



Acteur de la reliance

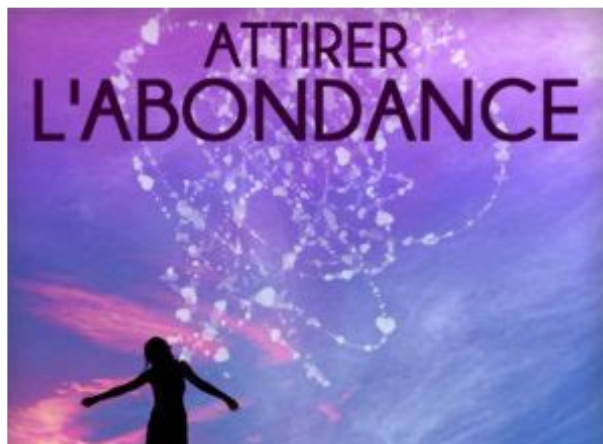
Le Pharandol

ÉDITION N°19

Octobre 2023



Alimenterre, mon cher Watson ?



"La fin de l'abondance". Ces mots prononcés par le chef d'État ne laissent pas indifférent, plus encore lorsque l'on s'intéresse au clivage existant entre une poignée d'hommes "puissants", aisés, aux repas opulents, et une majorité populaire en crise globale, et plus particulièrement alimentaire.

Et pourtant, l'abondance est là, partout autour de nous, pour qui sait la voir et la cultiver. Auprès de la Nature qui pourvoie à chacun de nos besoins. Depuis les forêts, emplies de plantes comestibles, jusqu'à nos jardins, ou même balcons, qui peuvent être sources de nourriture.

Plus encore, la mise en place de réseaux locaux, et nos ressources humaines, permettent de reprendre la main sur l'assouvissement de nos besoins fondamentaux. Manger mieux, et moins cher... c'est possible !



Toutefois, cela demande un minimum d'organisation : produire soi-même, et/ou tisser un réseau capable de mettre en lien les acteurs locaux de cette résilience alimentaire, jusqu'à démarcher ses élus, autant de projets qui peuvent permettre à chacun d'œuvrer pour sa sécurité, dans la joie et le partage solidaire.

Ce mois-ci, nous vous proposons donc un **dossier autour de la résilience alimentaire**, destiné à vous guider parmi les nombreuses solutions qui s'offrent à vous, pour assurer votre propre autonomie... et en parfaite convivialité !!



Une convivialité que l'on retrouve auprès de notre artiste du mois : **Amélie Paul**, qui se confie sur son parcours. Et également, avec **la forêt jardinée**, qui nous partage leur secret d'une réussite en résilience alimentaire.

Vous pourrez également retrouver vos rubriques habituelles, parmi lesquelles les Trucs et astuces, le Guide Psycho, le Malin Pêcheur, et le Phare Spirit.

De quoi vous inspirer pour vous permettre de vous émanciper !

Céline ■

Sommaire

| | |
|--|----|
| Edito | 2 |
| Sommaire | 3 |
| Phare sur La Résilience Alimentaire | 4 |
| Ils sont Pharmidables | 10 |
| Ph'Art & Culture | 20 |
| Phare sur un Artiste | 22 |
| Les Trucs & Astuces | 30 |
| Guide Psycho | 31 |
| Le Malin Pêcheur | 38 |
| L'Event du Phare | 44 |
| Phare Spirit | 46 |
| Le Mot de la Fin | 50 |



Phare sur La Résilience Alimentaire

Cet article est co-écrit en collaboration avec de nombreux acteurs de la résilience alimentaire : une membre co-fondatrice des réseaux AMAP, l'un des co-fondateurs du mouvement "SOS Maires", ainsi que les fondateurs de l'Université Francophone de l'Autonomie Alimentaire.

De nombreux liens vous y sont partagés (liste non exhaustive), afin de vous offrir une base d'outils et de moyens d'acquérir les connaissances, et compétences, nécessaires à la mise en place de votre autonomie alimentaire.



Outils pour développer sa propre autonomie de manière individuelle

Gagner en pourcentage d'autonomie à l'échelle individuelle (du foyer), c'est tout à fait envisageable ! Nous avons à notre

disposition de nombreux outils nous permettant de développer nos propres compétences et favoriser le ré-apprentissage de savoir-faire en terme d'autonomie.

Par exemple, il est possible de consulter de très nombreux et intéressants **tutoriels**, expliquant comment monter une communauté locale, ou fabriquer ses propres outils, sur ce site :

lowtechlab.org/fr

Le **blog de Pierre 1911** fournit également des conseils avisés en autosuffisance énergétique et alimentaire.

pierre1911.blogspot.com



Phare sur La Résilience Alimentaire

L'**Université Francophone de l'Autonomie Alimentaire** offre également de nombreux outils pour améliorer nos connaissances en résilience alimentaire : un livre "*En route pour l'autonomie alimentaire*", guide pratique pour les familles, villes, et territoires. Ce livre présente une feuille de route de 21 actions qui montrent les possibilités d'organisation citoyenne ou politique sur son territoire, pour s'impliquer sur le sujet du retour à l'autonomie alimentaire :

autonomiealimentaire.info/presentation

Ou bien encore, des tutoriels (et astuces, par exemple pour réaliser un potager étagé sur une faible surface ou cultiver sur du béton, etc.)

autonomiealimentaire.info/tutoriels

Les incroyables comestibles proposent quant à eux des témoignages d'actifs qui sont parvenus à **développer l'autosuffisance au sein de leur commune**, en lançant une démarche participative citoyenne de co-création joyeuse de l'abondance partagée.

lesincroyablescomestibles.fr



Enfin, pour s'approvisionner en semences et plants naturels et reproductibles, il est possible de passer, par exemple, par ces deux sites :

Pépinière Graine de Vie : plantes aromatiques et médicinales

www.grainedevie.net/

Semences Kokopelli

kokopelli-semences.fr



Outils pour s'organiser en collectif

Parce que l'on peut rarement tout produire soi-même (faute de temps, d'espace, de compétences et/ou de diversité de production), il est indispensable de **s'organiser en réseau**, afin d'augmenter l'efficacité collective.

Par exemple, depuis un peu plus de 20 ans, des associations destinées à **favoriser l'agriculture paysanne et biologique** qui a du mal à subsister face à l'agro-industrie, se sont développées afin de permettre tant aux consommateurs de consommer sain et local, qu'aux producteurs locaux de subsister et de voir leurs produits valorisés.

Phare sur La Résilience Alimentaire

C'est le cas des **AMAP (Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne)**, qui existent partout en France. Le principe : la mise en place d'un contrat d'engagement entre le consomm'acteur, qui soutient la ferme productrice, et le producteur, qui a obligation de fournir un panier hebdomadaire dont le montant est calculé de façon équitable pour les deux parties.

Le producteur a ainsi l'avantage d'être payé avant de produire, de savoir qu'il vendra tout ce qu'il produira, restant ainsi en dehors de la spirale infernale des prix du marché, et de connaître personnellement le consommateur de ses productions. C'est une spécificité vis-à-vis des autres systèmes qui ont émergé suite à cet élan, et en garantissant un revenu aux paysans, ce qui aide à maintenir une agriculture de proximité.

Les AMAP respectent principalement ces trois axes : écologiquement sain, socialement équitable et économiquement viable.

Pour en savoir davantage sur comment rejoindre ou créer une AMAP, rendez-vous sur ce site :

reseau-amap.org



Par ailleurs, il est possible pour chacun d'entre nous de développer une épicerie coopérative solidaire : les **coopératives alimentaires autogérées** sont des "boutiques" proposant des produits "alimentaires" dans un cadre "autogestionnaire". Ces structures peuvent avoir la forme d'une association, d'une SCIC ou d'une SAS, il est possible d'y trouver également des produits d'entretien de la maison ou du corps, et il s'agit d'espaces où les coopérateurs (non-salariés) s'occupent de toutes les tâches nécessaires au bon fonctionnement de cette épicerie.

Davantage d'informations et guide pour créer sa propre coopérative alimentaire autogérée, ici :

fede-coop.org



Le **réseau des Jardins de Cocagne** a quant à lui, un double objectif : permettre la réinsertion professionnelle et sociale, tout en animant des fermes certifiées "agriculture biologiques", qui ont pour vocation de nourrir toutes et tous avec des produits bio et locaux, de manière accessible. De quoi développer des territoires bio-solidaires !

www.reseaucocagne.org

Phare sur La Résilience Alimentaire



Il existe également de nombreux **réseaux d'entraide décentralisés**, déjà organisés ou en cours d'organisation, où priment la solidarité et l'action locale.

Parmi eux, les **Manifestations Hors de l'Enclos (MHE)** proposent des outils comme leurs fiches d'abondance :

millenium-strategie-mhe.fr

Ou bien encore des outils de résilience, comme les points de glanage (sources de nourriture)

millenium-strategie-mhe.fr

Et les points d'eau :

millenium-strategie-mhe.fr

Le **réseau Solaris** est également propice à l'organisation locale, il suffit de créer ou de trouver une cellule près de chez soi :

solaris-france.org/carte/

Les **Cantons Solidaires Autonomes** s'organisent aussi un peu partout en France, via le réseau social Discord :

discord.com/

Il est possible de se rapprocher du collectif **Un Nôtre Monde**, qui dispose d'un canal Telegram spécialisé en autonomie alimentaire et permaculture :

t.me/fruitslegumes_64

Le **projet MOCICA** (monde de partage et de gratuité) concentre un grand nombre de réseaux organisés autour de la gratuité :

app.mocica.org

Le collectif **Réinfo les collectifs** propose des "Pépinières de projet" ou des ateliers, un peu partout en France :

collectifs.reinfo.liberte.fr/pepinieres-de-projets/

Afin de pouvoir s'organiser localement, des outils libres sont à disposition de tous depuis de nombreuses années via le **mouvement des colibris** :

www.colibris-outilslibres.org/

Phare sur La Résilience Alimentaire



Outils pour agir au niveau territorial

Il devient véritablement intéressant d'instaurer des **démarches citoyennes et collectives** au sein des communes, pour **reprendre localement le pouvoir sur notre résilience et notre sécurité alimentaires**.

Les intérêts sont multiples :

- Proposer de la nourriture saine et locale, accessible, pour tous.
- Se protéger des risques majeurs et des pertes de résilience et d'autonomie alimentaire.
- Retrouver de l'organisation locale humaine et conviviale au sein de nos communes.
- Se ré-approprier la sécurisation des citoyens dont elles sont les gardiennes face à la corruption systémique et aux lobbies, et le développement des ressources vitales face aux crises majeures qui se profilent à court et moyen termes, dans un cadre légal.

Afin de nous permettre de démarcher nos élus et les sensibiliser aux **plans communaux de sauvegarde**, et les **documents DICRIM**, le **collectif SOS Maires** a développé de nombreux outils et une communication adaptée.

sosmaires.org/



Phare sur La Résilience Alimentaire



Il s'agit d'une stratégie utilisant des outils légaux pour favoriser une mobilisation citoyenne constructive.

Ces outils ont été développés et coordonnés au sein de l'**Opération Mairies** mise en place récemment : cette dernière propose une carte interactive de couverture des communes du territoire, des échanges destinés à valoriser l'organisation du démarchage de nos élus, mais également le partage des témoignages pour rendre reproductibles ces opérations de démarchage.

Cette coordination à l'échelle nationale se fait sur le réseau social Telegram.

Canal d'information de l'Opération Mairies :
t.me/OPERATIONMAIRIES

Groupe d'échanges de l'Opération Mairies :
t.me/+px9AZU9-wxM1ZTFk

Céline ■

Ils sont Pharmidables



Bonjour Delphine, bonjour Daniel, vous êtes les initiateurs d'un projet enthousiasmant, intitulé "La Forêt jardinée". Est-ce que vous pouvez nous présenter vos parcours ?

[Delphine] Bonjour, je m'appelle Delphine. J'ai travaillé en tant que luthière en région parisienne. Quand, Daniel et moi, nous nous sommes rencontrés, nous avons souhaité travailler ensemble. Nous avons fait un certain nombre de découvertes en 2015, qui nous ont menés à cheminer et à mettre en place tout un tas d'étapes pour en arriver au stade où nous en sommes aujourd'hui. Nous avons été développeurs web pour travailler à distance et pouvoir

déménager ici de façon stable. Nous avons aussi voyagé pendant 9 mois avec notre caravane pour découvrir où installer notre projet. C'est comme cela que nous sommes arrivés ici dans la vallée du Jaur.

[Daniel] Bonjour, moi c'est Daniel. Je viens des Etats-Unis, Je vis en France depuis 2010. En 2015 on a eu la prise de conscience que l'on ne serait pas en mesure d'avoir la Vie que nous souhaitions à Paris. On a décidé de tout mettre en œuvre pour partir et lancer notre projet et vivre la Vie que l'on voulait vraiment.

[Delphine] : Nous étions très touchés par la phrase de Gandhi : "Sois le changement que tu voudrais voir dans le monde". Cela a été vraiment la base de notre décision.

Pouvez-vous nous décrire votre projet ?

