au niveau structurel et qualitatif, c'est à dire mener à bien des projets, essayer de faire mûrir les choses etc., être vraiment nombreux demande vraiment beaucoup d'énergie. Parfois, les petits groupes permettent d'être très mobile, de vraiment se faire confiance plus rapidement. On gère moins de conflits. Le potentiel humain dans le lodévois est énorme, une richesse de diversité notamment. Il y a encore des ressources à exploiter, mais cela demande de consolider des liens, et faire mûrir de la réflexion pour avancer. C'est plaisant.

A. Dans notre région, il y a des forces vives de partout !

K. On avance avec l'énergie du cœur ! Je suis persuadée que ça n'est pas un truc qui passe par le mental : ce sont des élans ! Le contact avec les gens est très profond, on en vient même vite à parler de spiritualité. Les gens qui arrivent dans ce collectif sont des gens qui sont dans la vibration du cœur.



Phare sur Collectif Êtres Humains

J'ai quand même l'impression que pour beaucoup de collectifs c'est difficile de se renouveler, on ressent un manque de dynamisme, voire des tensions. De ce que j'en vois, il y a du dynamisme dans votre collectif. Quelles difficultés sont les vôtres ? Les atouts ? Ce qui permet ce dynamisme chez vous ?

D. La plus grande difficulté, en groupe, n'est pas de trouver des gens ni des idées : c'est d'arriver à structurer les choses sans exclure les individus. Ce point-là est hyper tortueux. C'est compliqué de ne pas limiter les forces vives, c'est un équilibre difficile à trouver.

A. Lorsqu'on structure, qu'on clarifie, d'une certaine manière on perd en liberté. D'une autre, on gagne en clarté, en sécurité. Ce sont les réflexions vers lesquelles on chemine. On se rend toutefois compte qu'on a envie de cette clarification et de cette structuration, qu'on en a sûrement besoin.

K. On est en train d'apprendre la légèreté et l'assurance du funambule. Nous sommes déjà dans une dynamique de résilience, et nous souhaitons que ça perdure. Je crois qu'il est indispensable, à un moment donné, de se positionner en tant que coordinateurs, et d'œuvrer sur cette charte pour n'exclure personne et pour que les gens ne se sentent pas exclus d'office. Dans quelle mesure, nous aurions le droit de virer quelqu'un du groupe? Et pour quelle raison ?

Est-ce déjà arrivé ?

K. Oui, une fois. Il s'agissait d'une problématique de comportement entre humains. J'aurais souhaité que cette exclusion se fasse sur un processus plus pensé, plus humain, plus empathique même si pour certaines personnes cette empathie n'était juste pas possible, parce que ça allait trop loin. C'est pour ça qu'on est en train de réfléchir à la façon dont on exclut et comment on va gérer les conflits. On a posé des valeurs déjà, comme le cercle restauratif, la gouvernance partagée, l'empathie, la bienveillance. On est en train de bosser sur des process. Nous mettons des murs, mais aucuns murs durs et "empêchants", plutôt des murs stables.



A. Tout l'enjeu et toute la subtilité, c'est un travail de tissage entre nous, "structurateur". C'est un gros boulot, mais c'est passionnant !

D. Tout le monde dans le groupe s'est rendu compte que l'on n'avait pas de problème de matière : ni de matière grise, ni de matière humaine. Il y a plein de forces vives, des gens qui vont nous apprendre une manière de voir les choses différentes et de réinventer certaines structures. On continue à faire avancer et évoluer les idées et le groupe.

K. Par exemple, D. parle en "objectifs" et je parle en "intentions". On s'accepte. C'est au-delà de la tolérance, c'est de l'accueil.

Phare sur Collectif Êtres Humains

La spiritualité n'est pas loin dans ce qu'on fait : on se sent connectés les uns aux autres, et connectés à quelque chose d'autre.

A. Une spiritualité dans ses aspects très concrets et très humains. Pas que nous n'ayons pas de dimension céleste en tant qu'humain, mais je préfère tellement quand la spiritualité est ancrée dans les actes et dans les liens que lorsqu'elle est parlée parfois de manière tout à fait passionnante mais désincarnée. Quand la spiritualité se vit au quotidien, elle offre tout autre chose.

Les collectifs se sont montés autour d'un narratif hyper agressif, qui a mené beaucoup de gens dans la sidération et qui a fait naître nombre de collectifs très différents rapidement. Et là le narratif est aussi en train lui-même de muter, je sens un peu une zone de transition. Est-ce que vous avez ce ressenti ? Quel est votre regard sur cette zone-là ?

D. Je partage complètement ton sentiment. Il y a les groupes qui se sont mis en marche et qui ont avancé dans le réel, et ceux qui sont beaucoup restés dans le virtuel, sur des actions moins concrètes, avec moins de satisfaction de cœur. Ceux-là se fédèrent peut-être moins et du coup, c'est plus difficile pour eux. J'ai néanmoins le sentiment que ça se durcit en arrière-plan et répondre aux questions fondamentales de restructuration va nous aider à passer peut-être un cap difficile. Je vois cela avec sérénité parce qu'on se pose les bonnes questions. Il y a de l'énergie, il y a des discussions assez profondes et sincères. On peut être maladroit, chacun à son vocabulaire, on n'utilise pas forcément les bons mots, les bons adverbes, mais on est dans un respect mutuel, dans une énergie positive, et nous sommes très actifs : on se voit souvent. Ceux qui ne se sont jamais "confrontés" (comme disait Louis Fouché), vont se liquéfier, disparaître.

K. Il y a aussi des notions dont je parle souvent, ce sont celles de la responsabilité et de l'autonomie. On œuvre beaucoup là-dessus. La transition dont tu parles, elle est intérieure et extérieure. La singularité fait la force de ce collectif. Il y a une proposition de travailler autour de notre souveraineté intérieure, avec des ateliers animés par F. On réfléchit à la mise en place de tout ce qui peut faire progresser vers ça.



J'ai vu K. que tu es présente avec la Synergie 34. Que pensez-vous de ces dynamiques synergiques qui sont en train de se mettre en place ?

A. Si l'idée est de parler de l'inter-collectif avec cette dimension locale qui finalement fait "tache d'huile" et rejoint d'autres groupes existants, ça me paraît primordial. L'objectif n'est plus de "vivre sous la table" mais bien de créer d'autres institutions (même si elles ne vont pas être tout de suite officielles, on l'aura bien compris), c'est indispensable.

Phare sur Collectif Êtres Humains



Évidemment cela ne va pas se faire en 2 secondes, mais quand on voit comment ça avance depuis 2 ans, le rythme de croisière n'est finalement pas si vilain. J'en suis !

D. L'inter-collectif prend son sens sur des sujets majeurs : la santé, l'instruction et la résilience alimentaire.
Pour toute autre action comme les manifestations, regroupements d'actions, on met des coups d'épée dans l'eau. On risque de tous s'épuiser : les affiches, les tracts ne sont pas très utiles. Il faudra bien que les paysans se regroupent et donnent un sens à leur action. On a de quoi s'occuper déjà sur la petite structure qu'on est, à 300 citoyens qui se mettent ensemble, avec les compétences qu'on a. Avec l'amour qu'il y a entre nous, on est capables de déplacer des montagnes !

K. Ce que j'entends dans la synergie, ce n'est pas que de l'inter-collectif. C'est qu'on est déjà sur un autre monde. La synergie, c'est logique, tout à fait cohérent et fluide : c'est le dialogue qui commence à s'engager au-delà des autres collectifs. Si j'en suis, c'est pour représenter mon collectif, mais aussi pour aider à catalyser ce qui se passe.

A. On est aussi sur un processus de structuration au-delà du local, on passe d'un modèle alternatif à d'autres modèles, et cela nécessite de la structuration et de la collaboration.

Je ne me retrouve personnellement pas dans les manifs ou les tractations, ce qui ne veut pas dire que c'est inutile, mais ce n'est pas ma place. Les manifestations rallient des gens qui n'étaient pas dans cette dynamique, et qui s'y retrouvent.

Un mot de la fin ?

K. Vibrons haut !

Phare sur Collectif Êtres Humains



D. J'espère que les gens vont se jeter à l'eau et vont partir dans cette aventure de collectif, parce qu'ils vont s'en sentir grandis, c'est certain. Ce n'est pas possible de s'engager dans ce type d'actions et de repartir plus pauvre ! Toutes ces histoires de sectes c'est du pipeau, c'est justement fait pour que les gens n'aillent pas dans ce genre de cercles, dans cette aventure qui est formidable. Ils vont grandir, passer par différents processus et se sentir des hommes libres tout simplement…

A. Pour avoir participé à beaucoup d'aventures associatives, je trouve là quelque chose d'unique avec le collectif, dans cette non existence au niveau administratif. Tout ce qui existe est constitué par nos "vivances" et rien que ça. C'est ce qui en fait une expérience exceptionnelle. Cela nous oblige à avoir une vraie confiance les uns envers les autres, ça change tout. Finalement une association, c'est très proche de l'entreprise. S'il y a un point très important que je défendrai bec et ongle, c'est de rester dans cette inexistence administrative en boycottant ce système pyramidal qui nous fait souffrir.

K. L'aventure de ce collectif n'est pas finie, elle n'en est qu'à ses débuts, et même si elle devait s'arrêter demain, l'important c'est que cela aura servi. On ne va pas s'accrocher au passé. Les gens qui sont dans ce collectif suivent le flux car on s'est tenus depuis le début à l'humain et à la chaleur de l'échange humain. Nous n'avons pas souhaité formaliser en forme associative puisque l'on recherche le plus possible la gouvernance partagée. Une horizontalité cellulaire, c'est à dire en cercles, comme le vivant, de temps en temps on touche la membrane d'un autre cercle. Cette aventure est très intéressante car il y a beaucoup de respect et chacun vient avec son cœur le plus ouvert possible. La confiance est fondamentale, sans elle, on ne pourrait pas se sentir en sécurité. Cette sécurité n'a pas à nous être donnée par un cadre : elle existe dans nos ressentis quand nos corps sont ensemble.



Propos recueillis par Yoh
Avec l'aide précieuse de K. ■

Phare sur L'intelligence du Cœur



Bonjour Nathalie, tu vas nous parler aujourd'hui du collectif dans lequel tu œuvres, l'Intelligence du Cœur.

Dans un premier temps, saurais-tu nous expliquer comment est né ce collectif, et sa fonction ?

J'ai eu une prise de conscience depuis l'âge de 5ans, j'en ai 48. Puis, il y a 30 ans, j'ai reçu un « message », comme des voix : on m'a d'abord demandé d'acheter un chapelet, ensuite un crucifix, puis la Bible. Je me suis demandé ce qu'il se passait, à l'époque j'étais magnétiseur. Je suis allée voir un voisin, qui était lui très croyant. Il m'a simplement répondu que j'avais reçu « l'appel », et que j'avais sûrement quelque chose à faire.

En tant que magnétiseur, je voulais comprendre comment fonctionne l'énergie et surtout ce que j'arrivais à opérer avec les personnes qui venaient me voir. J'ai fait des études sur les énergies, puis je me suis intéressée à la métaphysique, à la physique quantique et à l'astrophysique. Cela fait aujourd'hui plus de trente ans que je mène ces recherches et des travaux dans ces domaines.

Je recevais des personnes en consultation, et il se passait des choses très bizarres : par exemple, un patient qui devait se faire opérer de l'épaule, mais ne souhaitait pas le faire. Je me suis occupé de lui à sa demande, et une semaine après, il est revenu me voir en me disant qu'à l'hôpital, il s'était passé des choses étranges : l'aiguille pour le piquer s'est cassée et les appareils qu'on a approché de lui sont tombés en panne. Les médecins n'ont rien pu lui faire. En l'examinant une semaine après, j'ai constaté qu'il n'avait plus rien à son épaule.

Pendant ce temps, les petites voix en moi ne cessaient pas.

Je suis partie longtemps en voyage, j'ai vécu 7 ans dans une réserve amérindienne et ai beaucoup appris sur la spiritualité. J'ai fini par en déduire l'origine des messages que je recevais. Jusqu'à ce qu'on me fasse comprendre que j'avais quelque chose d'important à accomplir.

De retour en France, j'ai commencé à me réveiller toutes les nuits, entre 1h et 4h, et à prendre des notes. Il y a seulement 15 ans, j'ai compris à quoi pourraient me servir toutes ces notes que j'avais prises. Ça s'est ensuite calmé pendant 5 ans, ce qui m'a laissé le temps de mettre de l'ordre dans mes notes et recherches, puis les appels ont recommencé la nuit, et j'ai à ce moment là mis en place tout le concept de l'alliance des médecines.

Phare sur L'intelligence du Cœur

Ce premier concept est né et a été opérationnel en 2019. Je travaillais alors avec un collaborateur qui m'avait proposé de l'aide en tant que bras droit, mais il a transformé mon association humaniste en entreprise commerciale : il donnait des objectifs aux professionnels non conventionnés, les détournait de mon association vers un concept qu'il avait lui-même mis en place, dans un autre endroit. J'ai fini par mettre fin à cette collaboration, et mon concept a été récupéré et usurpé quelques mois après.

J'ai alors beaucoup prié suite à cela, en me disant que je devais rester vigilante, et que tout cela était un test : je devais m'organiser de manière confidentielle dans un premier temps. La stratégie de l'alliance des médecines est actuellement dangereuse pour les citoyens et surtout pour les non conventionnés car telle qu'elle est proposée au sein de l'AH2020 elle n'est pas cadrée, il fallait donc mieux la penser pour ne pas les mettre en danger.

Suite à cela, le temps a passé, les réveils nocturnes ont recommencé, et m'ont permis d'avancer le concept. J'ai mené des travaux et des recherches pendant des années sur les intentions gouvernementales concernant les médecines alternatives et les professionnels des secteurs. J'ai donc développé une réglementation nationale et des protocoles de mise en conformité, de telle sorte que les non conventionnés puissent travailler de manière protégée, sans être inquiétés par la DGCCRF, qui les menace de 3 ans de prison et 75000 euros d'amende s'ils n'arrêtent pas leur activité.

Le 26 octobre 2022, 6000 non conventionnés (magnétiseurs, naturopathe, sophrologues, hypnotiseurs...) ont été déréférencés de la plateforme Doctolib, qui est en lien avec l'Agence Gouvernementale des médecines complémentaires et alternatives née en 2019. C'est un message à prendre au sérieux : c'est une attaque directe contre les non conventionnés mais cette fois-ci ouverte, ce qui signifie qu'ils iront jusqu'au bout.

Concrètement, comment fonctionne l'Intelligence du Coeur ?

Il y a 140000 professionnels non conventionnés en France. Mon rôle aujourd'hui est de les rassembler, et je me suis rapprochée d'un avocat qui souhaite les aider également, afin de les fédérer dans l'Intelligence du Cœur, leur délivrer une réglementation et les protocoles de conformité. J'ai donc créé des collectifs pour les non conventionnés avec des référents de région, départements et communes, mais aussi des collectifs citoyens où j'appelle les citoyens de France à venir nous épauler pour ne pas éradiquer les non conventionnés, préserver les médecines naturelles et notre droit et liberté de nous soigner comme nous l'entendons.

Tous ces collectifs sont en lien, permettant une mise en contact locale, mais également via une plateforme numérique, le nombre de tous nos adhérents nous permet de créer un contre-pouvoir politique légitime et naturel en santé autonome.

Phare sur L'intelligence du Cœur

Comme dans toute association, il est possible de faire un don, et pour entrer dans l'association, il y a une cotisation de 10 euros à l'année. Les non conventionnés paient quant à eux 30 euros une fois la première année : 10 euros de cotisation + traitement du dossier + remise des protocoles + une distinction + soutien au financement de la plateforme Alcyone, et les années suivantes uniquement leur cotisation au sein de l'intelligence du cœur.

Tout est reversé pour la gestion de notre association, pour l'ouverture de centres de soins et de divulgations des savoirs et connaissances universelles, mais aussi, pour aider les gens qui n'ont pas les moyens de se soigner à pouvoir consulter un professionnel non conventionné - même si nombreux sont les non conventionnés qui soignent souvent de manière gratuite ceux qui sont dans le besoin.

Il faut savoir que depuis 2019, tous les non conventionnés sont dans l'exercice illégal de la médecine, et que leur seul recours aujourd'hui est de rejoindre notre plateforme Alcyone pour être conforme : la DGCCRF et les pouvoirs publics de santé française ne peuvent alors plus rien faire.