[Daniel] Notre projet est fondé sur 4 piliers :

- ✓ L'agriculture régénératrice
- ✓ La biologie
- ✓ La nutrition
- ✓ La psychologie

Avec ces 4 domaines réunis, il y a moyen de faire un bond en avant dans notre évolution collective en tant qu'espèce. Chacun des 4 piliers est très important pour créer un nouveau paradigme pour nous permettre d'aller au delà des limites de notre paradigme actuel.

Ils sont Pharmidables



Pour résumer, l'agriculture régénératrice c'est cultiver la végétation climacique sur le lieu. En France 90% du territoire français, c'est la forêt, ce qui implique de ne pas détruire la forêt pour cultiver notre alimentation et donc cultiver notre alimentation sous forme de forêt nourricière. Cela veut dire que l'on met tous les biotopes possibles sur le lieu : forêt à canopée éclaircie, canopée fermée, des lisières, des clairières et biotopes aquatiques. En réunissant autant de biotopes que possible dans un lieu et en cultivant des plantes comestibles dans ces biotopes, on arrive à réconcilier l'agriculture et l'écologie, c'est à dire augmenter la biodiversité considérablement et aller avec la succession écologique, vers la végétation climacique au lieu de lutter contre et essayer de faire reculer la succession écologique pour revenir ensuite à un pré ou à un champ avec la terre à nu. Ça, c'est la lutte contre la succession écologique et le reste du Vivant, mais maintenant, quand on va avec la succession écologique...

Juste une petite parenthèse pour nos lecteurs, est-ce que tu peux expliquer ce qu'est la succession écologique ?

[Daniel] C'est quand le reste du Vivant, à partir d'une roche à nu, arrive à la végétation climacique (souvent une forêt climacique). C'est à dire qu'au début il y a des lichens et des mousses qui vont vivre, se décomposer et faire une fine couche de terre pour des plantes herbacées pionnières qui vont pousser tout juste, qui vivent leur cycle de vie et vont créer pendant très longtemps de plus en plus de sol. Elles couvrent le sol et évitent l'érosion. L'on arrive ensuite à des graminées et des herbacées qui peuvent pousser dans un sol un peu plus profond et créent ensuite une friche ou une lande arbustive où poussent ensuite des plantes vivaces et ligneuses qui préparent la forêt pionnière, souvent avec des espèces pionnières aussi qui sont adaptées à pousser dans un milieu trop difficile pour d'autres espèces. Cette forêt pionnière prépare les conditions pour la suite, donc la forêt secondaire avec de plus en plus de biodiversité et d'autres espèces, qui préfèrent pousser à mi-ombre quand elles sont jeunes. Sans faire reculer cette succession écologique, on arrive au maximum de biodiversité possible sur ce lieu, c'est le climax. Toutes les espèces possibles qui peuvent y vivre, y vivent. On arrive au stade climacique. La nature et le vivant essaient de faire ça, donc on peut participer, jouer notre rôle, aller avec plutôt que d'aller contre cette force vraiment très importante.

[Delphine] Et, dans une forêt climacique, on a tous les biotopes, pas seulement une forêt à canopée fermée. On a aussi des clairières, des lisières, on peut avoir des zones humides, c'est très divers.

Ils sont Pharmidables

[Daniel] Le deuxième pilier, c'est la biologie. La biologie, c'est de comprendre comment à l'aide de nos connaissances, les meilleures sciences d'aujourd'hui, comment fonctionne le reste du vivant pour coopérer avec, au lieu de lutter contre. De reconnaître le rôle éco-systémique bénéfique de l'homo-sapiens notre espèce. De réaliser que nos ancêtres sont sortis de notre rôle éco-systémique bénéfique progressivement. Aujourd'hui nous en sommes tellement loin que l'on n'arrive plus à voir d'où on vient. Donc, concrètement notre rôle éco-systémique bénéfique, selon nous, c'est que l'homo-sapiens est le plus bénéfique quand il est un **cueilleur, semeur, protecteur**. Cueilleur de la très grande majorité de son alimentation, semeur à une échelle massive des graines des plantes qui nous nourrissent et protecteur de tout le vivant. Quand on vit dans ce rôle, on crée spontanément des **écosystèmes nourriciers pour nous et le reste du vivant** avec un maximum de biodiversité et on va, dans le sens de la succession écologique. Il y a deux piliers de plus. Veux-tu les évoquer, Delphine ?

[Delphine] Oui, il y a la **psychologie**. L'étude, entre autres de la CNV (NDLR : *Communication Non-Violente*), des besoins universels. Il y a plusieurs directions. Comprendre à la fois dans nos stratégies actuelles dans notre société, quels sont les besoins universels qui sont derrière nos choix, nos actions. Quand on identifie ces besoins cela permet de descendre plus bas et de se dire ce sont ces besoins universels que j'essaie de remplir et donc qu'est-ce qu'il y a comme autre stratégie pour remplir ces mêmes besoins universels et comment ces autres stratégies peuvent être bénéfiques à tout le vivant ?

Nous pouvons en fait arriver dans une situation où l'on a tous nos besoins autant remplis qu'avant et des besoins qui n'étaient pas remplis avec nos anciennes stratégies le sont maintenant avec nos nouvelles stratégies. Il y a par exemple besoin d'unité intérieure, d'accomplissement de soi, d'évolution pour n'en citer que quelques-uns. Cela nous permet d'atteindre un seuil de bonheur supérieur avec des stratégies bénéfiques à tout le vivant. Cela permet aussi d'avoir des relations plus harmonieuses, plus nourrissantes, plus stables, plus durables. Voilà pour l'aspect psychologie. Sinon, l'aspect **nutrition** : bien connaître ce qui est optimal pour être en bonne santé au niveau alimentation. Lorsque l'on plante des forêts nourricières, faire des choix cohérents et justifiés pour être en bonne santé.



Un peu comme dans l'adage que ton alimentation soit ta première médecine et que ta première médecine soit ton alimentation... Allons maintenant plus en profondeur dans votre projet. Quels en sont les différents éléments et comment s'articule la vie dans votre forêt jardinée ?

Ils sont Pharmidables

[Daniel] Sur notre propriété, il y a notre forêt jardin qui a maintenant 2 ans et demi, 3 ans pour les premières plantations. On a aussi une pépinière professionnelle d'arbres fruitiers. Nous voulons pouvoir proposer les connaissances nécessaires pour planter une forêt nourricière, un exemple concret c'est chez nous, car on apprend beaucoup plus facilement quand on a des exemples et que l'on n'a pas à inventer quelque chose à partir de zéro. Avec notre pépinière nous souhaitons pouvoir fournir une partie des végétaux nourriciers pour toutes celles et ceux qui veulent auto-produire plus de leur alimentation, de contribuer à la résilience et à la sécurité alimentaire.

Avez vous des exemples de ce qui peut composer une forêt nourricière ?

[Delphine] On va cultiver en multi-strates sur les 7 strates que l'on trouve naturellement dans une forêt. Sur chacune de ces strates on va mettre des plantes nourricières. Par exemple, au niveau des tubercules, on va mettre des pommes de terre. Puis on couvre le sol de fraisiers et plantes buissonnantes, des framboisiers, un arbuste pourrait être un pêcher et pour la strate des arbres on pourrait par exemple mettre un noyer, et enfin des plantes grimpantes comme des vignes ou des kiwis qui grimperaient dans le pêcher ou le noyer. C'est vraiment cultiver en 3D plutôt qu'en 2D. Sur chaque mètre carré, il n'y aura pas de cultures sur les 7 strates à chaque fois, mais sur une certaine surface comme 10 m² on retrouvera les 7 strates. On fait aussi des successions dans le temps : planter des arbres qui vont produire rapidement mais vivre moins longtemps à

côté d'arbres qui vont pousser beaucoup plus lentement mais qui vont vivre beaucoup plus longtemps. Quelque chose qu'il me semble important d'aborder c'est que le mode d'agriculture que l'on connaît bien, aujourd'hui, c'est l'agriculture de steppe développée dans le croissant fertile, dans une zone où la végétation climacique, c'est la steppe, la prairie. Quand nos ancêtres sont arrivés en Europe, avec leurs graines et leur agriculture, ils se sont retrouvés face à la forêt primaire européenne, qui ressemblait à la forêt d'Amazonie mais adaptée à notre climat, très, très diverse. Ils ne savaient pas comment cultiver cette forêt, du coup ils l'ont rasée et brûlée. Notre agriculture d'aujourd'hui hérite toujours de cette façon de cultiver. Lorsque l'on cultive sous forme de forêt nourricière, on imite le milieu naturel que l'on trouve ici, car on a plus de 500 mm de pluie par an, et la végétation climacique ici c'est la forêt. Voilà donc le sens pour lequel il est important de cultiver sous forme de forêt jardin.



Ils sont Pharmidables



Il y a un exemple fort qu'il serait bon d'exposer dans cette interview, c'est que vous imitez les grands herbivores avec des buts particuliers. Vous pourriez nous en parler ?

[Daniel] Nous sommes en train d'apprendre et d'expérimenter l'agriculture syntropique. Une approche relativement nouvelle. Au Brésil on la développe depuis maintenant 40 ans, mais dans les climats tempérés on a beaucoup moins de recul. En France, depuis seulement 6 ans. Il y a une équipe de pionniers qui travaillent dessus pour adapter les principes de l'agriculture syntropique au climat tempéré pour trouver les espèces qui conviennent le mieux chez nous. Il y a aussi la technique des perturbations où nous agissons dans le rôle de grands herbivores que notre espèce a éradiqué, qui jouaient ce rôle de perturber et de consommer les végétaux.

Quand on perturbe les végétaux, on va couper les végétaux qui sont cultivés pour la biomasse et pour leur effet de boost de croissance pour les végétaux autour. Il y a l'intention de produire toute sa biomasse sur place et éviter les intrants. Donc on cultive très, très dense, beaucoup plus dense que ce à quoi l'on a l'habitude. Régulièrement toutes les 2 ou 3 semaines, on passe et on coupe certains végétaux pour faire plus de place, plus de lumière, et mettre toute cette biomasse par terre, qui va nourrir la Vie du sol, qui va le rendre de plus en plus fertile. Il y a un effet de boost de croissance que l'on ne comprend pas encore très bien même si certaines études nous permettent d'avancer sur la compréhension du mécanisme de ses effets. Ce qui fait que les végétaux à biomasse qui sont coupés ont une réaction de survie qui a comme effet secondaire un effet de boost pour la végétation autour. Cela permet de faire pousser ces végétaux 2 fois plus vite que s'il n'y avait pas cette perturbation autour. Nous sommes en train de l'expérimenter chez nous et nous avons des résultats initiaux intéressants. C'est en cours d'apprentissage et de maîtrise avec l'objectif de transmettre ces techniques et de montrer des exemples chez nous.

Au delà de tendre vers l'autonomie alimentaire et professionnelle, il y a une dimension pédagogique à votre projet. Vous avez la volonté de transmettre vos connaissances. Pouvez-vous nous parler de cet aspect ?

[Delphine] Nous planifions de faire des stages et des formations, nous faisons déjà des visites de notre forêt. Nous faisons aussi des conférences.

Ils sont Pharmidables

Cet aspect pédagogique est très important et va se développer dans les années à venir. Comme disait Daniel tout à l'heure, nous voulons vraiment développer un exemple, c'est en cours, cela avance même si cela n'est pas encore complètement abouti. Il nous semble important de transmettre ces connaissances, pour que l'on puisse savoir collectivement faire des forêts nourricières et réconcilier agriculture et écologie, en cultivant la végétation climacique d'un lieu donné.



[Daniel] Il y a un autre point avec les changements climatiques, on veut développer chez nous des techniques pour nous adapter autant que possible à ces changements. C'est à dire de pouvoir cultiver dans un modèle agricole qui réduit les extrêmes de températures autant chauds que froids et qui restaurent les

cycles hydrologiques. Pour sortir de ce cercle de perpétuer les sécheresses, que nos agricultures et notre mode de Vie propagent. Avec la culture multi-étagée dans une forêt jardin, il y a une strate émergente qui n'est pas utilisée dans l'agriculture dominante aujourd'hui. Pourtant la nature nous montre en exemple que ces très grands arbres émergents quand on les espace assez, que l'on choisit des espèces avec une canopée éclaircie et que l'on coupe les branches basses pour remonter la couronne de ces arbres, on fait des parasols vivants multifonctions qui fertilisent le sol comme lorsque l'on utilise des arbres de la famille des fabacées ou d'autres fixateurs d'azote. Cela apporte une ombre très légère qui suffit à rendre plus propice à la vie, l'écosystème.

On peut cultiver des arbres fruitiers en strate haute, pour qu'ils puissent passer des périodes de sécheresse, qui auraient été mortelles autrement. On cultive densément dans toutes ces strates qui font une végétation luxuriante et nourricière. Dans le climat méditerranéen où les sécheresses sont de plus en plus sévères, la voie de l'avenir c'est de savoir cultiver d'une façon qui résiste à toutes ces sécheresses. Mais aussi d'arrêter leurs causes et de revenir vers un écosystème où il y a beaucoup plus d'eau, de l'eau nouvelle.

Elle est créée de deux façons : la photosynthèse et la décomposition de la matière organique. Il est important de restaurer les cycles hydrologiques que l'agriculture actuelle a détruit. Par exemple il y a un effet de plus en plus documenté dans les études scientifiques que l'on commence à comprendre, comment la forêt a un effet de pompe biotique.

Ils sont Pharmidables

En gros la forêt attire des masses d'air plus humides de l'océan. Il y a une première précipitation, c'est l'eau bleue et puis il y a une évapotranspiration de cette eau par la végétation qui continue vers l'intérieur des continents, c'est l'eau verte. Ce cycle se répète : une précipitation et la végétation respire, c'est l'évapotranspiration, qui continue de plus en plus vers l'intérieur de l'environnement. Quand la végétation climacique est installée partout, dans une grande région, dans plusieurs pays, cela étale les précipitations annuelles pour éviter des longues périodes de sécheresse et des épisodes violents de précipitations. Cela fait un écosystème plus propice à la vie avec plus d'eau, plus de recyclage d'eau à l'intérieur de la végétation via la transpiration et la condensation puis l'absorption par les plantes, et le stockage dans le sol et ainsi de suite, c'est un peu complexe.

C'est important que dans le futur notre agriculture restaure les cycles hydrologiques, et stocke de plus en plus d'eau dans le sol.

[Delphine] Parce que quand on détruit les cycles hydrologiques cela peut aller jusqu'à la création de déserts, appelée la désertification, car le sens des vents peut s'inverser. Au lieu que ce soient les vents humides provenant des mers qui vont vers l'intérieur des continents, ce sont les vents secs provenant des continents qui vont vers les mers. Les techniques d'agro-foresterie prennent toute leur signification ici.

Effectivement avec les 7 strates on produit beaucoup plus...

[Delphine] Exactement. Cela me rappelle Graham Bell qui avait (il est décédé tout récemment) une forêt jardin en Ecosse. Il a pesé toutes ses récoltes et comparé le poids de ses récoltes avec celui des fermiers autour. Il avait un jardin de moins d'un hectare, dont il a rapporté le ratio à l'hectare. Il est arrivé au ratio de 16 tonnes/ha et ses agriculteurs voisins mécanisés étaient à 8 tonnes/ha. C'est donc un modèle très productif !



C'est plus productif et ce de façon plus durable, plus durable à l'échelle de l'humain mais aussi dans le sens où vous disiez pendant la visite qu'il vous sera possible de récolter des fruits frais à l'année sur votre site.

[Delphine] Oui il est possible de consommer des fruits frais 12 mois sur 12. On a sélectionné pour notre jardin et pour notre pépinière professionnelle des variétés des différentes espèces qui permettent d'étaler la période de récolte au maximum. Par exemple le kaki, on peut avoir des récoltes de fin août à fin janvier avec stockage des derniers kakis jusqu'à fin février.

Ils sont Pharmidables

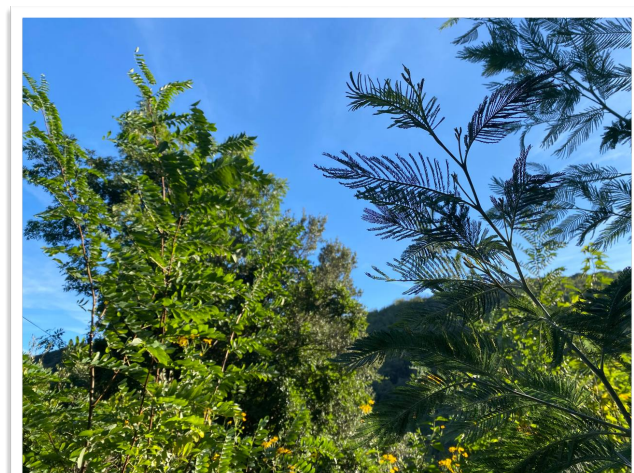
Six mois de l'année on peut manger du kaki frais, sachant que l'on peut aussi les faire sécher. C'est valable pour plein d'espèces, comme le tilleul dont on peut manger les feuilles d'avril à septembre si l'on prend les feuilles à l'ombre. Les figues se récoltent de mi-juin à novembre. Il y a aussi toutes les espèces peu courantes que l'on ne cultive pas commercialement car les fruits ne se conservent pas très longtemps, ou ne sont pas dans les coutumes alimentaires. Dans les forêts jardins on peut tout à fait intégrer ces fruits, cela permet d'avoir beaucoup plus de diversité toute l'année, beaucoup plus de goûts et ne pas avoir envie d'aller importer des mangues de pays lointains mais plutôt manger l'asimine qui est un fruit proche de la mangue dont l'arbre résiste à -20°.

Au delà des goûts, c'est tout un apport nutritif qui fait la plus value, à un moment où les qualités nutritives des fruits et légumes en conventionnel sont en chute vertigineuse.

[Delphine] C'est clair et aussi en intégrant des plantes sauvages dans notre alimentation qui sont très, très riches nutritivement comparé à leur équivalent en plantes domestiques.

Quel est votre vision souhaitable pour l'avenir ?

[Daniel] Nous voulons vraiment montrer que l'être humain peut être plus bénéfique. A avoir un impact plus bénéfique que négatif sur son écosystème, ça va tout changer.



Mais on est un peu coincés dans notre paradigme actuel. On a hérité depuis nos ancêtres, nos parents, toute la société nous a appris à avoir une vision sur nous et notre place au sein du vivant et cela nous coince. Donc pour vraiment faire un grand saut dans notre évolution collective, on ne veut pas rester coincés dans ce paradigme. Cela veut dire co-créer le prochain paradigme.

En acceptant et appréciant notre rôle parmi le vivant, cela permettrait à l'être humain d'avoir un impact beaucoup plus positif que négatif, on essaie de faire ça nous-même dans notre vie. On avance rapidement, on n'est pas encore à nos objectifs. On veut vraiment atteindre ces objectifs, c'est vraiment majeur, tous les êtres vivants ont un rôle important à jouer dans l'écosystème. L'homme méconnaît, ignore ou renie parfois le rôle important de ces autres êtres vivants, mais chaque être vivant joue son rôle. Nous sommes hors de notre rôle éco-systémique bénéfique depuis un bon moment maintenant.

On parle de 10 à 40.000 ans depuis que l'on a commencé à vraiment détruire la masse animale sur la planète et à déboiser massivement et dégrader les écosystèmes.

Ils sont Pharmidables



Avec ces changements de paradigme, il y a une issue heureuse pour nous d'être en bonne santé, joyeux, avoir un impact plus positif que négatif sur notre écosystème, et en être un atout pour lui.

[Delphine] Pour moi, quelque chose qui est vraiment central, c'est d'être le changement que l'on veut voir dans le monde et de ne pas attendre que les autres changent, ou la probabilité qu'ils changent pour changer moi. En fait cela m'apporte une grande joie au quotidien. C'est ce qui guide mes actions. Par exemple, on vient de faire le pas que l'on préparait depuis des années, de ne plus avoir de voiture, de nous déplacer à vélo ou à pied, en transport en commun. C'est un pas dans notre évolution et cela m'apporte de la joie de le faire. Une prochaine étape c'est vraiment d'auto-produire toute notre alimentation, ce qui va

réduire notre impact sur l'environnement. Notre objectif est d'arriver à une empreinte carbone positive, c'est à dire que notre forêt jardin stocke plus de carbone que nous en émet. C'est tout à fait possible même si on y est pas encore.

[Daniel] On en est pas très loin, on est à 0,83 tonnes de CO2 émis par an chacun, ce qui est 93 % moins que la moyenne française. Le poste qu'il reste c'est vraiment notre alimentation. En auto-produisant notre alimentation ici, on va capter plus de CO2 que l'on va émettre avec notre mode de Vie.

Dans votre alimentation qu'est-ce que vous continuez à acheter ?

[Delphine] Les fruits, parce que les arbres sont jeunes, on a un peu de récolte mais c'est vraiment le tout début. Sinon d'ici 2 ou 3 ans, ce poste-là va vraiment évoluer.

[Daniel] Il y a une évolution de l'alimentation vers des recettes qui utilisent ce que l'on produit localement. Nous pouvons être habitués à des produits que l'on achète et qui sont emballés mais qu'il serait difficile à produire soi-même, très chronophages ou qui demandent des connaissances pointues.

[Delphine] Sinon, niveau légumes, on a fait 3 ans de potager. Cette année nous avons levé le pied car nous étions très focalisés sur la pépinière, du coup nous avons acheté plus de légumes.

Ils sont Pharmidables



On suit les 3 phases d'abondance telles que proposées par Bill Mollison, le co-fondateur de la permaculture, pour planter des forêt-jardins dans un budget raisonnable et efficacement. La première phase est d'atteindre une abondance d'espèces, en se procurant une diversité d'espèces mais en petit nombre de chacune. La seconde phase est d'atteindre une abondance de MRV (Matériel de Reproduction Végétale), une fois que cette diversité d'espèces a bien poussé. Puis les reproduire par greffage, bouturage et semis. Nous en sommes-là, nous avons maintenant une abondance de MRV pour la forêt-jardin et avons reproduit 130 arbres fruitiers dans la forêt-jardin par greffage l'hiver dernier par exemple. La troisième phase d'abondance est l'abondance de récoltes, une fois que tous les arbres et autres végétaux reproduits et plantés dans la forêt-jardin entrent en production. C'est la phase qui est devant nous et que l'on attend avec joie.

C'est un projet très enthousiasmant, j'invite tous les gens qui sont dans l'Hérault ou qui prévoient d'y aller à venir vous rencontrer, lors des visites que vous organisez. Il va y avoir des formations. C'est vraiment passionnant alors même que nous n'avons eu qu'un minuscule aperçu de l'ensemble de votre initiative. Je vous laisse le mot de la fin ?

[Daniel] Quelque chose qui m'apporte énormément de joie, c'est de voir avec les meilleures de nos connaissances scientifiques d'aujourd'hui, qu'il y a une autre issue joyeuse de cette situation dans laquelle on est. Cela peut être très déprimant de voir comment vont les choses dans notre paradigme actuel, je comprends entièrement. Quand nous nous sommes engagés sur notre chemin de vie actuel, avec notre mode de vie, ma vie a pris tellement de sens, mais tellement, tellement de sens et c'est une source inépuisable de joie et de motivation. Je n'aurai jamais envie de revenir à ma vie précédente, ce qui serait une dégradation de ma qualité de vie. C'est vraiment un chemin très joyeux avec énormément de sens.

[Delphine] On peut créer des lieux absolument magnifiques qui remplissent vraiment un besoin de beauté, qui soient vraiment très réconfortants, beaux, apaisants, nourriciers et sécurisants et qu'en plus on peut se transmettre, de génération en génération. C'est à dire que lorsque que l'on commence à cultiver des plantes vivaces, des arbres, en y intégrant aussi des plantes annuelles, on peut se transmettre ces paysages comestibles de génération en génération et ne pas être chacun à devoir cultiver ses plantes annuelles car sinon on n'a pas à manger. On peut se transmettre des arbres, des forêts, autonomes en eau, nourricières et ça je trouve que c'est vraiment une belle image.

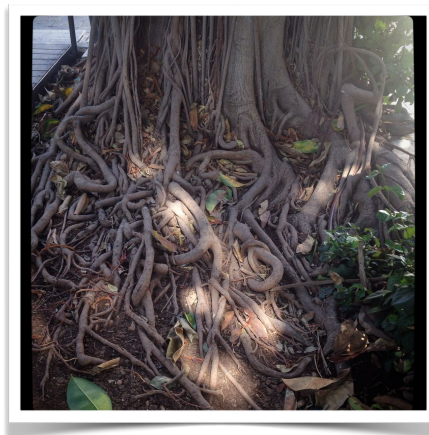
Un grand merci à vous, j'ai été ravi de faire cette interview et d'en apprendre un peu plus sur la forêt nourricière.

Propos recueillis par Yoh ■

Phar'Art & Culture

Petit Homme

Tu le sens bien petit homme, qu'emprunter les chemins de l'Amour implique un total et massif lâcher prise. Et avec lui un profond changement de Vie. Ton cœur et ton intuition te poussent vers la Vie, vers un ajustement, un élan. C'est un changement radical auprès de la société mais un mouvement si doux et naturel auprès du Vivant. Ton intuition te pousse, et ton mental tempère...



Quel chemin vas-tu suivre petit homme ?

Ton cœur ou ton égo ? Tes réflexions ou ton intuition ? Le système, que tu sois pour ou contre, ou la co-construction d'un nouveau paradigme cheminant vers un monde et des jours meilleurs ? Le courage, le cœur âgé ou la compromission ? La force ou la faiblesse ? Le vernis social ou l'authenticité de ta vérité d'être ? Les conventions et lois humaines limitées ou la Providence ? La soumission ou la souveraineté ? L'enfer me ment intérieur ou la Liberté ? La pénurie ou l'abondance ? L'intégrité, ou la demi-mesure ? Bref, la peur ou l'Amour ?