Nous ne défendons et protégeons donc que les non conventionnés qui font partie intégrante de la plateforme Alcyone : du fait qu'ils sont obligés de répondre à un standard, qui répond lui-même aux observances des pouvoirs publics de santé que j'ai étudiées. Notre déontologie (l'unique en France) permet d'avoir 112 points de contrôle et de vigilance, qui assurent cette conformité. Cela permet de s'assurer d'avoir de véritables thérapeutes qualifiés au sein de notre plateforme Alcyone.

Tous nos collectifs créent donc un contre-pouvoir politique local, départemental, régional et national en santé, naturel et légitime, et qui reste dans la "légalité".



Quels sont les projets à venir, ou à plus long terme, du collectif ?

Monter une stratégie communicative avec un avocat, pour travailler de concert et augmenter la portée de notre communication. L'idée est de toucher tous les citoyens et les non conventionnés et leur faire prendre conscience des risques qu'ils encourent, afin qu'ils puissent venir se protéger au sein de notre plateforme Alcyone, et que l'on puisse conserver notre droit et liberté de nous soigner comme nous l'entendons, là est l'enjeu.

Nous avons donc besoin d'un coup de pouce en terme de communication, car les dossiers et la stratégie sont prêts, c'est mon domaine, mais je n'ai aucune compétence particulière en communication pour faire passer le message, et honnêtement je ne peux pas être partout à la fois.

Nous avons aussi d'autres objectifs qui pour le moment resteront sous silence pour des raisons sécuritaires.

Phare sur L'intelligence du Cœur

Si certains de nos lecteurs souhaitent rejoindre tes collectifs, comment te contacter, et en quoi pourraient-ils y être utiles ?

Notre site internet permet d'en savoir davantage :

intelligence-coeur.fr/



Notre plateforme qui recense tous les professionnels non conventionnés inscrits dans notre association sont ici :

alcyone-sante.fr



Enfin, nous avons deux chaînes vidéo, Odyssée et Youtube, (youtube où nous sommes quelques fois censurée d'ailleurs) :

odysee.com/@Nathalie.Alexandre:d?r=H1G5TaLmHBeEkEk9jxnoXQ9dmmGFg5kn

youtube.com/@40pinup

Il est possible également de me contacter via cette adresse mail : intelcoeur@gmail.com

Je pourrai alors vous aider à mettre en place des projets locaux en rapport avec vos moyens et compétences. Dans l'Intelligence du Cœur, je demande à ceux qui nous rejoignent en quoi ils peuvent nous aider, nous prenons les actions qui peuvent être mises en place, et nous parvenons à coordonner la stratégie en fonction de l'aide de chacun.

Quel message souhaiterais-tu faire passer à nos lecteurs ?

J'ai le regret de constater que les gens prennent conscience qu'il faille bouger uniquement lorsque le désordre arrive à leur porte. Ils ne pensent pas à réagir et prendre leurs dispositions avant que les catastrophes n'arrivent.

De la même manière, il faudrait arrêter de scinder la population : ce qui arrive aux uns finira par arriver aux autres. Nous sommes tous impactés, à un moment ou à un autre. Il faut retrouver notre unité. Nous sommes puissants, beaucoup le sentent au fond d'eux mais ne savent pas comment et où aller pour retrouver cette puissance.

Il suffit de prier, de retrouver notre spiritualité, et notre communication avec le "Créateur".

La solution, c'est l'union. L'union des diversités, et que chacun œuvre là où il se sent à l'aise. L'heure est à l'action concrète.

Propos recueillis par Céline ▪

Ils sont Pharmidables



Bonjour Thierry, avant que nous n'abordions le vif du sujet avec RGNR et l'ensemble des alternatives santé que tu représentes et proposes, pourrais-tu te présenter succintement, afin que nos lecteurs qui ne te connaissent pas encore, ou pas assez, puissent comprendre comment tout ceci est né ?

Je m'appelle Thierry Casasnovas, je suis né en Catalogne, j'aime à le préciser car je considère que la personne que nous sommes se nourrit de l'environnement dans lequel on évolue. Je vais avoir 49 ans. J'ai eu un début de vie relativement stable dans une famille d'enseignant, avec un bon cadre de vie, une bonne hygiène, et sans problème de santé, puis j'ai fait des études universitaires de science en physique quantique, pendant 4 ans, je me suis arrêté au DEA.

Mon état de santé a commencé à se dégrader à partir de mes 20ans, davantage après mes 25 ans, jusqu'à tomber vers 27-28 ans dans un état d'affaiblissement énorme qui ne s'expliquait alors pas. Je sais désormais que c'est un ensemble de facteurs qui justifie tout cela.

Sur la fin, ça s'est traduit par une tuberculose, une pancréatite, une hépatite, et une énorme perte de poids (jusqu'à la cachexie : je pesais 30kg pour 1m75 !). Je n'étais plus capable de me déplacer par moi-même, j'avais perdu toute autonomie.

J'ai d'abord suivi le cursus classique en allant consulter des médecins "conventionnels", qui ne sont pas parvenus à trouver de réponses suffisantes, ou juste partielles. Nous tournions en rond, alors j'ai commencé à m'intéresser à d'autres thérapies alternatives (naturopathie, terrain...), j'étais dans une urgence vitale (faiblesse handicapante voire dangereuse), donc j'allais d'un test à l'autre avec beaucoup de tâtonnement, je cherchais une thérapie qui pourrait me permettre de transformer cet enfer que je vivais, et j'ai essayé énormément de choses sur plusieurs plans (physique, psychologique, ésotérique, énergétique....)

Il y avait de légères améliorations, mais rien de vraiment suffisant. J 'en suis arrivé à un point (été 2007 – 33ans) où mon pronostic vital a été engagé : un médecin m'a donné quelques jours à vivre encore. J'ai même fait plusieurs, arrêts cardiaques (j'étais peu conscient).

Un matin, j'ai eu un flash (intuition) : j'étais un enfant en pleine santé, avec des parents disponibles, un bon cadre de vie, une bonne alimentation, et j'en suis à ce point mourant, il a dû se passer quelque chose, je n'étais pas faible ni malade avant. J'ai forcément fait des choix de vie qui m'ont conduit là, et faire d'autres choix devraient pouvoir me transformer. C'était devenu une conviction.

Ils sont Pharmidables

Je devais partir ce matin-là à l'hôpital, mais j'ai préféré rester chez mes parents (mon refuge), j'ai su que j'avais compris ce qui n'allait pas et mes parents m'ont soutenu : mon père a vu le souffle de vie dans mes yeux, le déclic de la compréhension, cette révélation qui faisait soudainement sens.

J'ai donc revu fondamentalement mon alimentation, mes comportements qui étaient déficients (relation aux autres, système de pensée), et petit à petit, j'ai vu la courbe s'inverser : je ne suis pas mort, j'ai repris très progressivement du poids (sur plusieurs années), j'ai senti que l'énergie revenait, je recommençais à marcher, à être autonome, l'amélioration se faisait, jusqu'à retrouver toutes mes capacités cognitives.

Puis j'ai essayé de comprendre ce qui s'était passé, et je me suis passionné pour la naturopathie : j'ai une formation scientifique à la base, et je voulais savoir si ce que j'avais vécu était reproductible, pouvait être formalisé et appliqué pour d'autres personnes. Ces réponses-là m'ont en grande partie été données par la naturopathie, l'hygiénisme et le vitalisme. L'essentiel de nos maux sont issus de notre mode de vie.



Ce qui était une passion personnelle est devenue, en 2011, un besoin de partager ce que j'avais découvert. J'avais accumulé énormément d'informations, et en 2012, j'ai créé une association : Regenere, pour développer mes vidéos et dispenser des formations afin d'en faire profiter d'autres.

Puis je me suis professionnalisé afin de ne plus vivre des minimas sociaux. Je continue à me passionner pour les principes du Vivant. Je jouais le jeu de la vie sans en connaître les règles avant ma révélation, je ne voyais pas les conséquences des erreurs que l'on commet, le Vivant ne prospère que si l'on respecte les grands principes.

Il suffit d'observer la majorité des bébés qui n'ont pas de maladies chroniques, c'est souvent ponctuel, contrairement aux adultes qui ne sont jamais ni mal, ni bien. La plupart d'entre nous souffrent de problèmes chroniques parce qu'on gère mal notre capital santé, par méconnaissance des règles de base.

RGNR

Tu as donc créé RGNR, qui se décline en un site internet, un magazine, des chaînes vidéos, et même un canal Telegram. Peux-tu nous parler de cette initiative, ce qu'elle représente et propose ?

Je ne suis pas naturopathe, je ne fais pas de consultation individuelle. L'idée c'est de communiquer au plus grand nombre les grands principes de santé et de vie, leur permettre de les comprendre, les mettre en application dans leur propre vie, et d'en ressentir les effets sur eux-même.

Ils sont Pharmidables

Je n'ai jamais autant de joie qu'en voyant des gens qui n'ont pas fait d'études acquérir des compétences de santé, quelque soient leur origine sociale. Je rappelle constamment que si ce qu'ils testent ne fonctionne pas sur eux, cela n'a pas d'intérêt de continuer.

Je m'intéresse au principe général, mais son application individuelle devra être adaptée à l'individu. L'idée est d'améliorer son niveau de santé (physique, émotionnelle, mentale…), et je développe un maximum d'outils pour y arriver : vidéos, magazines, podcasts, émissions, formations… mais aussi un centre d'accueil permanent pour accueillir les gens qui voudront apprendre à mettre en place ces principes.

Je ne suis pas médecin, je transmets les principes : la maladie, ce sont les symptômes, les signaux. Si l'on prend soin de sa santé, souvent la maladie disparaît. Notre créneau, c'est vraiment d'enseigner les principes de santé.



As-tu des souhaits particuliers pour cette nouvelle année qui va démarrer ?

J'ai tendance à dire souvent *"Je ne vous souhaite rien pour cette nouvelle année"*, car c'est une sorte de bouteille à la mer : toujours faire la même chose et en attendre quelque chose de différent.

Je préfère poser la question : que vas-tu faire pour arriver à ce que tu veux voir arriver ?

J'ai tendance à espérer que le plus grand nombre possible de personnes prenne conscience de ces éléments, pour ne plus se tirer dans les jambes dans notre mode de vie (surexposition aux écrans, aux ondes, pollution, défaut de communication, etc.), et sortir de l'enfer du quotidien pour vivre quelque chose de plus agréable et épanouissant. Plus qu'un souhait, c'est une espérance : j'espère me donner les moyens pour y parvenir, et les retours des gens me permettent de constater l'utilité de ces règles de vie.

J'espère que les gens vont arrêter de s'auto-détruire, c'est comme une impatience pour moi de les secouer pour voir ensuite les choses bouger.

Pour quelle(s) raison(s) fais-tu tout cela ?

Je ne sais pas, c'est une question compliquée. J'ai commencé les vidéos en 2011, c'est venu de rien, c'était une évidence. J'ai abordé la réalisation des vidéos comme le truc le plus important de ma vie : rassembler les bonnes conditions, la bonne lumière… c'était capital.

Premièrement, je suis passionné par ce que j'étudie, les principes du Vivant.

J'aime aussi beaucoup entendre les histoires des gens qui mettent ces principes en pratique, et qui ont du résultat. J'ai l'impression d'être un contributeur positif à la Vie dans ce monde.

Enfin, j'adore prendre soin des autres, j'ai ça dans le cœur, parfois au détriment de moi selon mes proches, mais ça me nourrit. Je prends soin de mes proches, des gens, des animaux, des arbres… c'est une responsabilité qui tient du devoir pour moi.

Ils sont Pharmidables

Je crois ce que je dis pour l'avoir expérimenté, et s'il y a des oppositions à ce que je dis ou fais, je serai ravi d'en débattre de manière argumentée. Des débats de fond, je n'en ai pas connus tant que cela depuis 12 ans : ce sont souvent des critiques ad hominem, et ça me manque parfois car j'ai toujours besoin de remettre en cause ce que j'avance pour modifier et améliorer les modèles que l'on met en place. Mais il faut des arguments solides pour cela, et je les attends toujours.



Y a t-il un message en particulier que tu souhaiterais faire passer à nos lecteurs ?

On a une représentation du monde qui est relativement erronée, des systèmes qui ont été faussés. On a appris à analyser toute forme de manifestation du corps comme un problème : toux, nez qui coule, fièvre, … notre seul but devient de supprimer cette "maladie", dans l'incompréhension du message qu'elle représente : j'appelle cela l'école du "corps con", comme si le corps faisait n'importe quoi juste pour nous embêter. Cette vision nous conduit à ne pas écouter, comprendre, entendre, respecter, mais aussi s'émerveiller devant les mécanismes du corps, et passer à côté de l'essentiel.

Je vous donne un exemple : vous allez chez un ami, son enfant, dans une autre pièce, crie parce qu'il s'est coincé les doigts dans un tiroir. L'ami va dans la pièce d'à côté, met un sparadrap sur la bouche de son enfant et revient en disant qu'il n'a plus de problème. Sauf que le problème n'est pas résolu : on a juste fait taire l'enfant.

C'est la même chose pour les symptômes : il ne faut pas uniquement les faire taire, mais il faut aussi en trouver la cause, voire la cause des causes.

Être à la racine permet de traiter la cause des causes, un symptôme est initialement destiné non pas à être traité, mais à être entendu, afin de comprendre d'où vient l'origine qui permettra d'agir pour atténuer les symptômes par la prise en charge de la cause. C'est un peu le parallèle de toute notre société : on essaie de faire taire toutes les informations qui viennent du Vivant, alors qu'elles sont là pour nous guider sur un chemin de santé et de bien-être. Elles sont issues du Vivant, et par principe, ça va dans le sens de la Vie, même si on ne le comprend pas.

Le meilleur exemple reste d'observer les enfants : ils font beaucoup d'épisodes périodiques de fièvre, mais restent peu longtemps malades au final, car ils se débarrassent naturellement de l'origine de leurs maux.

Le site internet RGNR : rgnr.fr/
Le canal telegram RGNR : t.me/rgnr_fr
La chaîne youtube Regenere :
youtube.com/@RegenereThierryCasasnovas
La chaîne odysee Regenere :
odysee.com/@Regenere:b

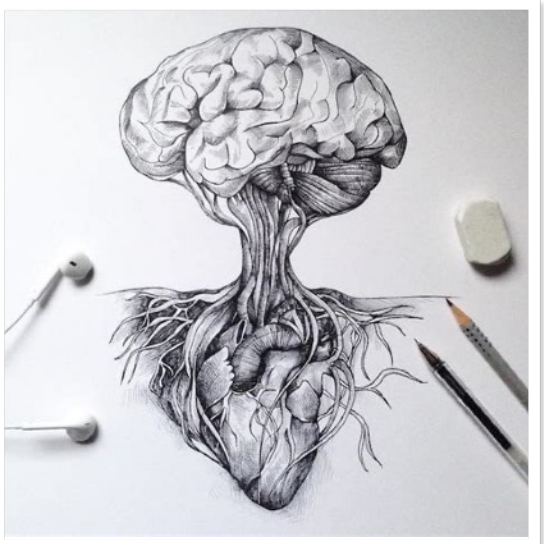
Propos recueillis par Céline ■

Chapitre TREIZE : Santé !



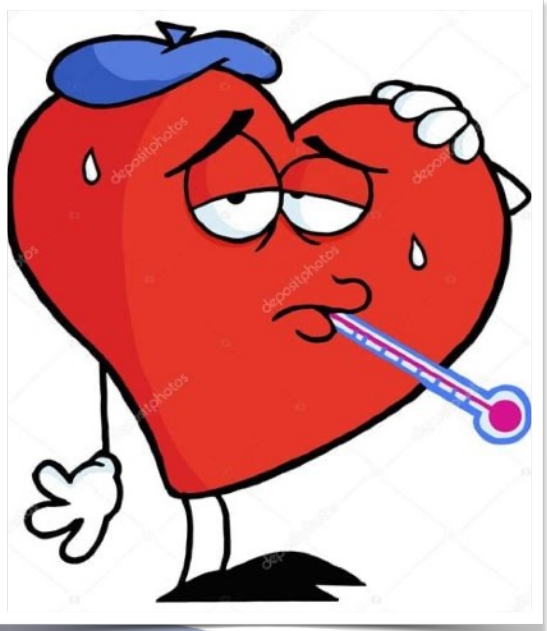
Si l'on s'intéressait à notre bel organisme ?
On perd jour après jour de notre dynamisme
On malmène notre corps, par purs automatismes
Réfléchissons ensemble à tous ces mécanismes.

Vivant dans l'opulence, jusqu'à bien trop manger
On en vit dans l'excès, oubliant les dangers
On malmène nos corps, à bien trop les gaver
Négligeant malgré nous notre propre santé.



Toutes ces spécialités qui regorgent d'additifs
Ont sur nous une emprise, un pouvoir addictif
Jusqu'au sucre qui altère notre état cognitif
Plus rien n'est naturel, nul apport nutritif.

On altère tous nos sens, d'une pollution sonore
Jusqu'à notre vision : écrans multicolores,
Hypnotisent notre cerveau, les effets indolores
Provoquent un teint bien pâle, tels de vrais croque-morts.



Et que dire de ces ondes, nouvelles technologies
Qui bouleversent l'équilibre de notre écologie
Elles provoquent pourtant bien des pathologies
On consent, malgré nous, à cette étiologie.

Est-il si nécessaire que notre évolution
Provoque sur la nature autant de pollutions ?
Elles touchent peu à peu notre reproduction
Conséquences malheureuses d'une surconsommation.

A force d'utiliser toutes sortes de pesticides
On vient à constater des effets spermicides
Des cancers juvéniles, désastres infanticides
Même le ciel est atteint de tant de traits livides.

Le système fractionne jusqu'à notre médecine
Les grandes difficultés sont désormais routine
Devenus dépendants de chimiques vitamines
Conséquence d'une hygiène semblable à une ruine.

Art & Culture

La recherche évolue mais malmène nos corps
On enchaîne les scandales, Distilbène, Médiator…
A t-on jamais été aussi pauvre d'anticorps ?
Les conflits d'intérêt et lobbies font des morts.

Personnels suspendus, sujet encore tabou
Hôpitaux surchargés, les soignants sont à bout
A se demander comment ils tiennent encore debout
On a l'temps de souffrir avant tout rendez-vous.

Des familles affamées, ponctionnées par l'impôt
Esclavage moderne : Métro boulot dodo
Fatigue psychologique, on use nos cerveaux
La dépression s'installe, quel triste scénario.

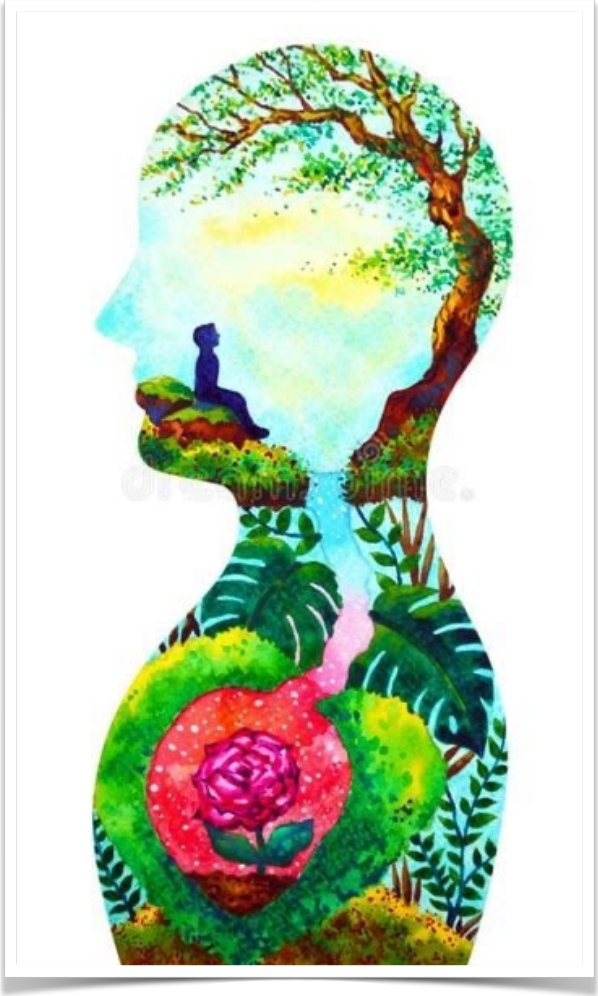
Réveillons-nous enfin, reprenons-nous en main
Et retrouvons en nous ce qui nous rend humains
Cherchons à assouvir nos plus simples besoins
C'est à nous qu'appartient le monde de demain.

Incontestablement, changeons nos objectifs
Penser à notre santé passe par le préventif
Réapprendre à ne plus consommer excessif
Écarter de nos vie ce qui est négatif.

Des solutions existent, la Nature est parfaite
Elle peut nous inspirer, offrir bien des recettes
Du remède phyto, à la plus simple des diètes
Tout ça sans faire de zèle, respecter notre planète.

Si l'on changeait nos vœux pour cette nouvelle année ?
Formulons tous ensemble le plus simple des souhaits :
Prendre soin de nos corps, apprendre à s'écouter
Il en découlerait une bonne santé !





Céline ■

Phare sur un Artiste



Tu as un parcours assez singulier. Peux-tu nous présenter les grandes étapes de ta vie et de ton engagement qui t'ont amené jusqu'à aujourd'hui ?

Je vais parler de ma créativité artistique. J'ai passé mon enfance, depuis mon plus jeune âge, à dessiner et ensuite à faire de la bande dessinée. J'étais toujours dans ma bulle, c'est le cas de le dire. Pour moi, ça ne marchait pas à l'école, c'était très compliqué et une souffrance d'y aller. En fin de troisième, j'avais déjà redoublé deux fois, et n'ayant pas le niveau pour accéder à la seconde, je suis allé voir un conseiller de "désorientation" qui a voulu m'orienter vers le bâtiment malgré mes protestations, sous réserve qu'il n'y avait pas de travail "dans le dessin". Je me suis donc retrouvé dans un lycée technique à faire un BEP/CAP en électrotechnique, mais ce n'était pas du tout mon univers.

Puis, je me suis installé à Tours et malgré mon diplôme d'électricien bâtiment industriel, j'ai changé de secteur d'activité en partant dans la restauration. J'y ai passé trois ans, cela m'a permis d'être au contact de l'humain et dans le soin : les servir, m'occuper d'eux, en fin de compte, loin des chantiers de bâtiment. Cela me plaisait beaucoup.

Mais au bout de trois ans, je tournais en rond : les horaires difficiles, une mauvaise paie… je me suis retrouvé hospitalisé à cause d'une dépression. Mon ami Yannick, infographiste à Paris, est alors venu me chercher, et m'a fait découvrir l'ordinateur et l'informatique. En découvrant l'infographie, cela me permettait de retrouver les sensations du dessin. C'était un métier où l'on pouvait vivre de sa créativité de dessinateur. Une vraie révélation, pour moi.

Je suis revenu à Tours faire une formation le temps d'apprendre à manier les bons logiciels. Puis de retour à Paris, je suis resté dans son agence pendant trois ans, avant de changer de boite jusqu'à tourner en rond à nouveau : je sentais que j'avais envie d'aller plus loin. Un ami photographe, Jean Cécé, faisait des photos de graffitis aux quatre coins du monde, je lui ai proposé un concept artistique qu'on a appelé "objectif bombe", dont le but était d'imprimer ses photos sur de la toile, de la faire monter sur châssis et d'inviter un artiste de graffitis à venir, peindre, taguer cette photo originale d'un mur qui était fait, par exemple à New York, Buenos Aires... Cela a très bien marché, nous avons fait des expositions un peu partout, et je me suis improvisé agent d'artistes, producteur de collectifs, marchand d'art... J'ai découvert tout le marché de l'art contemporain et j'y suis resté plus de 10 ans, à faire des expositions, à chercher ma créativité, à l'utiliser, à l'apporter pour faire évoluer les métiers de l'art...

Je faisais des choses assez originales, insolites. Cela c'est terminé par une très grosse exposition au Château de Vincennes qui a connu un gros succès, avec un artiste urbain très connu : "Zeus". Cela a malheureusement coulé ma boîte car le

budget n'était pas suffisant. Je me suis alors dit que j'allais me radicaliser exclusivement vers les artistes militants et les artistes plasticiens qui font des œuvres sur les sujets forts : l'écologie, les droits de l'homme, l'alimentation. À partir de là, j'ai créé l'association "Artivism" - qui a produit le film *"Tous résistants dans l'âme"* - avec une vraie vocation militante. Nous avons fait de grosses expositions sur des thèmes sociétaux avec, à chaque fois, une exposition avec l'artiste, une édition de revue artivism, avec une œuvre en poster, une conférence avec des gens spécialistes du sujet traité et un atelier d'art plastique. Quatre événements ont eu lieu à la Condition Publique de Roubaix. C'est à ce moment que j'ai rencontré Jérémy Balavoine, le fils de Daniel Balavoine, un artiste qui m'inspire beaucoup. Il m'a dit que ce que je faisais était chouette, que cela permettait de questionner, mais qu'il fallait aussi passer à l'action. Cette remarque m'a touchée, et je lui ai répondu qu'il avait raison.
J'ai alors créé une chaîne complètement débridée où je pouvais être complètement autonome, sans avoir de compte à rendre à personne : "Éthique TV". Utiliser ce terme d'éthique m'incitait à être moi-même éthique. J'ai fait vraiment ce choix-là de faire ce que j'aime avec les gens que j'aime, et de ne plus mentir en me disant "Maintenant, allons-y !".



Comment es-tu passé d'un univers qui est très particulier, celui de l'art contemporain, à la permaculture ?

En organisant des expositions dans des galeries d'art conventionnelles, en allant dans les foires d'Art Contemporain, j'ai vraiment vu un affaiblissement artistique des œuvres proposées dans des galeries où les artistes sont de plus en plus politiquement corrects. Il n'y a pas de contestation. Ce sont des gens de plus en plus à droite, qui sont pour beaucoup des simples financiers. Après avoir travaillé sur les arts militants avec des artistes qui questionnent le sujet de l'écologie, j'ai eu envie de passer à l'action et de sortir de cette posture en me disant : *"Mais que fait-on ? On ne sert à rien, on est toxique pour cette planète !"* Il y a des alternatives qui existent, qui régénèrent les sols, qui travaillent avec le vivant et la permaculture en fait partie. Je me suis engouffré dans cette brèche-là, je me suis auto-formé et ça m'a donné foi dans le vivant. Cela m'a permis d'être cohérent, car je travaille beaucoup sur ma cohérence.

Puisque l'éthique est importante pour toi, est-ce que tu peux présenter un peu plus "Éthique TV" ? Qu'est-ce que ça représente ? Quelle est la démarche que tu vises ?

Phare sur un Artiste

"Éthique TV" est partie d'une idée de garder un pied dans les arts militants, mais aussi de mettre un pied vers où nous mènera le vent. Pour les premières vidéos, je me suis dis que je voulais filmer des gens qui font des choses importantes pour la société, pour l'écologie, pour notre mode de vie... En allant vers ces gens-là qui m'inspirent, j'ai beaucoup appris.

Avec "Ethique TV", je m'axe sur les solutions. Les manifestations ne me conviennent pas, je préfère mettre en lumière des gens que l'on retrouvera dans *"Tous résistants dans l'âme"*, quatre ans après. Au fond, la philosophie d'"Éthique TV", est la même que la philosophie de la permaculture humaine, en suivant les trois piliers : prendre soin de la nature, puis de l'humain, et ensuite, produire abondamment et partager équitablement les récoltes, mais aussi les savoirs.
Avancer avec "Éthique TV" c'est dans l'idée de filmer des gens qui sont dans l'éthique, qui s'intéressent aux vraies valeurs, et qui sont vraiment sur des alternatives intéressantes, écologiques, autonomes : ça m'a ramené au vivant, au réel.



Un jour, quelqu'un m'a dit que l'acte le plus contestataire au système, c'était de produire sa propre nourriture, que c'était la pire chose qu'ils redoutaient. Il avait raison, je n'avais jusque là pas vu le potager sous cet angle. De là, je suis allé filmer les gens qui m'inspiraient comme Damien Dekarz, qui est dans le film. J'ai étudié ses 300 vidéos et me suis mis à l'œuvre. J'ai ensuite utilisé ma créativité pour créer des programmes en permaculture dans des entreprises, dans des écoles, dans des hôpitaux, chez des particuliers...
Selon moi, la permaculture, c'est apprendre à créer des écosystèmes où tu connectes tout entre eux, il n'y a pas de hasard. Tu mets ta mare ici, à côté, tu mets un arbre pour que cet arbre puisse faire un peu d'ombre sur ta mare, pour que quand l'été, il fait trop chaud l'eau ne s'évapore pas trop et ainsi de suite. Petit à petit, on ajoute des éléments de manière intelligente pour créer un biotope qui va être résiliant et qui va tendre vers l'autonomie parce que chaque élément est multi-fonction.

"Éthique TV" t'amène à ce film avec Louis Fouché "Tous résistants dans l'âme" qui est à présent sorti. Quel regard portes-tu sur cette aventure ?

J'ai découvert que l'on pouvait financer ses vidéos YouTube si l'on atteignait un grand nombre de visionnages, et donc gagner de l'argent. Mais je me suis toujours refusé à utiliser ce système, car cela aurait perverti mon message. L'argent est la drogue la plus terrible, il faut y être vigilant. Gagner plus est une chose, mais cela permet-il d'y gagner davantage en santé, ou en liberté ? C'est un leurre, le piège de la société de consommation.

C'est la raison pour laquelle je préfère faire des choses plus intéressantes, plus profondes. Et si cela peut permettre de faire rentrer un peu d'argent, c'est tant mieux, mais ce n'est pas la finalité.
"Ethique TV" m'a permis de rencontrer Louis Fouché, de le mettre en lumière et de faire ensuite un livre qui a eu un gros succès (plus de 30.000 ventes en un an), qui a débouché sur un film. C'est justement parce que je ne fonctionne pas à l'argument économique que je fais de tels projets, mais aussi parce-que je me nourris des textes, j'apprends la société par Victor Hugo, Nelson Mandela, l'Abbé Pierre, Edgar Morin, Pierre Rabhi, Gandhi… Ça change tout !



Lors de la projection privée, au mois d'août, de l'avant-première de "Tous résistants dans l'âme" à Bédarieux, tu as dit avoir pris la décision de ne plus jamais mentir et de faire ce que tu aimes avec les gens que tu aimes. Comment cette décision s'exprime pour toi ?

Le mensonge peut quand même rester une option en cas de survie vis-à-vis du système, tant que ce n'est pas une entourloupe pour arnaquer quelqu'un ou pour faire de l'argent sur son dos. Quand je dis ne plus mentir, c'est vraiment un appel à la sincérité, le plus possible. Dans tous les cas, je suis très content de cette décision parce que cela permet que mes mots soient en phase avec mes actions. Aller vers les gens que tu aimes est important. On rencontre souvent des gens qui enchaînent les problèmes, mais qui au final les cultivent. Je préfère aller dans le chemin opposé, résoudre tout problème dès qu'on le rencontre, et ne s'entourer que de belles personnes.

Ce qui m'a frappé dans ta citation, c'est cette notion de faire ce que j'aime. Cela sous-entend que notre temps dans cette existence, qui est très court, a t-on envie de le perdre, ou qu'il soit le meilleur possible ?

C'est notre société qu'on bâtit tous. On est tous dans le système, en fin de compte. C'est le système qui nous pousse à s'épuiser au travail, moi le premier. C'est perçu comme normal de renoncer à ce que tu aimes pour atteindre les objectifs vers lesquels la société te guide. J'ai essayé, je me suis rendu compte que cela ne marchait pas, je n'ai jamais trouvé ma place là où je ne me plaisais pas. Au final, il est difficile de me mettre une étiquette, je suis passé d'un statut de Youtubeur, vidéaste amateur, à un statut de réalisateur d'un film long métrage qui est le summum de la réalisation vidéo. En même temps, c'est ce qui me plaît : être un électron libre. Je me suis alors dit : *"il faut faire ce qu'on aime avec les gens qu'on aime."* Faire le tri, c'est écrémer : après être passé par six secteurs d'activité différents, je réalise qu'outre m'être cassé les dents, j'ai vraiment été très malheureux, très longtemps.