Quels changements proposent les crises, à quel rythme, pour quels nécessaires alignements en toi ? La compromission ou la fidélité à toi-même et à ton être profond ? Souhaites-tu aller chercher à l'extérieur ou faire confiance à ton intérieur ? La dépendance ou l'autonomie ? Céder aux chantages ou être puissamment ancré dans tes valeurs ? Le renoncement ou l'affirmation de ta nature profonde ? Bref, la vraie Vie ou la non-vie ?

Tu veux quoi petit homme ? Plusieurs chemins s'ouvrent devant toi...

Libéré de tes chaînes, accepteras-tu de vivre la plus grande aventure de toute ta Vie, celle d'être pleinement et totalement toi m'aime ? Accepteras-tu de te laisser guider, en confiance par ta Lumière ? Acceptes-tu d'être libre, engagé, déterminé, courageux, joyeux, fort et altruiste ? Incarneras-tu ta juste et unique place, celle à laquelle tu es le seul à pouvoir donner Vie ?

Ces questions vont te revenir de plus en plus fort en pleine gueule ! C'est debout que tu dois prendre ta décision, c'est debout que tu dois avancer vers la Vie mais Elle avance vite, acceptes-tu d'avancer avec Elle, à son rythme, de mettre de côté tes peurs pour plonger enfin dans ses flots tumultueux ?



Phar'Art & Culture

Où est ton cœur ? Comment veux-tu passer le reste de ta Vie, dans quelle énergie ?



Soumis et aigri ou libre et joyeux ? C'est le calme avant la tempête, mais c'est à cette tempête de questions auxquelles tu vas devoir répondre. Les dynamiques de solidarité, d'autonomie et de résilience, que tu sens justes, nécessaires, voire indispensables, c'est maintenant que tu as à les vivre et à les mettre en place, pas demain petit homme ! N'attends pas que les autres fassent à ta place. Le temps presse... Incarne le changement que tu souhaites voir dans le monde, te dirait Gandhi !

L'enjeu est massif, vital, beau, il s'agit de prendre grand soin de la Vie en toi et autour de toi, d'œuvrer pour sa préservation. Alors tu viens petit homme ? As-tu le choix de te laisser le choix, as-tu vraiment le choix de n'être pas pleinement toi ? As-tu le choix de passer à côté de ta Vie ? Le courage, dont tu as eu besoin pour en arriver jusque-là, n'était rien qu'un petit échauffement, le vrai cœur âgé, c'est maintenant ! Tu n'as plus le temps petit homme, vous n'avez plus le temps. Dernière génération à pouvoir tout changer... Tu en es ou quoi ? Cent pour cent dans les bras de la Vie, sans le pesant filet du shitstem* ?

Alors tu viens ?



**Shitstem : expression fréquemment utilisée dans le reggae pour décrire le système de m...e dans nos sociétés corrompues.*

Yoh ■

Phare sur un Artiste



Amélie bonjour ! Dans la série à toute chose malheur est bon, cette crise nous aura permis de te découvrir, comédienne, chanteuse, présentatrice de nombreuses émissions. Tu es notamment connue en France pour "Les nouvelles de la Vérité brutale" ainsi que pour "Libérez l'info". Tu viens du Québec, nous avons une grande joie de t'accueillir. Est-ce que tu peux nous présenter ton parcours ?

Oui bonjour. Me présenter c'est toute une question. J'ai étudié en communication à l'université, en ne sachant pas trop ce que je voulais faire. Je voulais m'en aller dans le milieu artistique, mais évidemment on nous dit que cela n'est pas possible de gagner notre vie en tant que comédienne ou chanteuse. En sortant de là, je me suis mise à faire des petits rôles à droite à gauche dans les séries, les films au Québec. De fil en aiguille, je me suis mise à chanter, on m'a donné l'opportunité de chanter aux Etats-Unis à Atlantic City. Je suis ensuite

partie 4 ans en Asie, chanter là-bas, j'ai vécu des expériences extraordinaires. Puis l'animation s'est présentée à moi : j'ai animé une émission qui s'appelle "Call TV" tournée à Vienne, en Autriche, où j'ai passé un an et demi. Cela m'a donné une expérience en animation. J'ai aussi joué dans des productions au Québec, J'ai touché un petit peu à tout. Quand la pandémie a commencé en 2020, j'ai eu cette pulsion de faire une vidéo. Celle qui a marché en premier c'était "Les 11 façons d'affaiblir son système immunitaire". J'ai fait ça pour m'amuser, parce que je suis très sarcastique de nature. C'était pour souligner tout ce que le gouvernement nous disait de faire comme mesures sanitaires, qui étaient en fait tout le contraire de la santé. C'est ce qui m'avait inspiré, je trouvais ça très drôle. Cela a explosé sur les réseaux sociaux, ce qui m'a donné l'idée d'en faire d'autres et me voilà en France (rires). C'est quand même surréaliste, me voilà en France et je donne un numéro d'humour dans un festival d'humour, qui l'eut cru ?

Tu aurais peut-être pu choisir une voix plus simple, avec une reconnaissance des médias de masse. Tu es partie sur un sujet où tu allais t'exposer à une certaine hostilité, le Québec ayant été bien rude sur les mesures "sanitaires". Qu'est-ce qui t'a amenée à t'engager pour témoigner de la folie covidiste ?

Je sais que cela ferait une belle histoire de dire que je savais que j'allais me faire canceler*, mais j'y suis allée quand même parce-que je suis courageuse... Non, malheureusement, car je suis très naïve !

Phare sur un Artiste

C'est juste au début de la pandémie que j'ai fait de la vidéo, je ne savais pas que c'était si dérangeant, si scandaleux. Je l'ai vu assez rapidement sur les réseaux sociaux, je faisais des publications et je recevais beaucoup de contestations par rapport à ça. Je ne savais pas que cela allait si loin que ça. Mais pour moi ça allait de soi, je ne pouvais pas faire autrement, je ne pouvais vivre dans le mensonge. Je ne sais pas comment autant de gens ont fait pour vivre dans le mensonge, dans le silence. On sait que c'est n'importe quoi mais chut, chuuuut, on va faire semblant. Cela n'aurait pas été possible, cela me poussait et je devais parler, le pire c'est que je n'avais pas fait de vidéos sur internet avant. Pendant la pandémie, j'avais travaillé pour une compagnie qui m'avait demandé de faire des petites capsules pour promouvoir leur truc. J'ai rajouté un peu d'humour là-dedans pour m'amuser. On a eu un désaccord et cela s'est arrêté. Je me suis dit "mais j'aime faire ça !", alors j'ai décidé d'en faire pour moi. J'aime tourner, j'aime le montage, alors j'ai continué. C'est la première que j'ai faite pour moi et c'est ce que ça a donné.



Tu es aussi connue en France pour co-présenter "Libérez l'info" avec Chloé Frammery, Salim Laïbi, Thierry Casasnovas, Emmanuelle Darles parfois. Tu as aussi fait une série d'émission avec Guylaine Lanctôt. On voit à travers les parcours de Guis et de Thierry qu'il y a une diabolisation des approches alternatives en santé. Ces questions de santé sont importantes pour toi, quel regard portes-tu sur cette diabolisation ?

J'en ai été moi-même victime parce que j'ai étudié en naturopathie. Je ne dis plus ça maintenant, j'ai subi un traumatisme, mais je suis naturopathe, j'ai obtenu mon diplôme. Au début de la pandémie, j'ai commencé à parler de santé. Je venais de l'école de Thierry, je l'avais suivi tout au long de son parcours, cela faisait des années que je l'admirais tellement. C'est d'autant plus spécial que j'anime "Libérez l'info" avec lui, c'est surréaliste. Je viens de ce domaine-là, cela fait des années que je suis dans une démarche holistique, que je fais très attention à ce que je mange, ce que je mets dans mon corps. Cette diabolisation me surprend sans me surprendre, dans le sens que lorsque je suivais mes cours de naturopathie, je croyais que tout le monde trouvait ça normal, que ce que l'on apprend en santé holistique, c'est juste logique. J'ai appris tellement de choses depuis 2020, que les gens ne pensent pas comme moi. Pour eux, c'est normal de s'injecter du poison dans les veines et de dire ça va m'amener la santé. Les gens qui dirigent la pièce de théâtre font la bonne chose, parce que je pense que c'est le plus gros mensonge de la société.

Phare sur un Artiste

C'est grave ce qu'il se passe, c'est l'inversion des valeurs, puis ça fait peur. Moi-même j'ai eu peur, c'est pour cela que je ne pratique plus. Parce que j'ai reçu beaucoup de demandes de consultations qui étaient très louches, je sentais que l'on essayait de me prendre au piège pour me poursuivre. J'ai 3 amis naturopathes qui ont été poursuivis dont une pour 100.000 dollars. Ce sont des gens de cœur qui pratiquent leur métier depuis des années, qui savent parfaitement ce qu'ils font comme Thierry. C'est une encyclopédie du corps humain, de la santé, regardez ce qu'ils sont en train de lui faire. C'est diabolique, on dit diabolisation à juste titre. Il y a quelque chose de vraiment sombre aux commandes de tout ça. Ce n'est pas de l'incompétence, eux font ce qu'il y a à faire. Comme Guis dirait c'est parfait comme cela, c'est un cadeau évolutif.

Je sens à travers des émissions auxquelles tu participes et tes prises de position, un goût pour la spiritualité, est-ce exact ?

Oui j'ai toujours baigné là-dedans. Ma famille était très catholique donc très jeune je devais aller à l'église tous les dimanches. Même si je n'adhérais pas vraiment au dogme, je me demandais à quoi cela servait, mais je sentais quand même une présence, je croyais en Dieu. Même si je trouvais étrange certains aspects comme Dieu va te punir si tu n'es pas correct, mais Dieu est Amour et Pardon ! Je ne comprenais pas trop, bref cela a toujours fait partie de ma vie. Surtout quand j'ai découvert Guis' (Guylaine Lanctôt NDLR), qui l'amène de façon très terre à terre.



Elle est diabolisée Guis' au Québec, pour nous c'est le diable en personne. Comme si elle était un gourou ésotérique très bizarre, pourtant elle est très terre à terre dans son approche. Tout ce qui est plus spirituel dans son approche, c'est que l'on incarne tous cette Divinité, Dieu est en nous. Pour moi c'est très normal, je l'ai même tatoué dans le dos : "We are God"*. Je crois que l'on a tous cette puissance divine là mais le problème, c'est que l'on a oublié, donc je me souviens de qui je suis. Il faut tout le temps se le rappeler, ce n'est pas évident. Mais effectivement je pense que l'ombre est au service aussi de la lumière. Je pense qu'eux aussi ont une spiritualité même s'ils font semblant d'être très ancrés dans la matière, ils utilisent les lois de l'Univers, les lois de la matérialisation mais à des fins sombres. Ce sont les mêmes lois mais on peut les utiliser pour la construction ou pour la destruction. Il faut tout de même se concentrer sur la lumière tout en étant conscient que l'ombre est là tout de même.

Je ne vais pas revenir sur toutes les mauvaises choses qui ont été imposées à l'ensemble de l'humanité sous prétexte de covid mais plutôt sur de très belles initiatives comme ce formidable et massif

Phare sur un Artiste

mouvement de contestation "Le convoi" qui a eu lieu au Québec, il a inspiré un vent de liberté sur toute la planète, pourrais-tu nous parler des aspects positifs de ces 3 dernières années ?

La communauté francophone mondiale s'est reliée, cela a créé des ponts. Je suis en France en ce moment, il y a des gens qui me connaissent, c'est complètement fou ! Malgré la division qui est imposée, il y a une grande et belle solidarité dans l'écosystème que nous nous sommes créés. On l'a notamment vu à travers le convoi des camionneurs au Canada. Il y avait depuis des années une division créée par la propagande entre les anglophones et les francophones, entre l'Ontario et le Québec. Mais avec le convoi qui était à Ottawa en Ontario, plein de Québécois y sont allés. Nous étions main dans la main, c'était plein d'amour, il y avait une vibration incroyable. On sentait l'union dans les rues, il n'y avait plus d'anglophones, plus de francophones, de blancs, de noirs, de catholiques ou de musulmans, tout le monde était réuni, c'était merveilleux à voir. Dans toute cette beauté-là, ils ont commencé à dire "ce sont des extrémistes de droite, dangereux, violents, nazis, racistes, antisémites", alors que toutes les nationalités étaient là. Cela n'avait aucun rapport. C'était vraiment merveilleux, je suis allée au convoi, cela a été une belle expérience. Je me souviens que ce week-end-là je n'avais pas trop envie de sortir, il faisait froid (-30°) mais je ne pouvais pas manquer ça. Ça va être un événement historique, il faut que j'en fasse partie. Je pense que ça a servi, car c'était de plus en plus fou au niveau des mesures et à partir

du convoi, ils ont commencé à annoncer le retrait du passeport vaccinal, ensuite le retrait du masque. Je ne sais pas si ça aurait été fait sans cette mobilisation. Où en serait-on s'il n'y avait eu cette résistance là ? Je n'en sais rien, mais c'est sûr que cela a eu du positif. C'est là que nous avons vu que l'on avait du pouvoir, c'est nous qui avons le pouvoir : si on dit non c'est terminé, c'est aussi simple que ça. Mais il faut se rappeler de qui on est, on l'a oublié.



Cela nous a permis de venir questionner notre souveraineté

Je ne réalisais pas avant que j'étais une esclave. Nous n'avions pas cette conscience-là. Maintenant tout est tellement plus clair. C'est sûr que l'on a encore beaucoup à découvrir. On ne se rappelle pas tout à fait de qui on est, mais on voit beaucoup plus clair.

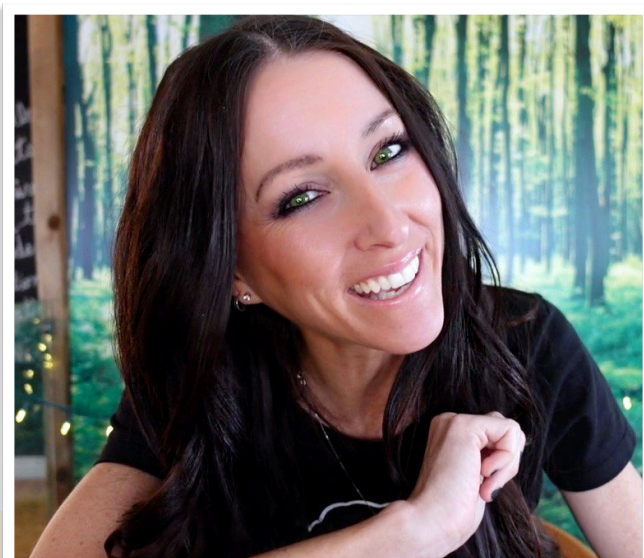
Au delà de la peur, il y a peut-être des beaux cadeaux, passé le choc initial. "Je n'ai plus de travail" : il y a tout le temps quelque chose qui est mieux en place, et plus aligné avec qui l'on est et ce que l'on doit faire. Il y a quelque chose de beau dans toute cette noirceur. Donc l'ombre est au service de la lumière.

Phare sur un Artiste

Parfois une crise ou un trauma peut faire apparaître un cadeau caché.

On parlait beaucoup au début de la pandémie, d'un nouveau monde. J'y croyais plus ou moins, je voyais que les gens étaient très endormis. Mais il est concret le nouveau monde, on crée des événements, juste pour les résistants. Comme l'événement à Montpellier, un festival d'humour (l'UER, cf article page 44 NDLR) pour les insoumis, ça a été un immense succès. Cécile m'a fait venir du Canada juste pour être là. Il existe ce nouvel éco-système, on le bâtit le nouveau monde. Je pense que l'ancien va s'effriter tranquillement, il va avoir de moins en moins d'importance. On le voit déjà, les médias crient, on a plus d'argent, cela ne va pas bien du côté des médias traditionnels. Ce n'est pas que l'on se réjouit de leur malheur mais un petit peu.

C'est une véritable nouvelle culture qui apparaît, qui, après trois ans de constats de ce qui ne va pas, cherche maintenant à trouver des solutions aux problèmes de nos sociétés.



On le voit sur les réseaux sociaux, on dénonce encore les incohérences de la société mais on est passé à un autre stade, on connaît la base, on n'a plus besoin de dire que les masques, les vaccins ne sont pas bons. Nous sommes passés à une autre étape, c'est vrai qu'il y a une évolution intéressante.

La question que tu aurais voulu que je te pose, que je ne t'ai pas posée et la réponse que tu en aurais faite ?

Peut-être, qu'est-ce que je souhaite pour l'avenir ?

Personnellement de continuer de m'aligner avec ce qui me nourrit, le côté créatif, je découvre le côté de l'humour, j'en faisais déjà avec la Vérité brutale mais c'était différent en capsule. Puis la musique, revenir à chanter, ça me manque beaucoup. J'ai passé ces 3 ans sans chanter car je ne pouvais plus faire de spectacle. Continuer à m'aligner là-dessus et participer à défricher pour cet espèce de nouveau monde qui est en train de se créer. C'est tellement excitant de voir ça, j'espère que je vais le connaître dans son plein épanouissement. J'espère que l'on va être là pour le vivre. Il y a quand même une belle fierté d'être là pour défricher.

Collectivement, que les valeurs du cœur et de l'amour reviennent à la bonne place. Que l'on sorte de ce mensonge, que l'on revienne à la vérité, que la vérité émerge. L'apocalypse de dévoilement de la vérité, que l'on connaisse tous la vérité, à partir de là, on en fait ce que l'on veut.

Phare sur un Artiste



Chacun sa mission de Vie, chacun ses trucs, chacun son chemin évolutif, qu'il n'y ait plus tous ces mensonges, toute cette propagande, que tout soit caché. Après ça, à voir ce que l'on va construire avec. Dans un monde où tous connaissent la vérité, où il n'y a plus de division créée par les médias et la propagande. Là, la question se pose de ce que l'on fait de notre souveraineté. Je suis excitée de voir ce qui va se passer. Je ne pourrais pas dire quoi par contre (rires), ça peut juste être positif, il me semble.

Comme l'histoire du 100e singe ([youtube.com/watch?v=Q53fBYJFNrY](https://www.youtube.com/watch?v=Q53fBYJFNrY)), quand il va y avoir ce point de bascule...

Oui c'est cela que nous sommes en train de faire, laver nos patates ! Tout le monde va commencer à le faire partout, par mimétisme, c'est peut-être contagieux vibratoirement...

Peux-tu nous faire part de tes projets pour l'avenir ?

Comme j'ai été enfermée dans mon studio à faire du montage pendant 3 ans, je suis contente de refaire de la scène. J'ai des spectacles de musique qui s'en viennent au Québec. J'ai fait un petit numéro d'humour qui durait une demi-heure.

Très chouette au passage, j'ai beaucoup ri et ton côté cinique et sarcastique ressort bien...

Phare sur un Artiste



Merci, merci. Tu as vu ? Paf ! Dans les dents ! L'idée serait de faire un spectacle complet avec un peu de mise en scène, parce que je commence là-dedans, ce n'est pas mon métier. J'aime ça mais je suis juste une débutante. J'ai envie de faire quelque chose de solide, que je puisse me sentir confiante sur scène. Puis commencer à faire des spectacles ici. Stéphan Cuvelier aimerait me produire en France et en Europe. Alors ça j'aimerais bien que cela fonctionne, ce serait un rêve. C'est quand même en processus, il faut juste que je produise le matériel finalement.

Pour vous avoir vu récemment sur scène, tant toi que Stéphan, j'ai eu cette réflexion que la vidéo c'est chouette mais que cela ne remplacera jamais l'intensité du

spectacle vivant. Energétiquement, c'est tellement plus fort.

C'est fun que l'on commence à le faire revivre, parce que ça a été mort, les gens étaient en train de mourir, on a besoin de rire, de se connecter ensemble. C'était la première fois que j'expérimentais ça, d'avoir le rire. Il y a vraiment des gens qui ont ri, je dis quelque chose et puis l'on ri ! C'est vrai qu'il y a une belle énergie et que c'est agréable. Tu es sur scène et tu kiffes comme vous dites. Tu fais apprécier le moment puis échanger puis créer un genre de vortex avec le public, avec qui y a un échange puissant. Quand tu ris, tu laisses tomber tous tes blocages, tu te mets vraiment à nu et puis ça connecte les gens ensemble. C'est beau en fait !

Phare sur un Artiste

Ton mot de la fin ?

Je me souviens de qui je suis. Je dis ça parce que l'on parlait de Guis'. Je fais d'ailleurs une 12e capsule avec elle, à la mi-octobre, ça fait deux ans que l'on a enregistré la dernière. "A Diesse en 10 étapes", on avait fait une 11e étape, puis on fait une 12e. Nous sommes rendues au stade où c'est la fin de la peur, faut qu'on sorte de la peur. Parce qu'on a tous peur, même nous, on est mort de peur. J'ai hâte de voir ce qu'elle va dire sur le sujet, même si je m'en doute un peu, mais, oui, la fin de la peur. Je ne suis pas un très bon exemple de ça moi, j'ai peur de tout, tout le temps ! (rires).



Un immense merci à toi d'avoir répondu à mes questions. J'ai à présent un grand service à te demander, pourrais-tu nous dire ta célèbre phrase qui conclue "Les nouvelles de Vérité brutale" ?

Surtout ne pensez pas trop fort, chuuuuut il y a des gens qui dorment encore !!!

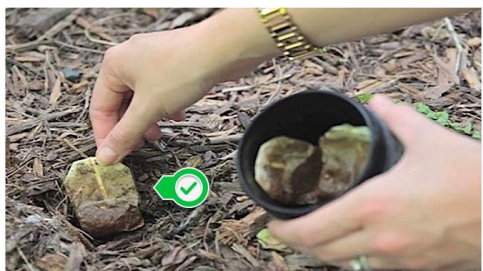
**Français : de l'anglais cancel annulé, être dénigré, mis au ban de la société, invisibilisé socialement et médiatiquement.*

**Nous sommes Dieu*

Propos recueillis par Yoh ■

Les Trucs & Astuces

Astuces Perma



1. Gardez vos sachets de thé (bio), les vers de terre en raffolent.

Voici comment attirer les précieux vers de terre chez vous, gratuitement, simplement en recyclant !

Les sachets de thé usagés sont un vrai trésor au jardin, ils sont vraiment multifonctions. Il vous suffit simplement d'aller les enterrer directement près de vos plantes, et :

- Ils agiront comme fertilisant pour vos plantes qui pousseront plus robustes et plus vite.
- Les vers de terre raffolent des feuilles de thé, ils les consomment avec plaisir puis leurs déjections créent un engrais naturel et de très haute qualité pour votre sol.
- Ils agissent comme répulsif auprès de certains insectes qui n'aiment pas trop l'odeur.
- De plus, les sachets auront un rôle de rétention de l'eau lors des arrosages et serviront de mini réserves pour vos plantes.

2. Gardez vos bouchons en liège pour économiser de l'eau.

Le liège a une grande capacité de rétention d'eau, il gonfle comme une éponge. Il suffit de découper vos bouchons de lièges usagés et de les mélanger à votre terre. Ainsi ils se gorgeront d'eau lorsqu'il pleuvra ou que vous arroserez votre jardin, et ils serviront de mini réserve ! Le liège délivrera l'eau à la terre, et donc aux végétaux au fur et à mesure de la journée.

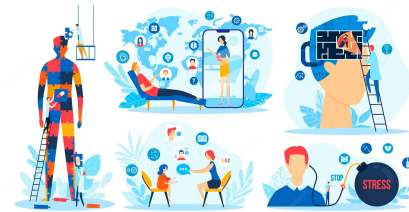


3. Pour dompter les plantes envahissantes au jardin.

C'est une astuce géniale pour les plantes qui ne tiennent pas en place et aiment coloniser nos potagers ! Il vous suffit de les planter directement avec leur pot et de le couper de part et d'autre pour tout de même laisser une ouverture aux racines. C'est une astuce parfaite pour la menthe, les framboisiers, etc.



Guide Psycho



DE LA PSYCHOLOGIE À LA CONSCIENCE SACRALISÉE 2 (suite)



Nous pouvons considérer que la matrice originelle de l'Univers nous aide à comprendre la logique de l'intériorité humaine.

Au point de départ, nous avons le phénomène du Big Bang. Ce phénomène d'explosion engendre une expansion infinie...

Cet Univers gigantesque s'organise au cours de milliards d'années avant que l'espèce humaine n'apparaisse à son tour quelque part dans ce cosmos en expansion.

A travers la longue histoire de l'hominisation, s'est construit progressivement pour l'Homme, son accès à la conscience. Il a réalisé relativement tard (il y a plus ou moins 40.000 ans) qu'il était dans cet Univers, complètement dépendant de lui, inscrit au cœur de son organisation ; il a découvert, avec l'évolution de sa conscience, qu'il était relié à ce Tout dont il faisait partie, comprenant, toujours progressivement, qu'il portait en lui la trace ou comme une sorte d'empreinte de ce Tout primordial qui en était

l'origine : l'unité du Tout, cette "Singularité initiale", centre d'attraction de la conscience universelle, en deçà du Big Bang.

L'Homme du paléolithique supérieur, l'Homme naissant à son humanité différenciée, a ressenti en lui l'épaisseur de son lien au Tout qu'il a d'abord perçu comme mystérieux. C'est cette connaissance intuitive liée à sa mémoire inconsciente, qui a éveillé en lui la conscience de son lien au Tout, de sa participation au Tout. Cette conscience était la nature profonde de son sens du sacré et de tout ce qu'il allait imaginer pour entrer en contact avec ce lien l'identifiant au Tout.

Le Big Bang peut être considéré comme un déchirement de l'unité primordiale de la matière, comme une blessure, comme une faille.

Ce phénomène est, en quelque sorte, la dislocation du Tout, une espèce de séparation du cosmos par rapport à son noyau unitaire primordial, paradisiaque, originel.