Phare sur un Artiste

On peut faire ce qu'on aime avec les gens qu'on aime, on peut être honnête ! Ça fonctionne ! C'est en agissant de cette manière que j'ai touché à ce que l'humain à de plus beau. C'est ce qui me fait me différencier de beaucoup de personnes qui sont plutôt dans l'opportunisme. Mon cœur d'action n'est pas de concurrencer quelqu'un.
Quand Guy Trédaniel m'a proposé de faire un livre chez eux, sur la permaculture, à paraître en avril 2023, c'était un honneur. Parce qu'il avait déjà édité en français les textes de Masanobu Fukuoka, l'un des pionniers de la permaculture. Je suis le premier bouquin français sur la permaculture, fait par un permaculteur français. Ca me motive énormément de me sentir être la continuation de Masanobu Fukuoka, tout en étant différent et complémentaire. Je leur ai donc fait un livre écrit avec une assistante, qui est très holistique, pour apprendre au lecteur à cultiver sur sols vivants, de partir de la graine, à monter sa propre serre, à créer des mares. J'ai une créativité qui est assez florissante. Dans ce livre, dont j'ai fait les photos, c'est quatre ans de jardins que j'ai initiés dans différents univers. Dedans, j'y partage mon savoir-faire. C'est un ouvrage très global avec une centaine de fiches pratiques. Les éditions Trédaniel, très enthousiastes, en ont fait un livre de référence à avoir. Probablement parce que j'y ai mis tout mon cœur ! Quand tu plantes des graines de qualité, cela ne fait que t'élever, te porter vers du mieux. C'est ça la permaculture, chaque élément est multi-fonction, et chaque fonction est remplie par plusieurs éléments. Il n'y a pas de hasard dans tout ce que j'entreprends, ma femme et moi y mettons du sens.

C'est ce type de raisonnement : j'ai planté cet arbre-là, est-ce judicieux ? Je vais planter telle plante vivace, parce qu'elle va rester en terre, et va aussi nous apporter des fleurs, et donc beaucoup de pollinisateurs. Donc cela va éviter les maladies : tout a un sens ! Et la permaculture, c'est aussi la base de ma vie. Apprendre la théorie de la permaculture, puis à avoir une vie connectée, non pas avec leurs technologies suicidaires, mais avec le vivant où l'on fait appel à l'intelligence naturelle et surtout pas à l'intelligence artificielle, dont je cherche à me déconnecter. L'idée n'est pas faire sans internet, mais de pouvoir faire avec et sans, de ne pas mettre tous les mêmes œufs dans le même panier.

C'est en faisant ce que l'on aime que l'on donne le meilleur de soi-même, car l'on sera à notre place. Comme dit le proverbe "On a à être à notre place parce que si on n'est pas à notre place, cette place reste vide". Et c'est très important, c'est notre singularité. On touche à la question centrale de qui on est, quel est notre chemin de Vie, le sens de notre existence.

C'est aussi parce que pendant 15 ans j'ai vécu une forme de souffrance, en expérimentant tous les travaux que j'ai faits dans six secteurs d'activités différents. Maintenant, je sais exactement ce que je ne veux plus. L'important aujourd'hui, c'est de se reconnecter au vivant et non pas de se passer de la monnaie, mais pouvoir faire avec et sans. C'est l'intérêt du 21ème siècle : nous sommes dans une période d'expérimentation. Malgré tout ce brouhaha d'internet, on n'a jamais eu autant accès à l'information. Pour preuve, avec *"Tous résistants dans l'âme"*, qui n'est pas un film monté avec les médias mainstream.
Ce film a vu le jour grâce à 1260 personnes qui ont donné de dix à mille euros jusqu'à

atteindre les 120 000 euros, ce qui nous a permis d'être totalement autonomes. Et aujourd'hui, les six ou sept premières salles sont pleines ! On remplit le Pathé Gaumont de Montpellier avec 500 places, malgré les médias main-stream contre nous ! Cela signifie que maintenant, nous sommes plus fort qu'eux, parce qu'ils n'ont aucune cohérence, contrairement à nous. Les boycotter reste une arme puissante : leurs empires de verre peuvent se briser en deux temps, trois mouvements. Ils sont ancrés dans une propagande permanente à mentir tout le temps, à contribuer à faire couler des boîtes, pour après les racheter, c'est un mauvais karma.
Le Covid et les premiers confinements ont permis de constater à quel point, à quelle la vitesse, la nature peut rapidement se régénérer. C'était une très belle expérience de voir à quel point l'humain sous-estime vraiment la puissance de régénération du vivant. Je pense même que si ces vaccins modifient l'ADN, tuent les gens, l'humain s'en débarrassera tout de même. J'en suis convaincu parce que c'est ce qu'il se passe dans un jardin naturel. Dans la nature, les plantes sauvages vont venir dépolluer le sol, capter les métaux lourds. L'humain n'arrêtera jamais le vivant ! Même s'il balance une bombe nucléaire la nature reprendra toujours le dessus, elle va se régénérer... Leur quête de technologie high tech n'est tellement rien par rapport à la puissance du vivant. J'ai fait une vidéo sur "Éthique TV" sur la médiathèque déconnectée, où j'explique que je me suis remis aux vinyles, aux DVD, aux livres et que je n'ai pas de télé. S'ils me coupent l'internet, je continuerai à lire mes livres avec une bougie. Revenir à l'objet, revenir à des choses déconnectées surtout, c'est très important. N'avoir rien de connecté, pouvoir faire sans.

Vous avez atteint le montant souhaité de votre financement participatif en un temps record, ça a dû vous mettre en joie…

Nous étions au fin fond du confinement et j'ai vu toute cette lumière jaillir, exploser… C'est ça le vivant ! Face à une agression, les anticorps se mettent en action et l'équilibre se fait. La nature, c'est une quête d'équilibre permanente. Tous les déséquilibres que je vois dans la nature, sont créés par l'humain. La nature va toujours aller vers l'équilibre. En plein trou noir, avec ce film-là, on apporte une meilleure solution. Cela ne sert à rien de contester, il faut FAIRE. Si j'ai décidé de ne pas faire de maraîchage moi-même pour vendre des légumes, c'est parce-que mon rêve ultime, c'est qu'il y ait 100 fois plus de permaculteurs, d'agriculteurs biologiques… et qu'on soit dans une abondance folle de nourriture, qu'on en ait tellement que ça fasse baisser les prix. Là où je suis, je suis en train de créer un groupement d'acteurs et de consommateurs du naturel qui s'appelle NatureLT.fr . On y référence dans un rayon de 50 kilomètres maximum tous les acteurs du naturel. Et nous faisons des marchés producteurs, des conférences, et allons créer une monnaie locale aussi. Il suffit de faire !

Tes projets pour l'avenir ?

Le groupement " NatureLT " (natureLT.fr), : il y a un site internet, tout est en place. On n'est que quatre acteurs pour l'instant, mais progressivement des nouvelles personnes vont arriver. Aujourd'hui, je suis vraiment tellement concentré sur la promotion du film, que je n'ai pas beaucoup de temps pour filmer à côté.

Malgré les besoins, il y a Philippe qui fait des plantes aromatiques, sans label, c'est un écologiste radical qui vit en forêt. Après, j'ai fait une vidéo avec un couple d'acteurs agriculteurs biologiques. Elle était secrétaire médicale dans l'industrie pharmaceutique et lui était commercial dans l'industrie phytosanitaire (il vendait des pesticides aux agriculteurs). Ils se sont réveillés, ils ont eu un enfant, et se sont dits qu'il était temps d'arrêter. Il a repris la ferme de son père - 160 hectares - qu'il a convertis en bio. Juliette fait référence, dans le film, à toute cette diversité de gens qui viennent dans le milieu paysan avec d'autres expériences de vie. Je connais un gars qui fait des yaourts extraordinaires grâce à ses vaches qu'il ne soigne qu'en phytothérapie. Elles sont sur 100 hectares en pâturage toute l'année et il a investi dans une salle de traite mobile pour aller les traire dans les champs. La qualité de son lait est incomparable ! Il leur propose des plantes médicinales, des chicorées... C'est un acte très politique pour montrer que dans un petit périmètre, à 50 kilomètres maximum, on a tout à portée de main. Cela va créer de l'emploi, cela va créer de l'envie aux gens de s'entraider et se complémenter pour faire grossir les ressources.
Ma vie depuis dix ans est régie de cette manière, comme un jardin de permaculture : j'ai créé une mare au début, pour ensuite mettre autour plein de biomasse, des matières organiques, des pierres... de là, j'ai fait partir une zone de culture, puis j'ai planté deux, trois arbres fruitiers, puis, je planterai de la vigne, et je créerai une zone de plantes aromatiques… Quand tu fais avec sens, ça ne te porte que vers des projets grandissants ! L'idée, c'est que cela puisse se faire sans moi, que s'il m'arrive quoique ce soit, la dynamique sera là.
Nous avons créé un manifeste. En ligne, tu as le manifeste avec une page de présentation du mouvement. Les gens qui rentrent dans NatureLT sont en accord avec le manifeste. Il y a trois coordinateurs, qui sont venus d'eux-mêmes. Comme le dit Louis, dans le bateau, en tant que capitaine, progressivement, il se met en retrait pour qu'après il n'y ait plus besoin de lui. C'est ce que je veux, c'est que l'on n'ait pas besoin de moi. C'est pour cela que je fais des stages en permaculture : j'organise quatre ou cinq stages à l'année chez moi, où je transmets dans la théorie et dans la pratique la permaculture et ensuite les apprentis n'ont plus besoin de moi.
Un proverbe dit : *"donner du poisson à un homme le sauve pour la journée, mais lui apprendre à pêcher, le sauve pour la vie"*. Mon objectif c'est d'autonomiser les gens au maximum, cela fera baisser la pression économique. Et ça économise notre santé..



Phare sur un Artiste

Quelle question aurais-tu aimé que je te pose, et quelle réponse y aurais-tu apporté ?

Es-tu heureux Stéphane ?

Oui et non… j'ai un sentiment d'essoufflement parce que je me donne à fond, tout le temps. L'Abbé Pierre disait cette phrase : *"La mort, je l'attends, ce seront les grandes vacances pour moi"* parce qu'il était dans le développement et à l'échelle planétaire. Il a vraiment fait des actes extraordinaires, il n'a pas seulement parlé, il a fait.

Alors oui, je suis très heureux de ce que je fais, mais c'est fatigant. J'aimerais aussi me poser un peu plus, mais je ne pense pas que ce soit viable de n'être qu'heureux, cela n'existe pas. C'est encore une histoire de la nature. Desfois, le bonheur naît du malheur, en fin de compte. C'est parce que tu as souffert que d'un seul coup, tu vas te réjouir. C'est comme les disputes conjugales qui redonnent envie de se prendre dans les bras. Il n'y a pas de conte de fée, l'absence de dispute est impossible. Donc, c'est oui et non, je pense que c'est le juste milieu, du "vivant".

Est-ce que tu as un mot de conclusion ? Quelque chose encore que tu aimerais ajouter ?

Merci beaucoup à toi Yohan de m'avoir proposé cet interview. Je tiens à ce que tu mentionnes dans l'interview que je te remercie vivement, parce que c'est la suite logique du film : générer de belles énergies. Ce film, c'est comme planter une graine, ou pour aller encore plus loin, comme faire germer un pépin de pomme et qu'après ce jeune plant, grandisse, soit mis en terre quand il fait 20 centimètres de haut à l'automne ; et après, c'est le non-agir, on le laisse faire en espérant qu'il nous fasse des pommes un jour. Tu fais partie des fruits de ce film, de venir vers moi, de me proposer de prendre la parole, de discuter simplement comme cela avec Louis. C'est l'éclosion du film. C'est un projet qui invite à ça, à créer du lien, à dynamiser et nourrir des projets, mais aussi à nourrir l'âme.

Ça fait vraiment plaisir à entendre. C'est un peu l'état d'esprit du Pharandol de proposer des solutions plutôt que de déplorer l'état de dégradation du monde.

En n'écoutant que des mauvaises nouvelles, on baisse notre immunité, on s'affaiblit beaucoup. Il faut vraiment se nourrir de beau, de bon et de solutions. Pour moi, le fait d'aller dans mon jardin est hyper régénérant. Je ressens énormément de bien en allant fermer la porte de mes poules, en changeant leur eau. Tout comme d'aller uriner sur mon compost. D'ailleurs, nos déjections ne sont pas sales, elles sont notre alimentation : on produit notre propre engrais. C'est réjouissant, parce qu'on est tous acteurs, on fait partie du système, mais on a quand même le sentiment d'avoir un pied hors du système comme quand je recycle mon urine par exemple et que j'arrose avec, ou quand je fais mes propres semences et que je les améliore génétiquement. On est sur Telegram, là ensemble, devant mon smartphone et devant le Mac Book pro, alimenté par l'énergie nucléaire de la centrale de Chinon. Oui, nous sommes dans le système, mais il faut quand même continuer à garder ce pied hors système et le cultiver, le muscler.

Propos recueillis par Yoh
Avec l'aide précieuse de Sylvia ▪

Les Plantes qui Guérissent !

Côlon, émoi et moi...

Le côlon est la dernière partie de la sphère intestinale, celle par laquelle l'être laisse aller ce dont il n'a plus besoin, et le corps ce qui ne lui est plus nécessaire. Cet espace organique exige le lâcher-prise vis-à-vis des expériences douloureuses, le détachement des marées émotives, mais interroge aussi sur le sentiment d'insécurité intérieure, la dysharmonie initiale entre la raison et les sentiments, entre le cérébral et l'affectif. Lorsqu'il y a un "trop-plein" par le doute, le questionnement, l'hésitation, la fatigue, cela génère une hyperactivité nerveuse oxydante, l'être ne prenant pas (ou plus) le temps de digérer, d'assimiler, d'accepter. Il entre alors dans une situation de stress persistante et d'angoisse permanente. Le côlon est en émoi car il ressent le premier les tensions et envoie des signaux d'alerte : douleurs abdominales, troubles du transit, insomnie, sommeil non réparateur, rejet des retards et du temps, impatience, énervement, colère agressive se manifestent.

Les plantes **dépuratives, drainantes et décongestionnantes** sont d'un grand secours pour la sphère intestinale, considérée comme le lieu où habite le "moi", et en interdépendance avec le cerveau. Elles ont une action positivante sur le mental, le psychisme et l'émotivité, encourageant l'expulsion des retenues psychologiques et des nouures bio-physiologiques.

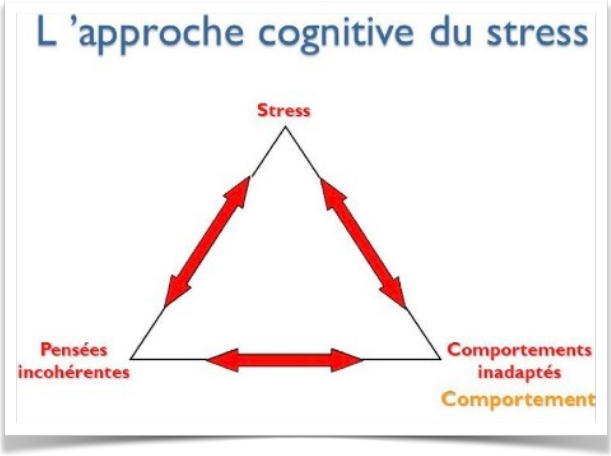


Je n'en citerai que quelques-unes, car elles sont nombreuses à posséder des qualités apaisantes tranquillisant le flux émotionnel : la **carotte** (dulcifiant l'exigence), la **coriandre** (harmonisant créativité et spiritualité), le **fenouil** (facilitant la digestion des épreuves), la **mauve** (adoucissant la rigidité intérieure), la **guimauve** (favorisant la souplesse mentale), la **menthe poivrée** (assouplissant la fluidité sanguine), les graines de **plantain** associées au **curcuma** (protégeant contre les parasitages psychiques), la **myrtille** (apportant une claire vision), le **romarin** (tonifiant l'esprit et réveillant la conscience).
La **fraise** apporte légèreté, candeur et spontanéité, elle adoucit le cœur, redonne Courage, audace, et disperse les peurs.
Le **raisin blanc** remet debout en montrant à l'être qu'il a la capacité à vivre son existence selon ce qu'il est. Il fait prendre conscience que l'on ne doit plus laisser les autres décider à sa place. Il éclaircit l'intellect, libère les richesses ignorées. Il affine la chair et l'esprit,. redonnant souplesse et finesse.

(Source : "La Phytothérapie"" de Sylvie Verbois)

Guide Psycho





L'APPROCHE COGNITIVE

Dans cette approche, le stress n'est pas seulement fonction de l'événement ou de l'individu. En effet, la réponse au stress s'opère lorsque la situation est évaluée comme dépassant ou pouvant mettre en péril le bien-être du sujet. Autrement dit, cette réponse au stress est le fruit d'un déséquilibre entre les exigences de l'environnement et les ressources du sujet pour y faire face *(Bruchon-Schweitzer, 2002 ; Folkman, Lazarus, Gruen et Delongis, 1986 ; Lazarus et al., 1984).*

Pour rendre compte du processus d'attribution causale, c'est-à-dire l'explication relative de la survenue des événements *(Heider, 1958 ; Kelly, 1967)*, Rotter propose en 1966, le "concept de contrôle interne versus externe des renforcements" ("locus of control" ou LOC). Selon l'auteur : *"… quand un sujet perçoit un renforcement comme n'étant pas totalement déterminé par une certaine action de sa part, ce renforcement est perçu comme le résultat de la chance, du hasard, du destin, ou comme fait d'autres tout-puissants…"*

En d'autres termes, on parle de lieu de contrôle externe lorsque l'événement est perçu comme indépendant de la volonté du sujet. A l'inverse, on parle de lieu de contrôle interne si *"la personne considère que l'événement dépend de son propre comportement ou de ses caractéristiques personnelles relativement stables".*

Les travaux de Rotter sont le fruit d'un compromis entre la psychologie américaine de l'apprentissage, à savoir le connexionnisme classique *(Hull, 1943, 1952)* et le cognitivisme. La théorie de Rotter s'appuie sur trois conceptions fondamentales telles que le renforcement, les attentes et la situation psychologique.

Le renforcement (sanction ou événement positif), est l'objet de contrôle lui-même ; il ne peut être appréhendé seul, il nécessite l'apport des attentes.

Les attentes font référence à la probabilité qu'un renforcement particulier se produise, à la suite d'un comportement spécifique du sujet. Bien sûr, ce comportement vise à satisfaire la concrétisation d'une situation donnée.

La situation psychologique. Elle repose sur la signification psychologique d'une situation, en fonction de la genèse du sujet, de son expérience. La situation psychologique fait référence aux convergences entre les variables de personnalité (besoins, habitudes, vécu affectif…) et celles liées à la situation (caractéristiques de l'environnement, moment d'apparition, durée…).

Les sujets internes sont supposés mieux s'adapter aux événements de vie que les sujets externes. Or, l'évaluation cognitive de la situation psychologique ainsi que les stratégies de gestion de crise, ou l'évaluation cognitive et les stratégies d'ajustement du sujet, agissent à titre de médiateurs dans la relation qui s'opère entre celle-ci et l'agent stresseur.

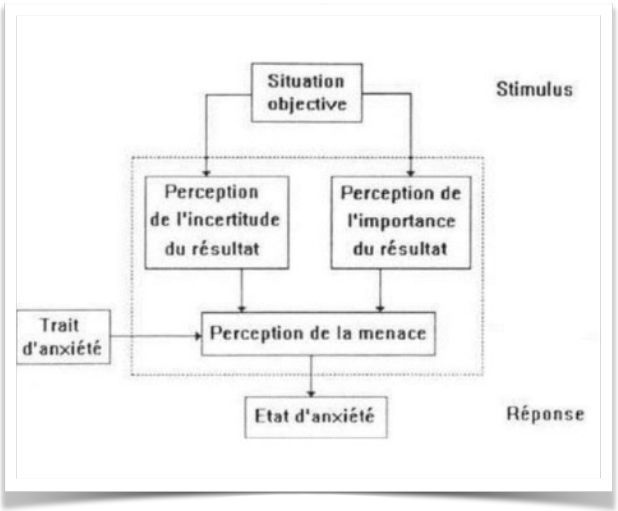
Guide Psycho



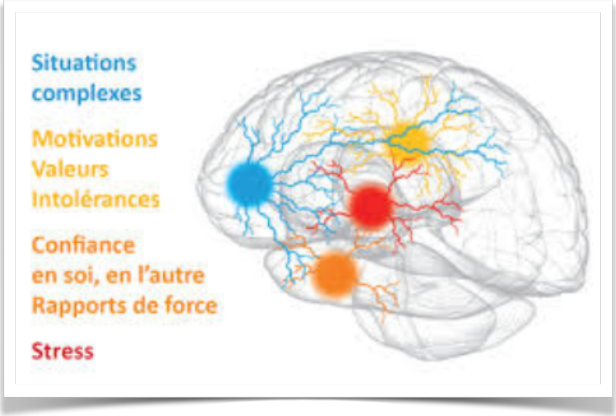
L'internalité c'est la croyance en matière de renforcements internes *("Je sais contrôler ce qui m'arrive")*. L'externalité retrouve deux types de sous-ensemble tels que : "la chance" *("dans une certaine mesure, ma vie dépend d'événements aléatoires")*. Ici, l'accès est posé sur la notion de hasard *("pour obtenir ma libération, je dois donner satisfaction aux dominants ou à celui qui me maltraite")*.

Les sujets sont capables d'autorégulation et d'auto-réflexion afin de modeler leur environnement physique et social. L'efficacité personnelle provient d'un type spécifique d'attente lié aux croyances personnelles. Elle vise à faire adopter par le sujet un comportement particulier dans le but de produire un résultat convenu. L'efficacité personnelle, fait davantage référence à la confiance que le sujet s'accorde afin d'exécuter certains comportements.

"Je peux résoudre la plupart de mes problèmes si j'investis les efforts nécessaires". "C'est facile pour moi de maintenir mon attention sur mes objectifs et accomplir mes buts".



Les caractéristiques personnelles se décomposent en croyances pouvant être externes et incontrôlables ou, internes et contrôlables. En outre, les sujets qui utilisent ce dernier type de croyances (internes et contrôlables) usent davantage de stratégies de coping centrées sur le problème que les sujets qui attribuent la survenue des événements à des causes externes et incontrôlables.

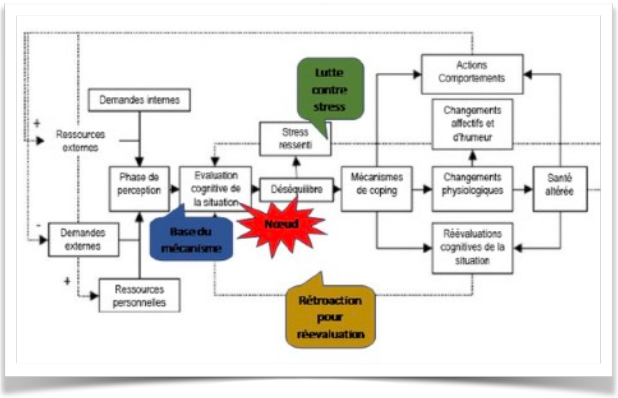


Les caractéristiques personnelles peuvent revêtir la forme de l'endurance. Cette dernière correspond au vecteur stable de la personnalité qui permet au sujet de résister aux sollicitations de l'environnement. On peut distinguer trois styles d'attitudes propres aux sujets endurants à savoir l'engagement (implication dans la vie sociale), le défi (changement perçu comme une opportunité de développement personnel) et le contrôle (persistance à croire qu'ils peuvent influencer et maîtriser les événements).

Les caractéristiques personnelles peuvent également renvoyer à l'anxiété, c'est-à-dire à une attitude régulièrement adoptée par les sujets qui consiste à percevoir subjectivement, des situations potentiellement stressantes comme



réellement dangereuses (plus l'anxiété est forte, plus la situation est perçue comme menaçante).



L'anxiété correspond à un élément stable et durable de la personnalité (disposition). A cela, on distingue l'anxiété-état. Elle peut se caractériser par un sentiment d'appréhension ou de perception d'un danger imminent. Ce type d'anxiété est épisodique. Il se réfère à une situation spécifique et cadrée dans le temps (événement).

L'anxiété-état peut jouer un rôle modérateur dans la transaction entre le sujet et son environnement ou la maladie. Dans cette perspective, elle permet une "anticipation situationnelle" à caractère probabiliste ou approximatif. Cette anticipation a pour but de pallier aux aspects incontrôlables et imprévisibles de l'environnement physique et social ou de la maladie elle-même.

Un niveau élevé d'anxiété est souvent associé à une multitude de pathologies somatiques telles que la migraine, l'insomnie, l'asthme… Chez les sujets dont l'anxiété est patente, le risque de morbidité et de mortalité est supérieur à celui des populations dont l'anxiété est moins élevée.

Il faut toujours faire une différence entre l'angoisse formative et l'angoisse pathogène. L'angoisse formative est nécessaire à l'intégration de tout vécu existentiel. Cette angoisse a un rôle et doit ensuite laisser la place à la vie sereine. Lorsqu'elle ne fait pas ce travail elle devient l'angoisse pathologique, une situation défensive s'est transformée en enfermement névrotique.

Le profil comportemental de type A : ces individus ont un haut niveau d'aspiration sociale, d'impatience et d'hostilité et un goût prononcé pour la compétitivité et le challenge.

Le profil comportemental de type B : c'est l'opposé du type A.

Le profil comportemental de type C : est marqué par la difficulté de verbaliser des émotions telles que la colère, la peine ou l'hostilité. Il correspondrait davantage à un sujet "faussement non anxieux".

L'affectivité positive (AP) est un ensemble de points bénéfiques et intrinsèques au sujet (enthousiasme, éveil, vitalité, curiosité…).

L'affectivité négative (AN) est indépendante de l'expérience émotionnelle du sujet. Il s'agit d'une composante stable de la personnalité.

L'affectivité négative semble être un bon prédicteur en matière de perception subjective du bien-être.

A suivre …

Jean-Yves Jézéquel ■



LES PRINCIPES DE L'ARCHIPELLISATION

1 – Sur le plan de la personne et de la relation à l'autre

Lorsqu'on est désireux d'entrer dans un collectif et de participer à ses engagements et activités qui nous ont interpellés, qui nous intéressent, on s'est d'abord préoccupé de savoir quelle était la charte qui définissait, dans les grandes lignes, les motivations, les objectifs, les intérêts de ce collectif.

La charte est le premier cadre qui me permet de savoir dans quoi je m'engage. Puis il y a le détail des activités dans lesquelles je dois trouver une affinité avec mes compétences et mes désirs.

Le collectif doit me donner le cadre dans lequel je pourrai réaliser mon rêve, mon aspiration, mon désir essentiel…
Maintenant, il y a les personnes qui incarnent les collectifs, et ces personnes peuvent avoir leurs limites humaines, leurs blessures, leurs failles psychologiques, leurs lacunes, voire éventuellement leurs carences affectives, des troubles de la personnalité, une psychopathologie plus difficile à discerner pour une personne qui n'est pas professionnelle du psychisme humain, et des déviances éventuelles relevant d'un problème avec la question des limites. Mais là, c'est la situation habituelle de chacun dans la vie. C'est en permanence que nous devons percevoir et discerner ce qui se trouve en face de soi…

Des personnes bien intentionnées peuvent ignorer les véritables motivations qui habitent le sous-sol mental de leur vie intra-psychique, de leur vie dite inconsciente.

Quelqu'un qui ne se connaît pas vraiment dans sa profondeur, parce qu'il n'aura jamais réalisé ce sondage existentiel sur lui-même, aura bien du mal à discerner ses motivations inconscientes et les impacts que ces motivations pourraient avoir sur ses comportements, ses pensées, ses décisions, ses actes…

Le meilleur remède à ce problème qui concerne les relations sociales, professionnelles, amicales, familiales même, c'est d'avoir réalisé soi-même ce travail. Lorsqu'on a réalisé un travail sur soi important, la connaissance existentielle qui en découle, permet d'opérer intuitivement un discernement concernant les autres. On ne peut rien savoir d'important sur ce qui se passe à l'extérieur de soi si l'on ne sait rien de l'importance de ce qui se passe à l'intérieur de soi. Ceci est capital pour être tranquille et armé face à la complexité du psychisme humain qui peut être blessé par une psychopathologie quelconque indétectable au premier abord…

Se défendre efficacement contre ce qui peut relever de la prédation, dépend exclusivement d'une capacité à opérer un discernement rapide, basé sur une connaissance de soi travaillée et confrontée à la réalité de l'existence individuelle et collective. *"Connais-toi toi-*

même et tu connaîtras l'Univers et les dieux", disait le gnôthi seauton de Socrate, faisant référence à l'oracle de Delphes.

Cette connaissance de soi est la règle la plus importante de la capacité à se défendre face à tous les dangers, car c'est cette connaissance-là qui permet de tout anticiper intuitivement.

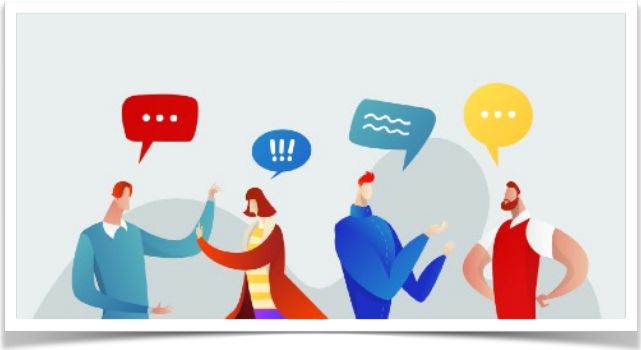
Une bonne intuition, c'est une bonne connexion de sa vie consciente avec sa vie inconsciente. On le voit, l'essentiel c'est d'avoir exploré sa vie inconsciente afin de faire de celle-ci un océan cognitif en contact permanent avec la mémoire, qu'elle soit celle de l'ontogenèse, de la biogenèse et de la phylogenèse. C'est alors que son propre vécu, sa propre expérience, sa connaissance existentielle, peut gérer n'importe quelle situation, face à la complexité du vivant qui peut être harmonieuse comme dysharmonieuse…

Une conscience éveillée, c'est une conscience qui est connectée à la connaissance de l'expérience, celle de son lien intime avec cette part majeure de l'âme humaine qui est la base immergée de l'iceberg humain.

L'homme physique est relativement facile à connaître : on en fait vite le tour. L'homme psychique commence à devenir plus compliqué à comprendre et celui-là ne peut être connu que par la connaissance de soi. Puis il y a l'homme spirituel qui se trouve dans la profondeur, c'est l'homme réalisé, l'homme spirituel, l'homme transformé par une métamorphose de l'âme et de ses symboles. C'est seulement à ce niveau-là que l'on est en mesure de discerner le monde archétypal et le subconscient du numineux, la part d'ombre, le double qui habite le Moi égotique en marche vers sa transformation en Soi cosmocentrique. C'est à ce niveau profond que peuvent surgir les motivations dysharmonisantes de la psychè, qu'il n'est possible de discerner que par une expérience de la connaissance de soi à ce niveau !

C'est là toute la question d'un éveil supérieur de conscience. Dans cet éveil, tous les moyens sont donnés de connaître, de discerner, de savoir où est le danger, où est le mal, où est l'erreur. Dans cet éveil, le mensonge ou la manipulation sont impuissants. Un tel éveillé voit d'emblée la falsification, la manipulation, ce qui est soigneusement occulté…

Il sait où il peut mettre les pieds sans être surpris par les sables mouvants de la psychopathologie, névrotique comme psychotique…



2 – Sur le plan du groupe et de la relation au groupe nommé "collectif".

Le groupe homogène

Le groupe homogène peut être de trois formes différentes : la secte, (religieuse, idéologique, politique), la caste ou encore la classe sociale…
Les collectifs se composent d'individus quelconques, de professions différentes, d'intelligence et de formation différentes, de sensibilités différentes et aussi de religions différentes, mais qui se sont regroupés pour vivre en commun une expérience allant dans le même sens, dans la même direction, celle du « vivre autrement » et du « vivre bien ».

La psychologie des humains en groupe, est différente de leur psychologie individuelle, et l'intelligence ne joue aucun rôle dans les comportements du collectif. Seuls des sentiments inconscients peuvent alors agir.

Quand les humains ont cherché à fusionner dans de grands congrès les représentants de la population ouvrière avec ceux des autres classes sociales, on a quasi systématiquement obtenu les discordes. Pour donner un exemple parlant : un collectif français sera très attaché à l'égalité et à la fraternité, alors qu'un collectif anglais ne pensera que liberté. Ces différences de cultures engendrent autant de collectifs qu'il y a de populations.

Le sentiment de la responsabilité, donne aux actes humains des orientations différentes.

La secte marque le premier degré dans l'organisation d'un collectif homogène. Elle comprend des individus d'éducation, de professions, de milieux parfois très différents, n'ayant entre eux que le lien unique des croyances. Telles sont les sectes religieuses et politiques, par exemple.

La caste représente le plus haut degré d'organisation inspirant un collectif. Alors que la secte est formée d'individus de professions, d'éducation, de milieux souvent dissemblables et rattachés seulement par la communauté des croyances, la caste ne comprend que des individus de même profession et donc d'éducation et de milieux à peu près identiques. Telles sont les castes militaire, bancaire, sacerdotale.