Le Tout s'est blessé en explosant, il s'est démembré, il s'est déchiqueté, il s'est éparpillé dans le multiple, il a perdu "l'unité paradisiaque" d'origine, il s'est donné la mort.

Paradoxalement, c'est de sa blessure et de sa mort que le Tout donnait vie à la multiplicité et aux nombreuses formes d'êtres vivants qui, sans cet éclatement n'auraient jamais vu le jour.

C'est cette blessure originelle qui constitue la matrice universelle à l'origine de l'ordre du vivant.

Guide Psycho



C'est la volonté d'un retour "nostalgique" à cette unité primordiale paradisiaque de la matière/esprit d'origine, ou le principe d'attraction en "deçà" Big Bang, qui est le fondement naturel de l'expérience spirituelle et sa nature réelle, la logique émergente de la noosphère.

Cette pensée primitive de la reliance au Tout, sens de son intériorité habitée par le Tout, s'est manifestée dans toutes les traditions humaines au cours du temps.

Dans un ouvrage intitulé : *"Ma civilisation à l'épreuve du miroir. De la trahison chrétienne à la trahison du Progrès"* (manuscrit), Titien Gallen montre dans quelle "matrice mentale" négative, ou dans quelle "camisole psycho-culturelle" notre civilisation s'est elle-même enfermée. Cette matrice mentale négative s'oppose à celle du cycle vie/mort de la nature dont la civilisation cherche à se défendre.

L'intuition des Celtes avait imagé cette expérience vie/mort par le chaudron de l'initiation dans lequel l'initié était démembré, remembré, décomposé, recomposé, mourrait et renaissait... C'était le chaudron de la mort et de la renaissance, la légende du graal récupérée beaucoup plus tard par Chrétien de Troyes (1250).

Cette symbolique de l'unidualité, comme la nomme Titien Gallen, dans son livre cité ci avant, est le premier symbolisme de la création et de la conscience. C'est aussi ce symbolisme qui est à l'origine de la naissance des grandes expériences spirituelles reliées à la nature et se référant à la nature. L'expérience de l'intériorité, qui est universelle, est construite sur une symbolique des contraires. On retrouve

plus tard dans l'histoire cette permanence et cette universalité dans l'expérience de l'intériorité : Chamanisme, Tantrisme Shivaïste, Tao, Yoga, Vacuité bouddhique, Gnose égyptienne, Alchimie... A partir de la physique quantique, le mathématicien et logicien Stéphane Lupasco, peut dire que la Matière primitive donnant naissance à l'Univers fait exister une troisième matière, la Matière Psychique ou Matière Esprit. Cette matière est en interconnexion simultanée, consciente, avec la totalité d'elle-même, à tout moment. Elle est sa propre matrice psycho-physique et cumule les attributs que des traditions multiples réservaient habituellement à la sphère de la sacralisation. Cette matière/esprit est acausale, supra-sensorielle, non-locale. Dans toutes les traditions spirituelles, la blessure est intériorisée, comprise pour devenir féconde, matrice d'une nouvelle vie en accouchant d'un nouveau sens au-delà de la dualité.



Guide Psycho



La blessure et la matrice formaient ainsi les deux pôles d'une symbolique uniduelle, qui par sa reliance au Tout, garantissait la continuité spirituelle de la conscience et du vivant.

L'Homme comprenait que, depuis le début de sa vie, il était invité à quitter cet état d'unité avec la mère. Sa démarche de séparation était dès le début une déchirure. Parallèlement, il réalisait que cet espace créé entre soi et l'autre, par la déchirure, ouvrait un champ possible à sa liberté.

A partir de cette expérience primordiale, l'Homme a recherché son unité perdue, comme l'Univers recherche son unité perdue dans la logique de l'hologramme qui lui rappelle, en permanence, cette "unité paradisiaque" originelle.

Par l'expérience de l'intériorité, l'Homme recherche cette unité perdue et le plaisir qui est celui de l'Un, du Tout, non déchiré, non souffrant.

Mais le seul fait de retrouver cette unité perdue et le plaisir qui lui est inhérent provoque aussitôt leur nouvelle perte.

Les rites d'initiations consistent, depuis la nuit des temps, à apprendre la manière de pénétrer sa dualité, à la connaître pour la gérer et comprendre qu'elle est une ressource de récréation et de métamorphose, de vie, de sens.

C'est l'exemple de la nature qui a été le fondement de ce symbolisme. Par ses cycles, elle disait la déchirure et l'unité. C'est pour cela que l'intériorité a, très tôt, souligné la proximité et la complémentarité des contraires.

La blessure originelle est le langage symbolique de la perte et du rappel de "l'unité paradisiaque". Cette blessure ouvre le sillon des contraires qui est la source ou la matrice universelle de toute conscience. La contemplation du cercle de la nature, la compréhension de sa logique contradictoire, antagoniste et complexe est la matrice d'une nouvelle vie dont on retrouve partout les traces dans les spiritualités nées de l'intériorité humaine.

C'est la blessure des contraires qui permet de comprendre l'unité de l'être. L'Un primordial était habilité à être la matrice du multiple.

La conscience de l'Homme, avant l'avènement des religions, à travers sa connaissance d'une double force complémentaire présente dans la nature, constituait un facteur anticipatif de cicatrisation et de guérison, même si la condition de la création ne permet pas la fermeture définitive de la blessure.

C'est là que les religions de la croyance en un "dieu personnel révélé transcendant" opèrent un malentendu : elles décident d'écarter les bords de la blessure en niant précisément les contraires naturels propres à la condition de l'Univers entier et de l'Homme dans cet Univers.

Le paradoxe de la spiritualité, c'est qu'il faut comprendre que la même blessure qui sépare les contraires dans le manifesté (le monde supra-atomique) est celle aussi qui les unit dans le non-manifesté (le monde sub-atomique). Le corps et l'esprit sont deux faces de la réalité, comme la particule élémentaire et son "onde esprit" exploratrice infinie de la réalité infinie.

Guide Psycho



L'intériorité humaine est le contraire de cette méconnaissance et de la mise en opposition systématique des bords de la blessure : cette méconnaissance est celle de la religion qui se croit supérieure à la nature en lui demandant sa soumission. La blessure de la conscience est un reflet de la blessure de la matière-conscience. C'est cette spiritualité qui peut permettre la construction et l'accouchement de l'Homme nouveau spirituel.

La différenciation sexuelle est l'image de la perte de l'androgynat, de l'unité primordiale. Toute forme vivante de différenciation représente la séparation de l'état du Tout primordial. C'est également le symbole de la naissance.

Toute forme différenciée blesse le Tout d'où elle est arrachée en étant tout en même temps le fruit intime de cette blessure.

Au lieu de chercher à refermer la blessure, la religion pousse à en écarter les bords pour s'en émanciper et c'est précisément de cette manière qu'elle rouvre continuellement la blessure puisque, pour la religion, c'est la chute de la création qui est le résultat d'une désobéissance au créateur, alors que c'est la blessure elle-même qui est le fruit direct de la création par l'explosion du Tout primordial.

Le mélange de la dualité dans l'unité se présente comme une construction universelle du psychisme humain. Toutes les spiritualités se rassemblent dans cette unité culturelle de la relation à la Grande Mère, Magna Mater, féminité sacralisée, conçue comme l'Un premier androgyne ou matrice créatrice antérieure à toute différenciation.

La conscience humaine est le résultat d'une blessure psychique par rapport à l'unité du monde. Mais la blessure est un constant rappel qui permet de renouer avec l'unité.

C'est la dualité qui permet de comprendre et de choisir l'unité. Il y a une expérience spirituelle lorsqu'un contraire se souvient de son autre contraire : qu'il ne faisait qu'un avec lui dans la matrice originelle antérieure de la conscience. La conscience se sert alors de la blessure pour retrouver son unité antérieure. La conscience est blessure mais seule cette blessure donne le choix.

La symbolique matricielle de la blessure est la condition même de l'existence du psychique et de la dynamique d'intériorité qu'il peut initier.

La blessure cosmique du Big Bang est l'utérus universel de la vie.

L'intériorité humaine est un ésotérisme planétaire reliant l'âme de la nature à celle de l'humanité et celle des vivants à celle des morts. La spiritualité matricielle et intuitive de la Totalité est féminine. En termes universels, l'archétype féminin est premier car le matriciel est le contenant, le reliant universel accueillant toutes choses, ce qui est ouvert au-delà des sexes. C'est bien dans ce matriciel féminin qu'est contenu le masculin, car c'est lui qui peut l'accueillir et non l'inverse ainsi que l'opposition qui l'accompagne.

Le couple d'opposés masculin/féminin lui est intérieur, il le contient. Au-delà de la dualité, il représente donc l'interpénétration des contraires, ou l'unité androgyne première, présente dans le Tout primordial.

Guide Psycho



Les spiritualités accomplissent et révèlent l'unité primordiale du masculin et du féminin.

Les religions institutionnelles Patriarcales, hégémoniques et ne tolérant pas le relativisme ont logiquement évincé le féminin, parce que l'hégémonie et la domination sont incompatibles avec la blessure symbolique des contraires.

L'intériorité humaine est expérience des contraires dans celle de l'unité matricielle primordiale ; elle n'est donc pas compatible avec la prétention ou intention intrinsèque de la religion qui par son discours dogmatique élimine les contraires.

Le discours et l'intention des religions institutionnelles patriarcales "révélées" est d'établir un pouvoir théocratique indiscutable, non relatif, absolu, obligatoire, basé sur l'interventionnisme d'un dieu hypostasié qui considère l'Homme comme déchu, pécheur, tombé, coupable et qui intervient dans l'espace

et le temps de son histoire pour corriger son errance et ses déviances coupables.

Les religions institutionnelles cherchent avant tout à établir un ordre moral qui arrache la conscience de l'Homme à son éthique intérieure libre et responsable.

En arrachant ainsi l'Homme à sa nature, la religion rend la nature coupable et écarte les deux bords de la blessure de telle sorte que celle-ci reste ouverte et interdise l'accès des Hommes au bonheur de l'union transformante mystique. C'est aussi pour cette raison que toutes les spiritualités issues de l'intériorité humaine naturelle et les Hommes qui les ont expérimentées ont été universellement persécutés par les religions institutionnelles patriarcales "révélées", polythéistes ou monothéistes, affirmant l'existence des dieux ou d'un dieu personnel transcendant.

Car, en réalité, ce qui est vécu dans l'expérience mystique, c'est la "Nuit Obscure" dira le mystique Espagnol, Jean de la Croix ; c'est le silence total d'un dieu qui se montre totalement absent. Ce Dieu personnel transcendant et absent qui fait problème, cesse de faire problème si j'accepte de comprendre qu'il est effectivement absent parce qu'il n'existe effectivement pas !

Le mystique comprend par expérience que l'Absolu est inconnaissable et c'est pourquoi, rien ne peut l'autoriser, de ce fait même, à penser que cet inconnaissable puisse devenir "connaissable", qu'il puisse être un dieu "révélé", puisque s'il s'était révélé, c'est qu'il ne serait donc pas inconnaissable, par définition même.

Guide Psycho



L'athéisme relève de l'expérience réelle des Hommes et ne possède pas de catéchisme parce qu'il n'a pas besoin de doctrine. Les doctrines ne sont indispensables que pour les croyances qui savent pertinemment qu'elles ne sont pas des processus naturels inscrits dans la logique du vivant !

Le dogmatisme suppose toujours a priori que l'Homme est incapable d'atteindre par sa rationalité naturelle, sa connaissance, les vérités "révélées" !

La religion dit que dieu s'est "révélé" : il est en quelque sorte obligé de se révéler parce que l'Homme est incapable de découvrir par lui-même les vérités "révélées" !

Les limites implicites de l'Homme sont donc déjà des interdits en soi, mais que dieu décide de transgresser en tant qu'interdits, en révélant à l'Homme ce que par lui-même il est incapable de trouver, et par nature et par interdit ! Dieu se contredit...Il y a donc autant de révélations que de religions ; ce qui peut se traduire par : il existe pour l'Homme

autant d'interdictions de penser avec sa raison qu'il existe de religions "révélées" !

La révélation c'est, en quelque sorte, une affirmation par écrit de la foi de l'Homme qui dresse son angoisse et son expérience de l'effroi.

La révélation divine est donc la démonstration que, pas plus par la raison que par la foi, il n'est possible de croire en dieu ! Si la foi avait été suffisante, l'invention de la "révélation" n'aurait pas été nécessaire.

L'affirmation même de dieu implique en elle-même que ce dieu soit absolu. Si dieu n'était pas absolu, il ne serait pas dieu !

Si j'affirme dieu, je l'affirme comme absolu.

Or, si dieu est absolu, cela exclut d'emblée que le reste (qui ne peut donc être absolu) puisse exister !

Si l'absolu existe, le non absolu ne peut exister, puisque tout devient alors l'absolu. Si tout devient absolu tout est dieu et il ne peut plus y avoir un dieu absolu qui se révélerait au non absolu !