La classe se compose d'individus d'origines diverses, réunis non par la communauté des croyances ou des idéologies, comme les membres d'une secte, ni par la communauté des occupations professionnelles, comme les membres d'une caste, mais par certains intérêts, certaines habitudes de vie et d'éducation semblables. Un collectif doit donc a priori appartenir au monde de la classe sociale, pour échapper à l'ornière sectaire ou à celle de la caste qui exclut toutes les différences…



La question des meneurs

La nécessité des meneurs paraît évidente, sous le nom de « chefs de groupes » ou de « référents », on les retrouve dans tous les collectifs. Ils sont les souverains des réunions, des groupes, des assemblées. Les hommes en collectif ont tendance à ne pas pouvoir se passer de « maître », c'est pourquoi les votes qui sont organisés dans une assemblée, ne représentent généralement que les opinions d'une minorité !

Les meneurs n'agissent que très peu par leurs raisonnements, ils le font plus par leur image, leur prestige et par l'importance qu'ils se donnent souvent en prétextant qu'ils sont les fondateurs ou les garants de l'originalité du collectif et de sa préservation. Qu'une circonstance quelconque les en dépouille et ils n'ont plus d'influence. Sentant cela, ils auront tendance à éliminer, d'une façon ou d'une autre, ce qui les prive de cette aura…

Le prestige des meneurs est individuel et ne tient ni au nom ni à la célébrité.

Le collectif « subit » le prestige du meneur et ne fait intervenir dans sa conduite aucun sentiment d'intérêt ou de reconnaissance.

Le meneur doué d'un prestige suffisant possède un pouvoir presque absolu. Aujourd'hui, un meneur précède rarement l'opinion, et il se borne le plus souvent à en adopter les erreurs.

Les moyens de persuasion des meneurs, après le prestige, sont les facteurs qui lui permettent de pénétrer, d'une façon inconsciente, la psychologie des groupes, et savoir comment leur parler, connaître surtout la fascinante influence des mots, des formules et des images. Il lui faut posséder une éloquence spéciale, composée d'affirmations énergiques et d'images impressionnantes, encadrées de raisonnements généralement sommaires.

Les meneurs ont intérêt à verser dans les plus invraisemblables exagérations. Cette éloquence spéciale a régné sur toutes les assemblées, et dans les périodes critiques, elle ne fait que s'accentuer.

Le meneur peut être quelquefois intelligent et instruit ; mais cela lui est généralement plus nuisible qu'utile pour rester à sa place de meneur. En démontrant la complexité des choses, et permettant d'expliquer et de comprendre, l'intelligence rend indulgent, et émousse fortement l'intensité et la violence des convictions nécessaires aux apôtres.

Il est effrayant de songer au pouvoir que confère à un homme entouré de prestige une conviction forte, unie à une extrême étroitesse d'esprit ! Ces conditions sont cependant nécessaires pour ignorer les obstacles et savoir vouloir. D'instinct, les foules reconnaissent dans ces convaincus énergiques les maîtres qu'il leur faut.

Tout ce que nous venons d'énumérer est bien entendu une fragilité de la psychologie humaine qui ne doit pas se trouver dans un bon collectif désireux de vivre la "gouvernance partagée" !

Dans une assemblée, le succès d'un discours dépend presque uniquement du prestige de l'orateur, et nullement des raisons qu'il propose.

L'orateur inconnu arrivant avec un discours rempli de bonnes raisons, mais seulement de raisons, n'a aucune chance d'être écouté.

Les assemblées montées à un certain degré d'excitation, deviennent identiques aux groupes hétérogènes ordinaires, et leurs sentiments présentent par conséquent la particularité d'être toujours extrêmes. On les verra se porter à des actes d'héroïsme ou aux pires excès. L'individu cesse d'être lui-même, et approuvera les mesures les plus contraires à ses intérêts personnels. C'est dans ces conditions que l'on découvrira la "fabrique du consentement" et "la servitude volontaire"…

Les assemblées collectives peuvent devenir inconscientes et subir les suggestions opposées à leurs intérêts. Arrivée à ce degré d'automatisme complet, aucune considération ne peut empêcher les personnes de céder aux suggestions qui les hypnotisent.

Mais, après avoir exercé son action créatrice, le temps commence cette oeuvre de destruction à laquelle n'échappent ni les dieux ni les hommes. Arrivée à un certain niveau de puissance et de complexité, toute organisation et toute civilisation cesse de grandir ; dès qu'elle ne grandit plus, elle est condamnée à décliner rapidement.

Pour éviter de ruiner le projet d'une "gouvernance partagée".

L'individu peut croître en personnalité et en intelligence, mais en même temps aussi "l'égoïsme collectif" du groupe peut parallèlement être remplacé par un développement excessif de l'égoïsme individuel, accompagné de l'affaissement du caractère et de l'amoindrissement des aptitudes à l'action. Ce qui formait un collectif, une unité, un bloc, peut finir par devenir une agglomération d'individus sans cohésion et que maintiennent artificiellement pour quelque temps encore les traditions et les institutions de ce collectif. C'est alors que divisés par leurs intérêts et leurs aspirations, ne sachant plus se gouverner, les hommes demandent à être dirigés, dans leurs moindres actes, et c'est ainsi qu'une autorité commence à exercer son pouvoir et son influence qui absorbe tout dans ses prérogatives. La "gouvernance partagée" ne sera plus possible dans ce cas de figure.

Avec la perte définitive de l'idéal premier, un groupe finit par perdre aussi son âme. Le collectif peut devenir une poussière d'individus isolés et retourner à son point de départ: un groupe informel. Il en présentera alors tous les caractères transitoires sans consistance et sans lendemain. Le collectif n'aura plus aucune pérennité et tombera à la merci de tous les hasards qui se présenteront.

Quelque chose qui relève de la peur de perdre un bien qui a été engendré par une créativité, dans le processus de développement du collectif, peut se présenter au moment où ce collectif commence à prendre de l'envergure et à attirer beaucoup de monde.

Les fondateurs ayant mis au monde cet "enfant", peuvent prendre peur de le voir grandir ! Lorsqu'on met au monde un enfant c'est pour le voir grandir et se différencier du modèle parental pour qu'il puisse trouver sa maturité, son originalité, sa propre vie. Un enfant n'est pas destiné à devenir le clone parfait de son modèle parental. Les parents doivent accepter de voir leur enfant devenir quelqu'un d'autre qu'eux-mêmes, ils doivent accepter de le voir grandir, de le voir devenir différent, autre, avec son propre vécu. Une identification au modèle doit toujours déboucher sur une différenciation du modèle. Si cela n'a pas lieu, alors il y a un gros problème qui se présentera rapidement.

Chaque membre d'un collectif a l'initiative de sa propre vie, chacun est là pour un "vivre autrement" et un "vivre bien", dans "la gouvernance partagée"…

La ligne qui conduit un collectif doit être clairement indiquée dans la Charte de ce collectif : c'est tout. Le reste relève de l'originalité de chacun et des initiatives de chacun dans cette direction.



C'est la raison pour laquelle j'ai conseillé la lecture de Jérôme Baschet ou la mienne sur le Chiapas au Mexique, car cette expérience est tellement bien pensée, structurée, construite pour la "gouvernance partagée", et "l'auto-gouvernement", qui ont fait leurs preuves, qu'il me semblait

indispensable à chacun de connaître dans le détail ces "communaux collaboratifs" du Chiapas, pour s'en inspirer dans le fonctionnement de nos propres collectifs en France.

Sans une telle organisation, il est quasi certain que les egos viendront démolir cette expérience à plus ou moins brève échéance.

Il faut beaucoup de "détachement" lorsqu'on accepte de fonder un collectif et ne pas vouloir en être coûte que coûte le "propriétaire", soucieux de le conserver dans la forme qu'on lui a donnée à l'origine. C'est seulement dans le fond qu'on lui a donné qu'il faut être vigilant mais pas dans la forme, car, pour reprendre l'analogie utilisée plus haut, un enfant à beau ressembler à ses parents, il est tout de même très différent de ses parents.

Je fais un enfant et après, c'est la vie qui décide ce que deviendra cet enfant pas le parent. Le travail essentiel du parent c'est de veiller justement à ce que la liberté d'évolution et d'épanouissement de l'enfant soit garantie. Dans le cas d'un comportement qui veut imposer à un collectif une seule manière de se développer, celle qui correspond au petit livre ou catéchisme rouge du fondateur, il y a de fortes chances que ce mouvement bascule très vite dans l'ornière de la sectarisation.



A ce moment-là, dès qu'une vision s'accroche et devient sectaire, s'en est fini d'un collectif aux ambitions sociales "d'auto-gouvernement".

Il est primordial d'envisager une archipellisation de tous les collectifs pour éviter que chacun reste seul dans son coin. C'est dans ce schéma isolationniste que le pouvoir en place a tout loisir de détruire, de neutraliser, de court-circuiter les expériences et de les rendre "inoffensives". Il ne s'agit pas du tout d'une uniformisation ou d'une absorption de tous ces collectifs en un seul bloc, mais d'une reliance créée entre ces mouvements pour les rendre plus efficaces, plus forts grâce à l'organisation de l'archipel…

Pour lutter contre le danger d'un pouvoir se sentant menacé par ces dissidences sociétales, il ne faut pas qu'il y ait uniformisation, mais il faut, pour faire le poids et s'entraider, des ponts, des passerelles jetées entre chaque collectif constituant chacun une île de l'archipel…

Chaque groupe de travail, peut aussi trouver un développement inattendu dans un autre collectif qui a déjà fait un long chemin dans tel ou tel domaine… Cette expérience partagée par plusieurs collectifs peut être absolument enrichissant, efficace et permet surtout d'éloigner l'ornière sectaire qu'il faut impérativement éviter.

Voilà quelques indications et conseils de discernement sur les motivations des personnes dans un groupe et sur la nature des groupes dit "homogènes".

Jean-Yves Jézéquel ■

Phare Spirit



LA SPIRITUALITÉ, KOI C'EST ?

Lorsque j'ai eu l'idée, il y a quelques mois, de vous proposer une rubrique sur la spiritualité, j'ai d'abord commencé à parler des formes-pensées et égrégores, qui sont, selon moi, des concepts à entendre vis-à-vis de ce qui se joue actuellement dans notre pays et plus globalement sur notre planète. Et puis, le mois dernier, j'ai abordé les accords toltèques, un peu "la base" dans la compréhension de soi, l'approche d'une spiritualité "pratique".

Mais je me rends compte que j'aurais peut-être dû commencer par le commencement : c'est quoi la spiritualité ?

"Nous ne sommes pas des êtres humains ayant une expérience spirituelle. Nous sommes des êtres spirituels ayant une expérience humaine" (Pierre Teilhard de Chardin). On peut mettre le mot "divin" à la place de spirituel, cela revient au même. Et quand j'utilise le mot "divin", ce n'est pas en lien avec la religion, qui est plutôt branchée sur un dogme, des croyances, des interprétations, une petite touche d'ego, etc. Non, le mot divin est à entendre comme étant le grand soi, l'univers, la Source de toute chose.

La spiritualité relève de ce que l'esprit peut concevoir, entreprendre et réaliser. C'est une composante de chacun d'entre nous, même si nous ne la cultivons pas tous de la même manière. De même que notre corps est une composante de chacun d'entre nous, bien que nous ne le cultivons pas tous de la même manière. Le fait est que la spiritualité relève de tout ce qui n'est pas matériel, ni physique, c'est un peu notre mode intérieur. Notre voix(e) intérieure.

C'est une façon de percevoir le monde et ressentir l'invisible. Alors que notre corps est soumis à tout ce qui est physique, matériel, notre esprit est sans limites. Nous sommes souvent les seuls à nous poser ces limites. A nous juger incapables.

Pour des enfants qui vivent dans un milieu équilibré, ils savent instinctivement laisser courir leur esprit, développer leur imaginaire. Pour eux, tout est possible. C'est en devenant "adulte" que l'on perd cette forme d'innocence et de clarté dans l'expression du divin en nous. Et du coup, pour retrouver cet état d'être "initial", nous devons partir à la recherche de nous-même. Cela passe par l'acceptation, le silence, la bienveillance, la confiance, le pardon, le lâcher-prise, la sérénité, la connaissance de soi… Mais aussi parfois, dans ces phases d'introspection, nous sommes confrontés à nos parts plus "sombres" telles que la colère, la tristesse, la sensation de ne jamais y arriver, le ressentiment, la victimisation, etc.

La spiritualité est aussi la quête de sens, la quête de soi, l'alignement avec soi, l'élévation de soi, la révélation de soi… C'est prendre le temps d'écouter et de sentir ce que l'univers essaye de nous partager, en nous, autour de nous, au-dessus de nous.

Bien souvent on s'identifie à son apparence, son physique, son style, son caractère, son nom, son âge, sa couleur, son sexe, sa religion et j'en passe. Mais tout cela représente le visible. Se poser les questions suivantes sont les prémices d'une démarche spirituelle : Qui suis-je ? Pourquoi suis-je ici ? Que fais-je et où vais-je ? Dans quel but ? Cela peut paraître un peu caricatural, et pourtant ces questions sont profondes et nous invitent à réfléchir et à repenser notre condition. Selon moi, il y a le visible et l'invisible, le charnel (matériel) et le spirituel…

Le spirituel est sans limites, parce que l'esprit est sans limites. Certaines personnes y consacrent leur vie entière et continuent leur quête, leur apprentissage, leur cheminement. Il n'y a pas vraiment d'âge ou de prédisposition pour s'éveiller. C'est juste prendre le temps et s'écouter. Oui, ce n'est pas toujours évident dans notre mode de vie moderne où tout va très vite et dans lequel les interruptions et les distractions sont omniprésentes. Pourtant, se concentrer sur soi est nécessaire pour vivre une vie riche et pleine de sens.

Voici trois autres "définitions" de la spiritualité, glanées sur la toile :
"La spiritualité, c'est la connexion à son être intérieur, à l'autre, aux autres, à l'ensemble, y compris à ce qui nous dépasse."

"La spiritualité, c'est simplement la vie de l'esprit et de la conscience. (...). Il s'agit simplement d'une fonction naturelle de l'être humain, comme la sexualité ou l'affectivité... La spiritualité concerne nos valeurs, ainsi que le sens que l'on attribue au fait d'être vivant dans ce monde."

Source: Le site web de Jean-Dominique Michel, sociologue et thérapeute suisse.

" La spiritualité, c'est se réveiller. (...) Soyez conscients, attentifs, de ce que vous dites, de ce que vous faites, de ce que vous pensez, de comment vous agissez. Prenez conscience d'où vous venez, ayez conscience de vos motifs."

Source: The undiscovered self, article de Anthony de Mello, prêtre jésuite et thérapeute, ayant fait de nombreux séminaires et écrits sur la quête de la spiritualité, indépendamment de sa religion.

COMMENT PARTICIPER EN CONSCIENCE AU PLAN DIVIN ?

A un moment qui est un véritable tournant dans le devenir de l'humanité, nous devons plus que jamais devenir en conscience les êtres de lumière et d'amour que nous sommes en réalité. Nous ne devons plus laisser nos peurs, nos doutes, nos hontes, nos blessures gouverner nos vies.

Chacun d'entre nous, j'en suis intimement convaincue, est invité à œuvrer afin de mettre sa propre lumière dans le monde.

Au-delà de nos prières, méditations, d'augmenter notre taux vibratoire (ce qui a un effet sur notre immunité d'ailleurs), nous avons besoin d'œuvrer au quotidien. Personnellement, j'opte plus pour la marche en conscience que la médiation "assise pas bouger". A chacun de trouver le moyen de rentrer en communication avec soi.

Vivre dans la spiritualité, c'est-à-dire vivre dans la conscience de ce champ d'énergie qui nous entoure et dont nous faisons nous-même partie, c'est aussi choisir de se mettre à son service. Il s'agit de capter quelle place nous occupons et quelle place nous sommes amenés à prendre dans le plan divin. C'est ce que l'on appelle la mission de vie.

Prendre consciemment la direction de votre mission de vie et mobiliser chaque jour vos ressources (temps, argent, énergie, compétences) au service du plan divin ne peut vous apporter que des réjouissances sur tous les plans : matériel, émotionnel, intellectuel, spirituel.

Petite précision, cela n'a rien d'une soumission à quelque chose "d'extérieur".

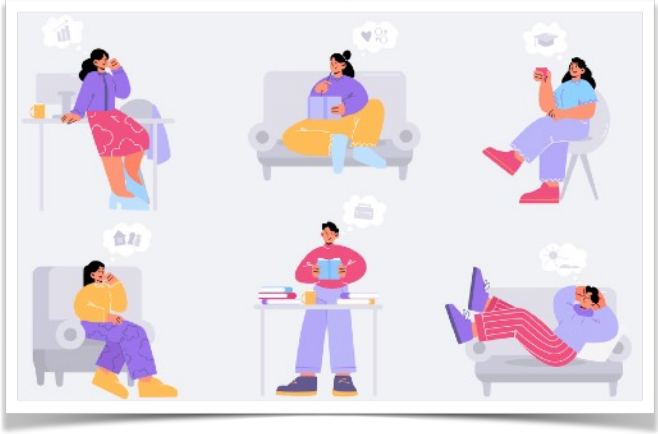
Pour moi, la mission de vie vient au contraire de l'intérieur de nous, elle émane de qui nous sommes et c'est nous qui décidons de ce que nous voulons faire de notre vie. Il ne s'agit donc pas de "trouver sa mission de vie" mais de choisir de donner un sens à sa vie, une direction qui nous fait vibrer. Une fois que l'on a décidé de cette direction, en fonction de qui nous sommes et de ce que nous avons envie d'apporter au monde, il s'agit peu à peu, jour après jour, de nous réaligner sur le sens de notre vie, d'éliminer de notre vie tout ce qui ne correspond pas à ce sens, pour notre plus grand bonheur.

Je crois qu'il n'y a pas de sens pré-établi, ni de mission écrite quelque part pour nous car nous ne sommes pas des robots exécutants un plan divin : Dieu, Bouddha, l'Univers (chacun le terme qui lui parle) veut faire de nous les créateurs de notre vie.

A la question du but de la vie, il n'y a aucune réponse hormis celle que vous choisissez de donner. Il s'agit d'exprimer ce qu'est la vie pour vous. Ne cherchez de réponse nulle part ailleurs. Asseyez-vous et décidez de la réponse pour vous-même. Ne vous posez pas la question du sens de la vie : décidez de la réponse.

Décider de sa vie, ce n'est rien d'autre qu'incarner le héros qui dort en nous, il n'y a pas à être différent ou à coller à une image extérieure ou à devenir quelqu'un d'autre. Pas besoin d'attendre d'être meilleur, plus ceci ou moins cela. Il nous appartient de faire briller notre lumière maintenant. Le monde a besoin de notre lumière **maintenant**.

Si jusqu'à présent, votre vie manque de sens, ce n'est la faute de personne, c'est que vous avez simplement oublié d'en déterminer un, ça veut juste dire que vous n'avez pas décidé ou entendu ce que vous vouliez vraiment vivre. Si votre vie manque de réalisations, c'est que vous ignorez ce que vous cherchez à réaliser. Si votre vie vous semble inutile, c'est que vous n'avez pas cherché à en faire un outil ayant son utilité.



CONCRÈTEMENT ?

• Réalisez ce qui est important pour vous

Votre "mission" de vie repose sur ce qui important pour vous : vos valeurs, ce que vous aimez faire, ce que vous faites bien, facilement, et avec bonheur. Quand vous faites ce pour quoi vous êtes vraiment fait, vous n'êtes pas fatigué, vous n'avez pas envie d'arrêter et même, ça vous donne de l'énergie.

Prenez le temps de l'introspection et listez :
• Quelles sont vos valeurs ?
• Qu'est-ce qui est important pour vous dans la vie ?

• Qu'est-ce que vous aimez faire ?
• Qu'est-ce que vous faites facilement ?
• Qu'est-ce que vous faites avec tellement de bonheur que vous n'avez pas envie de vous arrêter, que vous n'êtes jamais fatigué quand vous le faites, et qu'au contraire faire ce type de choses vous donne de l'énergie ?

• Osez activer vos talents

Nous n'osons pas toujours voir grand, être brillant, vivre à fond nos talents, de peur de faire de l'ombre aux autres. Mais à vouloir être "modestes", on se sent obligés de diminuer nos talents et on finit par être incapable de les voir. À vouloir être modestes, on n'ose pas prendre notre vie en main, on se diminue et surtout, on ne contribue pas : on développe une culture modeste à l'échelle de sa famille, mais aussi de son bureau, de sa communauté et finalement de son pays. Je vous invite au contraire à prendre conscience de vos "pépites", de ces trésors qui dorment en vous, de vos talents personnels, de ce que vous faites bien, de vos compétences particulières (savoir, savoir-faire, savoir-être).

Là encore, prenez le temps de les lister.

• Observez ce que la vie cherche à manifester à travers vous

Nous sommes trop occupés à essayer de gérer notre vie à coup de "to do list", nous sommes accaparés par les multiples sollicitations de la société de loisirs dans laquelle nous vivons, et enfin nous passons souvent le peu de temps libre qui nous reste en dehors de toutes les occupations que nous nous créons à le remplir à l'aide des réseaux sociaux et/ ou de la télévision. En résumé, nous sommes simplement trop occupés…

Mais si vous vous posez et que vous réfléchissez au but de votre vie, toutes sortes d'idées émergeront dans votre tête. Elle surgiront si rapidement que vous vous demanderez ce qui vous arrive. En peu de temps, si vous continuez de suivre le processus, vous commencerez à faire le tri. Au fil de vos réflexions, vous aurez trouvé ce qui est, pour vous, votre direction de vie.

Ce jour-là, vous saurez que vous avez toujours su, en réalité. Le jour où vous vous poserez suffisamment pour écouter ce que la vie ou ce que le divin, l'univers, cherche à manifester à travers vous, vous allez ressentir un appel. Une de vos activités favorites deviendra impérieuse, un rêve d'enfant soigneusement enfoui refera surface, vous regarderez un magazine et vous vous direz *"oui, c'est exactement ça que je veux faire"*, une discussion avec un ami vous fera prendre conscience d'un besoin non satisfait auquel vous savez parfaitement répondre… Il n'y a pas une seule manière de recevoir la réponse, cet appel peut se manifester de multiples façons : à vous d'être dans l'écoute nécessaire pour sentir que c'est cet appel qui se manifeste.

Pour cette nouvelle année qui commence, le plus important sera de se maintenir dans de hautes vibrations. Pour ne pas se faire happer par "les bruits médiatiques", pour ne pas rentrer dans l'agitation ambiante. Quel être humain souhaitons-nous vraiment être ? Restons au mieux focalisés sur nos besoins, nos envies, nos aspirations, ce qui nous construit, ce qui nous nourrit.

Je nous souhaite tolérance, compassion, amour, simplicité, guérisons. Belle année les ami(e)s !

(Inspirations : dev-perso.com - spiritualitedanslacite.fr)

Marie ■

Phare Away



Est-ce que tu peux te présenter, nous dire un peu quel est ton parcours de vie ?

Je m'appelle Catherine, j'ai 28ans et j'ai fait le tour de France en rollers. Avant ça, j'ai fait des études dans la santé en région parisienne. Puis j'ai décidé de changer de voie et de découvrir autre chose et je suis partie vivre à Strasbourg. J'ai été vendeuse dans un magasin de prêt-à-porter et un jour, j'ai commencé le roller et ma vie a changé.

Gros coup de foudre pour le roller ?

C'est ça, j'ai eu un gros coup de foudre pour cette discipline et j'ai été passionnée très vite. J'ai beaucoup progressé et le fait de rencontrer des passionnés comme moi m'a donné envie de voyager et de rencontrer plus de monde.

Ce n'est pas une façon très fréquente de voyager, comment t'es venue l'idée de ce périple ?

En fait, cela s'est fait sur plusieurs étapes et notamment une où j'ai été invitée à faire du roller dans le Sud, à Aix-en-Provence, sur quatre jours. Là-bas, j'ai rencontré des gens formidables et j'ai fait mon premier long parcours qui était de 33 km. Après ça, je me suis dit que je pouvais faire le tour du monde. Plus rien ne m'arrêtait à ce moment-là ! Il me manquait juste de me dire que j'étais capable et : *"allez, débarrasse-toi de tes affaires, quitte ton boulot, l'appartement où tu es. Tu prends ton sac-à-dos et tu pars sur la route, ça va bien se passer "*.

Cela s'est quasiment fait sur un coup de tête finalement ?

Oui, la prise de décision a été sur un coup de tête mais la préparation s'est faite sur plusieurs mois.

Combien de temps s'est écoulé entre l'idée et le jour du départ ?

L'idée est venue en octobre 2020 et je suis partie le 28 avril 2021.

J'ai été étonné du côté minimaliste de ton sac-à-dos, comment as-tu géré cela ?

Le minimalisme est un mode de vie qui m'a toujours intéressé et j'ai toujours été dans cette démarche de vivre avec le minimum. Comme j'avais un impératif au niveau poids pour ce voyage, il fallait que je prenne du léger et des affaires compactes. Pour les habits c'est facile, j'avais juste un rechange et j'ai fini avec la tenue que j'avais sur moi. Pour le reste j'ai réalisé que je pouvais me passer d'une serviette de bain et d'un sac de couchage que je pouvais trouver chez l'habitant par exemple. Donc, je me suis retrouvée très légère et avec le maximum de confort lors de mes déplacements.

Mon projet de voyage était de partir sans argent, toute seule et en roller. Du coup, j'avais pour but de trouver tous les jours des personnes pour m'accueillir, me nourrir, m'aider et avec qui partager.

Phare Away

Tu es partie sur quelle période ?

Je suis partie en avril 2021 de Strasbourg et je suis rentrée à Strasbourg en septembre 2022.

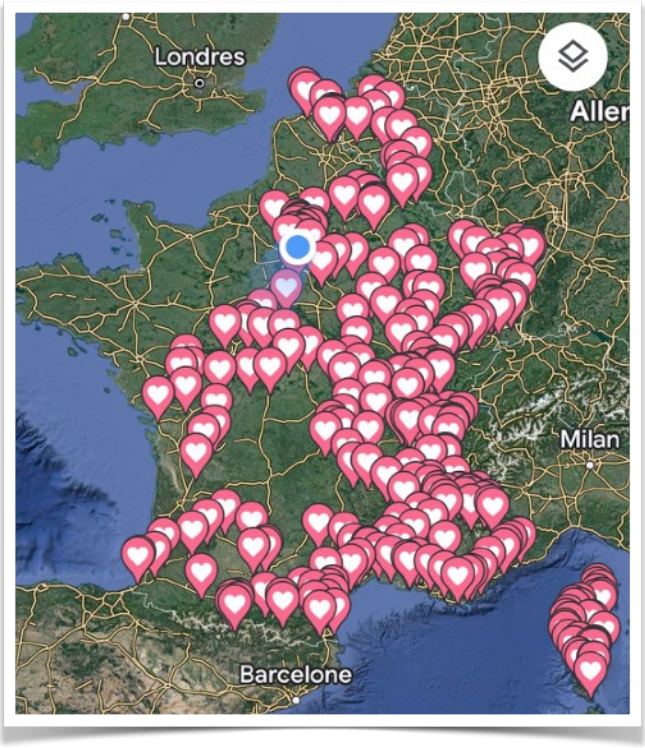
Comment as-tu géré cet aspect financier ? Cela nécessite un sacré lâcher-prise j'imagine. Comment ont réagi les gens que tu rencontrais sur ton voyage ?

Je ne suis pas la première à le faire, ce n'est pas une nouveauté, c'était tout simplement possible. Oui, il faut un lâcher-prise comme tu le dis et il faut y croire, avoir confiance en la vie et ce qu'elle peut t'apporter au moment où tu en as besoin.

Le premier jour j'étais en attente de voir comment ça allait se passer. Je suis arrivée dans une boulangerie, je leur ai expliqué le projet et leur ai demandé à manger. Je me suis retrouvée avec un sac où il y avait tout dedans, la boisson, le sandwich, la pâtisserie... je me suis dis Wouaou ! C'est comme ça que cela va se passer. Il suffit de demander et tu trouveras des gens qui viendront t'aider. Mais 100% des personnes ne sont pas aptes à donner, il y a de tout. Si tu demandes, au bout d'un moment, tu reçois, car il faut avoir de la persévérance et de la confiance.

Quand j'ai fait le chemin de Compostelle avec mes enfants, on a développé une intuition, un sixième sens qui nous permettait d'arriver aux bons endroits. Est-ce que tu as aussi développé cette faculté d'être au bon endroit au bon moment ?

Oui, je me reconnais beaucoup dans ce que tu dis. Pour moi, ce voyage était une manière de me connaître moi-même et notamment de suivre mes intuitions et ce que j'appelle ma lumière intérieure. Suivre son cœur et savoir où aller sonner.

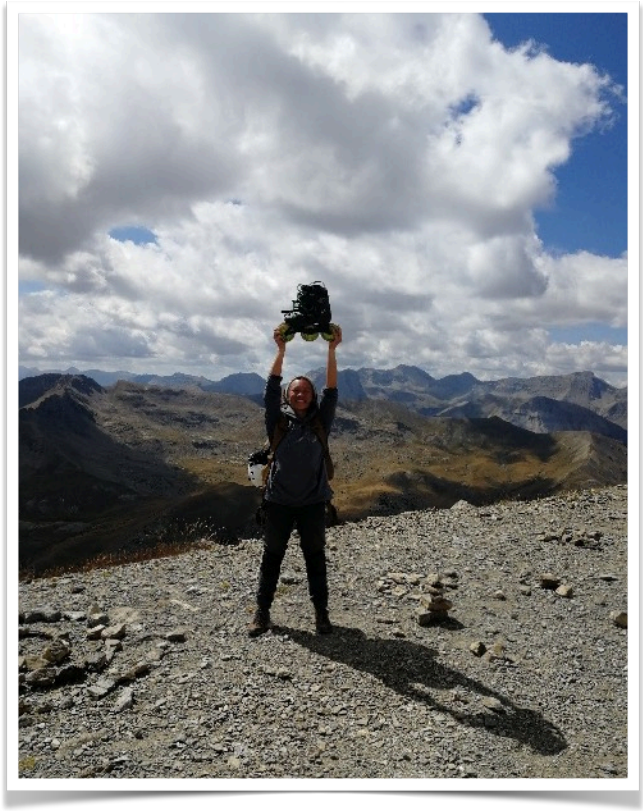


J'ai lu, sur un magazine, le récit d'un voyageur qui avait une carte de France où il avait écrit AMOUR et il avait scrupuleusement suivi le tracé. J'ai cru comprendre que la notion Amour était une composante importante de ton voyage, est-ce que tu peux nous en parler ?

Pour moi l'Amour, c'est tout. Nous sommes des êtres d'Amour, le but étant de répandre cet Amour. Durant ce voyage, j'étais très contente de moi-même de pouvoir et d'oser parler d'Amour, de poser des regards, des sourires d'Amour envers les personnes que je rencontrais et surtout de recevoir beaucoup d'Amour.

Maintenant que je suis rentrée, quand je regarde les photos et que je repense à tout ce qui s'est passé, je suis vraiment satisfaite d'avoir pu expérimenter tout ça.

Phare Away



Quels ont été les pires moments de galère et les moments de grâce et de félicité ?

Les pires moments de galère sont venus de questions pratiques, puisque les roues de rollers ne vont pas partout. Quand il n'y avait pas de pistes cyclables, j'étais obligée de rouler sur la route, à côté des voitures et c'était un peu pénible parce que je ne me sentais pas à ma place. Et les voitures me le faisaient aussi comprendre, en klaxonnant, cela me faisait un peu peur. Ou alors, quand je me suis retrouvée sur des pistes cyclables rugueuses, avec des cailloux, de l'herbe. Je me suis retrouvée seule et je ne savais pas si je devais continuer ou faire demi-tour. Dans ces moments-là, je me suis sentie vraiment seule, je ne pouvais pas être aidée et cependant il fallait avancer. J'y ai vu une allégorie de la vie : par moment tout est lisse tout est bien, tu ne te poses aucune question et à un moment ça bloque, tu ne peux plus avancer et il y a des choix à faire.

Ce qui m'a beaucoup aidée dans ces moments-là, c'est qu'il y a eu des rencontres, des personnes qui m'ont accompagnée un petit bout de chemin et ça m'a redonné de la force. Et puis au final je suis toujours retournée sur une route lisse.

D'autres moments de galère, c'est quand je suis tombée sur des personnes qui ne comprenaient pas mon projet, qui me jugeaient, qui m'ont rejetée parce que je ne travaillais pas, suivant ce qu'ils entendaient par travailler.

J'ai rencontré un monsieur qui m'a demandé si j'avais un métier, je lui ai répondu que je voyageais à temps plein et il a considéré que j'étais improductive, que je ne servais à rien dans cette société. Comme j'étais de bonne humeur ce jour-là, j'ai accueilli ce qu'il m'a dit, je souriais et je lui ai demandé des conseils sur quoi faire selon lui pour avoir ma place, tout ça pour finir par me dire que je devais prendre soin de moi et que c'est ce qui comptait le plus dans la vie. Heureusement que j'étais de bonne humeur, sinon je l'aurai très mal pris.

Les bons moments ont été des moments lambda, quand je roulais et que je me sentais libre.