Moi, l'humain, je fais partie du reste puisque je me pose la question de l'absolu de dieu. C'est le "reste" qui se pose la question de dieu ! Si le "reste" se pose la question, c'est qu'il existe et de plus comme non absolu. Si le non absolu peut exister c'est que l'absolu n'existe pas ! Soit que dieu n'existe donc pas ou soit qu'il n'est pas l'absolu et s'il n'est pas l'absolu il ne peut toujours pas exister comme dieu !

Guide Psycho



A partir du moment où l'Homme créateur des dieux ou de dieu les qualifie ou le qualifie de créateur des Hommes, il est impossible à l'Homme de concevoir un créateur de l'Homme qui ne s'occuperait plus de sa création humaine ! C'est pour cette raison qu'à l'idée d'un dieu personnel transcendant créateur de l'Homme devait naturellement succéder celle de la religion qui permettrait l'instrumentation de l'action divine.

Plus un dogme est structuré, organisé, rodé, éprouvé, expérimenté, pensé, formulé, solide, plus la religion qu'il incarne est sur le point de disparaître. Aucune religion "révélée" ne peut survivre sans se définir à travers une formulation parfaitement construite. Mais l'histoire est inhérente au temps qui passe et toute doctrine est laminée par l'histoire, justement parce que l'histoire est l'épreuve du temps qui prend son temps pour opérer la transformation ou métamorphose de l'ordre du vivant dont font partie les Hommes qui vivent la religion !

Les religions "révélées" ne luttent plus aujourd'hui, pour leur idée de dieu mais surtout pour leur survivance.

La nuit obscure de l'expérience mystique est précisément obscure, parce que l'esprit de l'Homme y est foncièrement dépouillé des appuis essentiels qu'apporte, en principe, la religion, comme par exemple, la foi ! Si les religions institutionnelles disparaissaient, la croyance en dieu également !

L'éthique universelle n'a pas besoin d'une révélation divine pour être connue des Hommes ! Dieu n'a pas besoin de me révéler ses lois morales pour que je sache qu'il faut donner à manger à un Homme qui meurt de faim. La morale religieuse a engendré de tout temps les crimes multiformes dont l'histoire peut témoigner. L'éthique universelle, laïque, ne contient en elle-même aucune raison de tuer ! Lorsqu'une religion défend sa morale, elle défend surtout son pouvoir.

Etant donné que les religions "révélées" ne peuvent opposer de raisons à la raison, elles sont donc forcées de faire appel à l'invention de la foi. Or, la résistance de la foi ne peut jamais éviter de tomber dans les fanatismes intégristes et fondamentalistes...

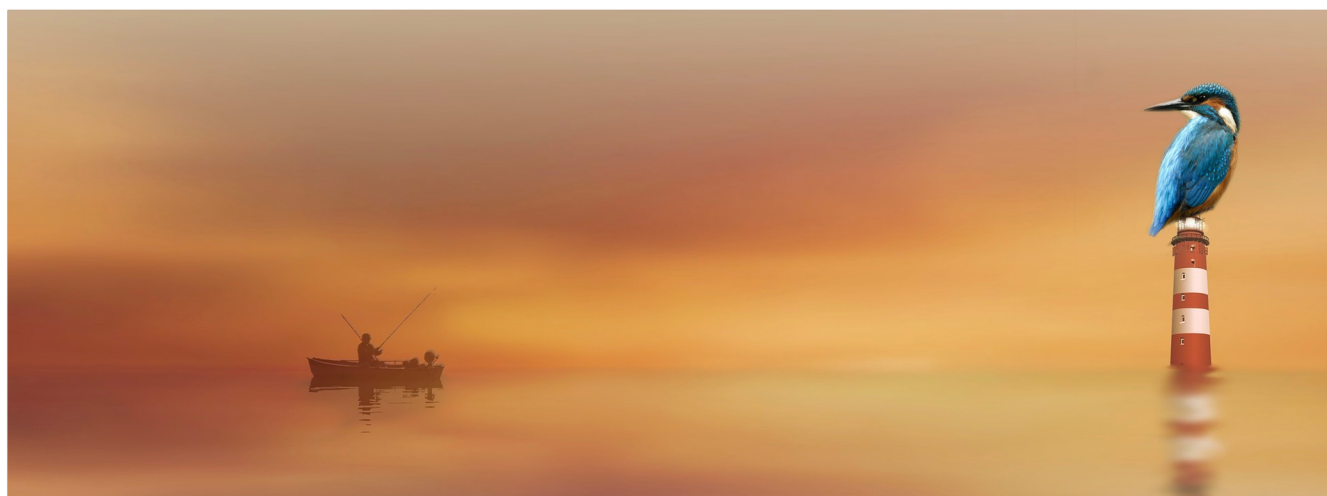
La société du vingt et unième siècle sera spirituelle (pas religieuse) ou ne sera pas.

Les Etats, même laïcs, mais construits sur une matrice de droit théocratique, comme en France, par exemple, ne donnent aucune place à l'athéisme ou à l'agnosticisme. En revanche, ces mêmes Etats donnent une place aux religions "révélées" parce que celles-ci sont toujours un bien pour ses citoyens ! Les Etats parlent volontiers de la liberté de culte mais jamais de la liberté d'athéisme ! On peut dire : "et pour cause", puisque l'athéisme est déjà en soi liberté.

A suivre ...

Jean-Yves Jézéquel ■

La Rubrique du Malin Pêcheur



[Suite et fin sur le micro-crédit]

2 - LA PORTE DE SORTIE POUR NOUS EN EUROPE : UNE PRODUCTION LOCALE POUR UN MARCHÉ LOCAL

Avec une trentaine d'amis humanistes convaincus, dont un économiste, expert de l'Amérique Latine, et des questions concernant la gestion des réserves naturelles de l'eau, Peter K., un autre confrère dissident de l'Eglise, Mariano M., nous avons décidé la création de "Bancos Comunes Solidarios" : banques communales solidaires, pour le développement économique et social d'une population de "pauvres absolus", qui a été appelée, par les théologiens de la libération et leur "théologie de la libération" (devenus dissidents depuis leur condamnation par Ratzinger, alias Benoît XVI, en 1984 et 1986), "el Pobretariado", le pauvretariat.

C'est dans ce type de banque communale solidaire créée au Pérou, qu'il était pour nous possible et souhaitable de placer notre épargne, se trouvant de ce fait au service des pauvres absolus pour les aider

à sortir de leur pauvreté en leur donnant ainsi l'occasion de briser le cercle vicieux d'une dépendance esclavagiste au strict service des riches et de leur exploitation scandaleuse par les riches...

Témoins du spectacle navrant de l'exploitation honteuse, de l'exclusion sociale, nous avons été bouleversés par les dépossédés des villes comme des campagnes, dans ces pays d'Amérique Latine où règnent encore l'ultra libéralisme et le néo conservatisme. Ces politiques qui ont largement démontré la voie sans issue qu'elles représentent, sont entretenues par une présence massive des investissements capitalistes du mondialisme en marche forcée, ayant organisé le pillage de ces pays, une corruption omniprésente des élites, comme au Pérou, et des pratiques authentiquement mafieuses de certaines de ses multinationales, entre autres des compagnies minières contre lesquelles le Président socialiste Humala, en son temps, ne pouvait rien.

Constatant cette situation déplorable du "pobretariado" au Pérou, nous voulions aider ces "pauvres absolus" à devenir les acteurs de leur propre libération.

La Rubrique du Malin Pêcheur

Pour cela, nous avons imaginé et réalisé l'APM : l'Association pour la Promotion du Micro-crédit, basée sur l'expérience du professeur Yunus au Bangladesh, celle qui a été nommée "la banque Grameen", intervenant auprès des plus pauvres, comme on l'a vu dans les articles précédents.

C'est l'ONG, "Alternativa", ayant 30 ans d'expérience du micro-crédit au Pérou, qui a formé les cadres de chaque "banquito" : unité bancaire de l'APM. "Alternativa" a également assuré une série de séminaires d'initiation au fonctionnement du micro-crédit.

Notre APM a organisé une vingtaine de "banquitos" sur les dix ans qui viennent de s'écouler : 14 en milieu rural, pour le moment dans la région au Sud de Lima, à Asia dans la province de Cañete. Une unité bancaire micro-crédit a été créée à Comas, au Nord de Lima, pour la promotion sociale des femmes de cette zone de la périphérie urbaine.

Chaque unité a un tuteur.

Les premières unités ont démarré leur activité en octobre 2010, en ciblant les projets d'achat de fertilisants naturels pour les cultures, l'achat de matériaux de construction et d'outillage de maçonnerie, l'achat de machines-outils pour atelier de confection, le paiement des études supérieures de garçons et filles, évidemment issus de familles dans l'incapacité d'assurer ces frais de formation sur des années.

Aider les familles à se sortir de la précarité chronique organisée par la finance internationale, passe également par les études qui donnent aux jeunes générations la possibilité d'envisager un autre avenir que celui de la condition d'exploités, vécue par leurs parents, tenus à l'obligation d'un travail pénal permanent depuis leur plus jeune âge...

Depuis 2012, nous observons attentivement le problème majeur que pose la pollution de la nappe phréatique par le cyanure, l'arsenic, l'acide sulfurique, le mercure, dans la province de Cajamarca à cause de l'exploitation sauvage de l'or, sur les sites de Yanacocha et Conga, par la Newmont Mining Corporation, une multinationale d'un groupe US. Etre obligé d'intervenir pour que cette multinationale respecte la vie des paysans de la région est déjà, en soi, une chose consternante, mais la vie naturelle des gens de ce pays est le dernier des soucis de cette société qui n'a d'yeux que pour l'or qu'elle pille à bon marché, véritable vol programmé par des accords conclus au temps de Fujimori et sur lesquels Humala n'avait pu revenir, pas plus que les présidents suivants, Obama ayant directement menacé le Président Humala, lors de la Conférence de l'APEC à Hawaï, de retirer tous les investissements réalisés au Pérou par les USA, s'il cherchait à modifier les conditions qui avaient été "négociées" par son prédécesseur. Les investissements US sont comme une toile d'araignée qui contrôle tout ce qui peut être intéressant à capturer... Les dispositions juridiques du traité d'exploitation des plus grands sites miniers de l'or dans le monde, Yanacocha et Conga, sont telles que même l'Etat péruvien, s'il voulait s'opposer à ce scandale absolu afin de protéger ses populations (à cause de l'empoisonnement par l'arsenic, l'acide sulfurique, le cyanure, le mercure utilisés pour l'extraction de l'or, et qui s'écoulent vers les lagunes ancestrales de la province de Cajamarca constituant la source d'eau potable de ces populations), pourrait se retrouver devant un tribunal qui le condamnerait et l'obligerait à respecter des accords ouvertement crapuleux, mais parfaitement "légaux" !

La Rubrique du Malin Pêcheur



Nous avons là un exemple de ce qui va se passer à coup sûr en Europe, puisque par malheur l'Union Européenne, au service des intérêts américains, a accepté les conditions actuelles du TTIP (*NDLR : en anglais, TTIP pour Transatlantic Trade and Investment Partnership*)...

Il faut savoir qu'au Pérou, grâce à la corruption omniprésente et à l'absence de règles, de grandes banques se sont emparées du "micro-crédit" en dévoyant le système à leur profit. La criminalité bancaire et son banditisme impénitent ont fait beaucoup de tort à la réputation du "micro-crédit" !

Nous avons donc lancé cette activité de telle sorte que les intérêts ne couvrent que les frais de gestion du micro-crédit, dans le but de rendre l'APM complètement autonome, sans bailleurs extérieurs et sans gains pour les personnes investies dans l'animation des "banquitos".

Le taux d'intérêt total était de 1.5% plus 1% d'épargne forcée. Ce dernier 1% est retenu pour chacun des bénéficiaires du prêt et lui est retourné au moment où il décide de quitter l'unité bancaire "el banquito".

99% des bénéficiaires formant les "banquitos", sont des femmes, parce qu'elles se montrent plus responsables et plus motivées que les hommes : elles doivent toujours faire la preuve de leurs capacités, elles doivent toujours se battre pour trouver une place dans la société patriarcale et faire reconnaître leurs droits, chose que les hommes ne sont pas nécessairement obligés de vivre !

Un bénéficiaire du micro-crédit, appelé membre du "banquito", est solidaire, responsable pour les montants prêtés à chaque membre.

Si un membre bénéficiaire ne peut pas rembourser son prêt, tous les autres membres prennent alors en charge la somme à rembourser. C'est une obligation contractuelle. Ainsi, la solidarité donne une qualité particulière à l'engagement personnel.

Chaque mois, les membres bénéficiaires du micro-crédit se réunissent obligatoirement, pour rendre des comptes sur ce qui a été réalisé avec l'argent prêté ainsi que pour évoquer également les problèmes éventuels pouvant se poser, afin de voir collectivement et solidairement comment les résoudre.

Les remboursements ont été assurés à 90%, jusqu'à présent, sur les dix années d'expérience écoulées.

Les succès individuels ont fortement stimulé les succès collectifs. Une dynamique de groupe fonctionne bien lorsque les membres sont solidaires et motivés.

Nous avons également constaté qu'il était nécessaire de créer une cohérence sociale entre les membres du "banquito", pour éviter tout conflit.