Je me souviens d'un moment où je ne savais pas vraiment où aller et je me suis faite cette réflexion *"aujourd'hui tu n'as rien à faire mais tu peux tout faire !"*.

C'est ça la liberté, je ne voudrais jamais oublier ces moments-là, où je me sentais libre avec juste mes contraintes, mais aucune contrainte imposée par d'autres.

Les bons moments ont été aussi ces rencontres de personnes sorties de nulle part, qui m'ont donné de leur temps, de leur sourire, ils m'ont nourrie, lavée, donné tout ce qu'ils avaient. C'était incroyable !

La rencontre est précieuse des deux côtés. On apporte quelque chose à des gens qui nous apportent beaucoup aussi.

Effectivement, j'ai eu beaucoup de messages qui me disaient "merci", par des personnes qui ont reçu quelque chose elles aussi. J'ai remarqué que j'apportais des choses mais je me suis jurée que ça ne devait pas être un but en soi.

Est-ce que tu as d'autres projets ? As-tu envie de repartir ?

Oui et j'appelle ça des rêves, qui sont parfois contradictoires. Pour certains, je fais le choix de les réaliser et pour les autres, je les laisse en tant que rêves. Par exemple, j'aimerais repartir en rollers et pourquoi pas faire un tour d'Europe. Ou alors, un des projets que j'aimerais vraiment réaliser c'est d'aller de la France jusqu'au Vietnam en rollers. Un de mes autres rêves est de fonder une famille avec mon copain ici à Strasbourg, ou bien dans un des endroits magnifiques que j'ai découverts pendant mon voyage.

Pourquoi le Vietnam ?

Parce que ce sont mes origines, mes parents sont nés au Vietnam et sont venus en France après la guerre en tant que réfugiés politiques. Ce serait très symbolique pour moi de faire le chemin inverse en voyage.

Comment s'est passé pour toi le retour après tant de temps sur les routes et avec autant de liberté ?

Je n'avais pas prévu de date de retour et il me manquait deux régions à faire quand mon corps m'a dit d'arrêter, je me suis donc fixé un objectif de fin. J'avais fait 9400 km et je me suis motivée pour faire les 600 km qui restaient afin d'atteindre les 10 000 km. Le 4 septembre, quand je suis arrivée à Strasbourg j'avais atteint mon but, j'étais hyper contente et très apaisée. Comme accueil, j'ai été accompagnée par mon groupe de rollers sur la dernière étape.

Ensuite, j'ai vraiment laissé mon corps se reposer et ça m'a fait du bien, même si j'avais des événements qui m'ont permis de rester un peu dans le mouvement. Je me suis promise de ne pas me remettre tout de suite dans une vie qui serait complètement à l'opposé de ce que je vivais : avec des contraintes, avec un travail. J'ai pu physiquement et mentalement prendre un temps pour atterrir de ce voyage, me replonger dans les photos avec une grande satisfaction de ce que j'avais accompli.



Ma prochaine question nous plonge au cœur de ce que la personne a envie de partager, de donner à voir d'elle-même et c'est tout simple : quelle est la question que tu aurais aimé que je te pose et la réponse que tu y aurais faite ?

Pour rester simple : est-ce que tu aimes les gens ?

Et j'aurais aimé te répondre, oui j'aime les gens !



Je te laisse conclure, avec ce qui te vient.

Je veux remercier toutes les personnes que j'ai rencontrées et toutes les personnes qui ont été derrière moi comme mes parents, qui m'ont soutenue, et surtout pour l'éducation qu'ils m'ont donnée, de ne pas me méfier des gens, tout en restant prudente. C'est quelque chose qui m'aide dans ma vie de tous les jours *"vaut mieux faire confiance aux gens et ne pas être dans la méfiance"*, par contre ça n'empêche pas d'écouter cette lumière intérieure et d'être prudent dans les choix qu'on fait.

Beaucoup de gens que j'ai rencontrés étaient méfiants de prime abord, puis ils ont décidé de me faire confiance. C'était parmi les plus beaux moments de mon voyage.

Par exemple vers les Ardennes, un couple de retraités m'a accueillie alors que je n'étais pas vaccinée, et ce malgré la pression de deux de leurs enfants qui sont médecins. Il faut faire des choix qui sont en accord avec nous-même, afin de ne pas le regretter.

Pour finir cet interview, je souhaite partager deux sons de la rappeuse Keny Arkana : "J'me barre" et "Tout tourne autour du soleil" , *que je vous invite à écouter !*

Propos recueillis par Yoh
Avec l'aide précieuse d'Alma ▪



Bonjour Cécile, tu as organisé le Dosumani les 9 et 10 décembre dernier. Il s'agit du "Doctothon" renommé, suite à l'opposition d'une grande marque. Pour ceux de nos lecteurs qui ne connaissent pas encore bien cette émission et tout ce qui l'entoure, pourrais-tu nous en décrire les origines, et les objectifs ?

La première émission s'appelait le Doctothon, cela signifiait marathon de docteurs. C'était un marathon de 24 heures de docteurs (pas uniquement médecins) afin de nous présenter leur perception de la pseudo pandémie. 250 personnes se sont exprimées les 10 et 11 décembre 2021.

L'idée de cette émission m'est venue lors de l'interview de 5 médecins faite auparavant, pendant laquelle le Dr Pascal Sacré a suggéré qu'il serait intéressant qu'ils soient ensemble, unis. J'en ai ensuite parlé avec mon âme sœur Thierry et nous avons élaboré le projet, jusqu'à faire naître cette émission, 6 semaines après. Il a fallu établir le contact avec tout le monde.

Cette émission a fait 12 millions de vues, toutes chaînes confondues. Les répercussions ont été énormes en termes d'informations et de réconfort, pour celles et ceux qui se sentaient seuls, dans le contexte covidiste.

Nous en avons édité un livre, mais son titre va devoir être modifié, à cause du changement de nom qui nous a été imposé.

Un mini Doctothon de 8 heures, consacré à l'enfance, a eu lieu dans la foulée en janvier 2022, afin de pouvoir laisser s'exprimer des soignants, des enfants, des parents, des personnels de l'enfance, des associations de défense de l'enfance… sur ce que les enfants ont vécu pendant cette période folle.

Lorsque le Professeur Montagnier est décédé, un hommage lui a été rendu, en mars 2022, pendant 8 heures avec une grande partie de ceux qui ont eu l'occasion de travailler avec ce scientifique exceptionnel.

En avril, nous avons fait un Doctothon de 24 heures sur les effets secondaires, avec une centaine de personnes qui se sont exprimées, et nous ont permis de découvrir des choses énormes : notamment chez les pilotes d'avion, les soignants injectés alors qu'ils étaient en larme et que des médecins ont injectés de force, etc.

Et puis il y a eu l'Université d'Été Résistante (UER), en septembre 2022. Elle est née après que 4 médecins, parmi lesquels Gauthier Bein, soient venus vers moi en juin, pour me parler d'une volonté d'organiser un évènement présentiel dans le Gard. Cet événement a réuni 500 personnes par jour pendant 3 jours, avec 42 intervenants, une trentaine d'associations et collectifs réunis. Tout cela, organisé grâce à l'aide de plus de 70 bénévoles.



Pour tous ces évènements, le budget de départ alloué au projet était de zéro euro.

Tout est possible ! Il suffit d'un peu d'idées, et d'organisation, et on ouvre le champ des possibles !

Ce troisième opus de 24 heures a été dédié aux personnels suspendus. Comment s'est-il déroulé ?

L'émission a même duré 30 heures, non stop ! 250 personnes ont témoigné, pour 90 % d'entre eux, il s'agissait de personnel devenu interdit d'exercer à cause de l'obligation vaccinale.

Ça c'est vraiment très bien passé : nous étions 30 citoyens bénévoles pour l'organiser (contre une dizaine à la première édition), une sacrée équipe, et une grosse organisation.

As-tu des témoignages qui t'ont plus marquée que d'autres ?

Oui. Cette émission a nécessité 6 semaines de préparation, durant lesquelles j'ai parlé avec énormément de gens : j'ai ressenti leur souffrance, leur détresse. D'autant plus pour les suspendus qui se sont fait injecter de force, et qui souffrent désormais d'effets secondaires. Ou ceux qui sont à la rue, ou interdits bancaires…

Une cellule de soutien a été créée pendant l'émission, afin de soutenir ceux qui étaient en détresse après leur témoignage et les accompagner dans leur traumatisme. Ils ont été abandonnés par le système, par leurs collègues, par leurs amis et famille aussi parfois… au point que, même en cas de réintégration, ils angoissent à la simple idée d'y retourner...

Beaucoup s'inquiètent également, malgré tout ce qu'ils ont perdu d'un point de vue personnel, de ce que sont devenus leurs patients. D'autres se préoccupent de ne pas pouvoir prêter main forte en cas d'incendie, alors qu'ils en ont les compétences !

Ce qui saute aux yeux, c'est que ce n'est pas seulement leur travail qu'on leur a retiré : c'est aussi leur identité. Ils sont soignants ou pompiers, au service des autres, et on leur retire le droit de l'être !

Concernant les pompiers par exemple, il y a une fausse idée sur la « famille » qu'ils semblent former : c'est le cas en intervention, mais en dehors, et en cas de désaccord avec les "chefs", ils sont écartés, c'est très violent. Ils se sont sentis abandonnés par des gens avec lesquels ils travaillaient depuis pourtant parfois longtemps.

Aucun d'entre eux ne comprend ce qui explique, alors que l'on voit les effets secondaires exploser, et que l'on sait désormais que la transmission n'est pas empêchée, pourquoi la suspension est conservée.

Je repense également au témoignage de cette femme de 32 ans, secrétaire médicale, isolée, qu'on n'a pas pris et qu'on ne prend toujours pas au sérieux, qui souffre d'effets secondaires graves aux conséquences désormais irréversibles…



Que tires tu de cette émission, et surtout, qu'espères-tu pour l'avenir ?

Ce qui ressort de cette émission, c'est un grand besoin de mise en lien : par exemple un avocat italien est passé dans l'émission pour parler des soignants réintégrés en Italie, et a souhaité être mis en lien avec des avocats français.

Des soignants ont besoin d'être mis en lien avec d'autres gens de la même région.

Des professionnels ont souhaité trouver d'autres pairs pour pouvoir briser leur solitude.

D'emblée, je ne suis pas une grande optimiste, mais j'ai deux niveaux de lecture des réactions, face à la mise en place d'un système fasciste, totalitaire, gravissime. D'un côté, il y a des forces, à de très hauts niveaux d'influence, qui luttent contre ce système. J'ai un peu d'espoir à ce niveau. Mais surtout, de l'autre, mon espoir est que ceux qui ont compris se mettent à parler de tout ce qu'ils ont assimilé, notamment ceux qui ne disent encore rien. On a besoin de tous ceux qui sont conscients de la situation pour nous aider à communiquer : que chacun sorte de son silence, qu'ils parlent autour d'eux ! Car si nous ne nous levons pas contre ça, on ne pourra rien faire contre le système qui avance.
Même les avocats, les juges, les procureurs non corrompus… ne pourront rien changer si le peuple ne se redresse pas.

Ils sont une poignée d'individus avec des milliards d'euros dans les mains, nous sommes des milliards d'individus avec des poignées d'euros dans nos mains. L'équilibre est là mais nous devons tous participer à ça, c'est urgent, c'est un appel au secours.

Il y a tant de gens qui sont conscients et qui ne disent rien !

Pour quelle(s) raison(s) fais tu tout cela ?

Je fais ça pour la cause : ma cause, c'est la défense, la sauvegarde de l'humanité. Pas du nombre d'humains qu'il y a sur terre, mais le caractère humain : imparfait, doué d'amour, de solidarité, d'empathie… tout ce qu'on est en train de perdre. Les gens en voient d'autres souffrir, et ne réagissent pas. Ils semblent anesthésiés. Notre humanité est en danger, c'est ça, ma cause.

As tu un message à faire passer à nos lecteurs ?

Quand les gens disent qu'ils vont me soutenir, en réalité, j'aimerais qu'ils réalisent qu'ils se soutiennent eux-mêmes : je ne veux pas être "soutenue", c'est la cause qui doit l'être.

Mon but n'est pas d'être connue, de faire le buzz, de faire des vues. Il est de motiver les gens à agir, à parler. Tout le monde peut, et doit agir !

Dans ce sens, je lance, aujourd'hui même, le #HumanityChallenge. Il s'agit de s'enregistrer, par milliers, avec nos téléphones, en lisant un texte de Jean-Dominique Michel. Et d'inonder le web avec ces vidéos qui interpellent les Parlementaires français.

Propos recueillis par Céline ■

Agenda & Annonces





Le Boycott Bleu est un outil puissant, simple, à la portée de chac'un pour aller vers un monde où l'être est au coeur de l'humanité.

Que faire?

- Je range ma carte bleue, ma montre connectée. Je laisse mon téléphone dans mon sac.
- Je paie en espèces… espèces que j'ai "capté" le 14 du mois.
- Je privilégie les artisans, les commerçants de mon quartier, les producteurs locaux, les maraîchers.
- J'éteins la télévision.
- Je privilégie le présentiel.
- Je donne du temps aux échanges.
- Je passe du temps en famille, avec les amis.
- Je cuisine.
- Je partage.
- Je crée un collectif ou j'adhère à un mouvement.

Pourquoi ?

Parce que si je change mes habitudes, le monde change. Parce que "tout compte".

Pour quoi ?

Pour réfléchir à ce que cache le numérique, le digital, la manipulation par la dette.

Pour revenir à moi m'aime et reprendre mon pouvoir.

Et si...

Je change, tout change.

Car...

Tout commence par moi m'aime.

Canal Telegram :
t.me/r%C3%A9volution_canape_canal

Chaîne Youtube :
youtu.be/MxGQlxnMzSI

Agenda & Annonces



En début d'année, **l'association le Rond-Point Numérique**, collectif d'un petit nombre de membres, organise une **vente de crêpes** et une **cagnotte en ligne**, les fonds ainsi récupérés vont directement aux **suspendus** pour leur permettre de combler un découvert à la banque, de payer des frais de santé ou des fournitures scolaires pour leurs enfants...

L'association mènera également son assemblée générale pour faire, entre autres, le bilan de cette action d'entraide. Nous vous communiquerons alors le bilan financier global ainsi que le nombre des personnes aidées.

helloasso.com/associations/le-rond-point-numerique/collectes/campagne-de-soutien-aux-professionnels-suspendus-de-haute-garonne

---





Le Mot de la Fin

"La santé", c'est le souci prioritaire des humains. Elle est chaque fois au rendez-vous lorsque nous respectons les lois de la nature, en nous et à l'extérieur de nous ! Ce qui se passe dans la profondeur de la personne explique ce qui se passe dans sa périphérie, dans son biotope !
La santé physique et mentale qui est au cœur de tout ce que nous désirons et faisons est une forme de maturité…

"La maturité de l'homme, disait Nietzsche, *c'est quand il a retrouvé le sérieux qu'il avait au jeu quand il était enfant ".*

L'expérience de l'enfance c'est, en effet, celle de la liberté avec soi-même et avec la vérité de la nature. L'enfant c'est celui qui sait d'instinct que la vie vaut plus et mieux que tous les systèmes élaborés par les hommes !

Les Enfants-Phare vous souhaitent une Bonne Santé et une Bonne Année 2023, la joie de vivre sur toutes les îles de l'Archipel de Liberté !

Pour nous contacter :

Telegram : t.me/LechoeurdesEnfants_Phare

lesenfantsphare@lappeldularge.org

lappeldularge.org/les-enfants-phare/

facebook.com/groups/lesenfantsphare/



A : Pharagrammeur *(gérant du canal Telegram + site internet des Enfants-Phare)*
Céline : Phare-à-"on" *(facilitatrice du "nous collectif", cohésion)*
François : Phare-Dé
Yoh : Né-nu-Phare *(dénicheur de pépites)*
Jean-Yves : le PhareOuest de l'info *(écrivain inspiré des Enfants-Phare)*
Marie : GraPhariste Pharefadet *(infographiste, mise en forme du journal)*
Mary Colibri & Philippe : la team Phare-Events *(binôme de choc des Enfants-Phare, Evènementiel)*
Monika Yoda : Phare-à-fossettes *(rédactrice souriante des Enfants-Phare)*
Nina : Pharefouilleuse *(la dénicheuse de vérité et émancipatrice)*
Paul : Phare à Peau-Pierre Paul-Yvalent *(aspect visuel et agencement du site des Enfants-Phare)*
Sebastien : PrograPhare *(programmeur/développeur des Enfants-Phare)*
Trirsa : Gyrophare (*sécurité numérique)*