La Rubrique du Malin Pêcheur

La solidarité dans l'action d'une banque communale coopérative, se concrétise par le fait que chaque membre devient propriétaire de la banque. Puisque tous deviennent les propriétaires du "banquito", tous décident collectivement de la viabilité du projet de chaque bénéficiaire emprunteur, ainsi que du taux d'intérêts qu'il convient d'appliquer et de la durée du micro-crédit à accorder avec son mode de remboursement.

C'est ainsi que l'argent ne sert qu'à "l'utilité" pour la vie sociale et le bien être des personnes et non pas pour une idéologie de "profit". L'argent se met au service de l'homme et non pas l'homme au service de l'argent !

Les "banques communales solidaires" doivent impérativement rester dans le domaine public. Une banque privée n'a de raison d'exister que pour le profit.

Pour le fonctionnement harmonieux d'un micro-crédit, en Europe, il est nécessaire d'utiliser une monnaie locale en parallèle de la monnaie commune, abolissant ainsi la monnaie dette "unique". Si l'euro acceptait de devenir une monnaie "commune" et non plus la monnaie "unique", nous pourrions sans doute découpler l'économie locale de la vampirisation financière du système mondialisé, destructeur de la vie économique locale.

La destruction massive de notre industrie française et les délocalisations qui assassinent l'emploi sur le territoire national et au niveau local, sont dues à ce phénomène de la mondialisation favorisée par la monnaie dette "unique"...

Une production locale ne peut exister et permettre à chacun de vivre décemment que si elle s'adresse d'abord et avant tout à un marché qui soit local lui aussi. Un marché

local ne peut pas être un pur effet du consumérisme, organisé pour un objectif de profit, mais pour donner une réponse concrète aux véritables besoins des hommes.

Cette économie là est la seule qui soit digne de la personne humaine consciente de la solidarité qui relie les peuples entre eux. Cette économie-là ne peut pas, dans une absurde logique de profit, piller la Terre et les richesses des pays du Sud, en laissant derrière elle la mort, la misère, le sous-développement et la dévastation environnementale.

La solution radicale d'une sortie du chômage endémique et de la précarité des travailleurs, chez nous, consiste à retrouver une économie locale qui ne peut pas dépendre du capitalisme financier et de son banditisme planétaire. L'union européenne telle qu'elle s'est organisée, a précipité ce pillage que le TTIP (Les Accords de libre échange du marché transatlantique) accentue à l'extrême ! L'Union Européenne devrait se réorganiser en introduisant dans sa Constitution, les règles d'une homogénéité fiscale, les règles d'une Europe sociale harmonisée, les règles de son économie "locale" incompatibles avec celles d'un TTIP tel qu'il



La Rubrique du Malin Pêcheur

a été imaginé par les puissances financières de Wall Street ou autres dispositions de ce genre... Mais l'UE a été imaginée et organisée par les américains, au profit du marché américain, c'est pourquoi, dans sa forme actuelle, l'UE doit impérativement disparaître si nous voulons un avenir pour nos peuples.

L'organisation des "banques communales solidaires", pratiquant le micro-crédit, irait frontalement à l'encontre de toutes les dispositions prises par l'Union Européenne et les vues exacerbées des grandes puissances financières désireuses de nous imposer par la force l'obligation d'un dévouement inconditionnel à sa cause prédatrice et exterminatrice du grand nombre.

La création des "banques communales solidaires" est réellement une action de résistance ouverte et affirmée, un comportement "indépendantiste" dont le sens est la manifestation d'une capacité à l'autarcie et la revendication d'un droit de vivre sans devoir se soumettre à la dictature du marché mondial. Il est clair que cette création serait aux antipodes de tout ce qui a été façonné dans le secret, par l'Union Européenne nous ayant réservé la désagréable "surprise" du TTIP, qui est proprement dévastateur pour ce qui en reste de l'économie européenne.

Dans l'histoire des contrats pour les achats de vaccins, on a pu mesurer récemment à quel point nous étions devenus les otages malheureux des prédateurs américains. Le constat est le même, lorsque cette dépendance issue d'une terrible trahison de nos politiques, vendus aux mondialistes, nous conduit à la guerre contre la Russie...



Créer des "banques communales solidaires" serait aller à contre-courant de la "croissance" artificielle, de l'idéologie du profit, d'une autorisation qu'il faudrait mendier à genoux auprès du monothéisme financier tout puissant, réclamant un culte idolâtrique dans son temple boursier, exigeant un sacrifice planétaire des travailleurs pour "l'équilibre de la balance des paiements", leur acceptation soumise d'une "austérité" sans fin, condition sine qua non de son triomphe "in aeternum" !

Réagir collectivement à la dictature des marchés serait faire échec à tout ce qui organise volontairement la "crise" économique, politique, sociale, civilisationnelle, qui nous menace d'une élimination pure et simple.

Se réapproprier nos productions utiles et locales aurait pour effet immédiat de nous redonner un marché local, qui ne serait pas, certes ordonné au profit, à la richesse démesurée de certains et à la précarité extrême de tous les autres, mais qui aurait la légitimité de permettre à chacun une existence humaine digne de ce nom.

La Rubrique du Malin Pêcheur

C'est la conscience d'une communauté de destin qui doit nous réunir collectivement dans toutes ces initiatives de résistance au capitalisme parasitaire financier et non pas un "nationalisme" désuet ou intolérant, voulant dresser les frontières d'un "protectionnisme" intransigeant et négateur des autres expériences de la résistance organisée chez nos voisins européens et autres.

Nous savons, par expérience, que notre destinée nous appartient réellement : c'est nous qui pouvons faire ce qu'elle sera en ayant l'intelligence du courage, la mémoire de l'histoire, la sagesse d'un humanisme politique et la détermination de la liberté !

Voilà un exemple concret de ce que chacun peut faire pour s'émanciper du système bancaire et de la monnaie dette au service d'un mondialisme capitaliste. Voilà un exemple concret de ce qui est envisageable et une porte ouverte sur un échappatoire de taille, permettant d'imaginer la vie dans un autre monde, celui de la confiance réciproque entre humains et celui de la solidarité sur tous les niveaux des conditions de l'existence sur Terre. Dans ce mode de fonctionnement solidaire, tout redevient possible, tout est à nouveau libre et libéré : il n'y a pas de dominants et de dominés, d'exploiteurs et d'exploités. C'est ainsi que nous devrions prochainement organiser le même genre d'expérience dans nos vieux pays européens à condition d'être auparavant parvenus à nous libérer concrètement de notre internement forcé dans l'Union Européenne conçue et détournée pour le service exclusif du mondialisme financier capitalisme animé par les USA.

Pour imaginer cette même expérience en Europe, nous devons abolir l'Union Européenne qui a prévu tous les mécanismes coercitifs empêchant la naissance de telles

initiatives. Si l'on ne peut pas toucher à l'euro comme monnaie dette "unique", en la transformant en simple monnaie commune, ce genre de projet est inconcevable.

Tout l'investissement fait dans la banque communale solidaire au Pérou n'a été possible que parce qu'il y avait la monnaie commune du groupe ALBA-TCP, le SUCRE, qui a créé une zone d'échanges entre pays ayant signé le pacte bolivarien...

Le système ALCA précédent, provenait du Monroïsme qui « disait les Amériques aux américains », et très concrètement, les Amériques aux américains des États-Unis! L'ALBA-TCP est une proposition sociale, politique, humaine et économique, un humanisme révolutionnaire au service d'une libération patriotique, contre le système ALCA qui était une proposition impérialiste de domination et de mainmise sur les multiples richesses de l'Amérique latine. Ce schéma de l'ALCA est le même qui domine actuellement l'Union Européenne à travers le TTIP. A quand pourra-t-on voir naître chez nous notre révolution bolivarienne, notre ALBA-TCP ?



Jean-Yves Jézéquel ■

L'Event du Phare



UER 2023 : phare sur l'Université d'Été Rigolante !

En 2022 l'Université d'Été Résistante resta gravée comme l'un des événements majeurs de la Résistance. Cécile du Docto... euh de Dosumani, qui en avait assuré la mise en œuvre, avait annoncé que ce rassemblement ne serait pas voué à se reproduire et ce fût le cas, enfin presque...

En effet, si l'acronyme reste le même (UER) et pourrait avoir un R de déjà vu, il n'en est rien, l'Université d'Été 2023 sera Rigolante, ou ne sera pas ! L'R de rien, ce simple R change effectivement bien la donne. Si l'édition 2022 était centrée sur le bilan et les constats juridiques, médicaux et d'ingénierie sociale de 2 années et demi particulièrement difficiles de coronacircus, la session 2023 sera centrée sur l'humour. Un humour résistant et ô combien décapant. Le plateau est international, alléchant, et totalement inédit : nous avons eu la chance d'y voir, côté humoristes : Stephan Cuvelier, Rémy du Juste Milieu, Pipeau TV, David Schiepers, Alain Posture, Amélie Paul, le Dr Al West, Anna la Clown. Et côté musiciens : La Rime Métisse, Ingrid Courrèges et le Sac à Boulons. Une programmation haute en couleurs et en rythmes, répartie sur deux sites où tous les artistes ont joué leur spectacle deux fois, afin que chacun puisse

profiter de toutes les représentations, une initiative très appréciée. Une salle était même dédiée aux enfants, pour lesquels toute une équipe était aux petits soins, pour des ateliers créatifs et des animations conviviales.

C'est un véritable marathon de spectacles tous plus hilarants les uns que les autres qui nous attendait depuis 10 heures du matin, jusqu'en fin de soirée, mettant nos zigomatiques à rude épreuve.



Voir toutes ces belles âmes sur scène, en chair, en os et en sueur, est venu nous rappeler très fort à quel point les artistes sont essentiels, à quel point le rire est important et que le spectacle vivant est INDISPENSABLE ! Pendant ces années folles de "Plandémie", nous avons pris l'habitude de voir en vidéo ces empêcheurs d'obéir en rond. C'était vraiment salutaire et très précieux, car ils

L'Event du Phare



n'étaient pas si nombreux à se lever, et à courageusement dire un non franc et massif, à la malveillance des fous du poux-voir et de leurs zélés valets : médias de masse, fact checkers et autres "médecins" de plateau. Mais c'était autrement plus intense de les voir là sur scène "pour de vrai !", se donner à fond, en une interaction magique avec le public. Alors oui, on peut le dire et le revendiquer très fort, le spectacle vivant est ESSENTIEL, définitivement !! Plus que jamais, il doit rester vivant, et pour cela il est important de continuer à aller voir les artistes sur scène, en direct, loin de la petite lucarne de nos écrans bien envahissants ! C'est à nous toutes et tous de prendre soin de cette dynamique, sous peine de disparition, car le spectacle vivant doit le rester !

Au-delà du show, ce fût l'heure des retrouvailles, un rendez-vous si précieux pour lequel certains n'ont pas hésité à traverser la France entière, et à venir d'encore plus loin parfois, afin de prendre part à ce moment unique. Les coulisses, les repas avec l'équipe des bénévoles, ce lien avec le public, ces hugs pleins de joie et d'émotions, tout cela concourt à la sensation de nous sentir faire partie d'une même grande famille qui se retrouve, avec une joie et une délectation... contagieuses pour le coup ! Le pouvoir essaie de nous diviser, mais paradoxalement il a fait naître tant de rencontres, de nouvelles

amitiés, de réseaux et de belles initiatives comme celle-ci. De rencontres en rencontres, d'événements en événements, le tout relayé par toujours plus de médias et de lanceurs d'alerte, c'est en fait une véritable culture qui est en train de naître, avec ses figures, ses codes, son insoumission et maintenant ses rencontres physiques si importantes. Un mouvement en perpétuelle évolution, né sur la contestation des mesures dites sanitaires mais oppressives en réalité, un mouvement qui tend à s'émanciper et à créer de nouveaux paradigmes pour des jours meilleurs et un futur désirable. Un mouvement un peu à la façon de ces irréductibles gaulois dont parlaient Gosciny et Uderzo, toujours à se jouer du pouvoir, de la bien pensance et de l'ordre établi. Des amis qui aiment à se retrouver, à la fin, autour d'un énorme banquet. Alors oui, c'était un banquet de rire, de joies et de tellement plus encore et ça ma p'tite dame, c'est drôlement précieux par les temps qui courent en 2023 !



Grâce à la générosité de tous, l'UERigolante 2023 a permis de récolter 4500 euros, offerts à l'Association pour la Défense des Libertés Fondamentales (ADLF). Cet argent permettra de soutenir financièrement 3 suspendus dans leur démarche juridique pour la récupération de leurs droits et/ou de leurs salaires perdus.

Yoh ■



Restaurer la beauté

La beauté recèle une magie. La beauté d'un paysage, d'une fleur, d'une musique fait instantanément du bien. Elle reconforte, émerveille, éveille les sens, procure du plaisir, crée du lien, modifie la respiration, fait sourire, invite au présent. Les neurosciences ont démontré son impact sur le cerveau (activation du système du plaisir et de la récompense, de l'empathie, des neurones miroirs...) qui modifie positivement notre état d'être. La beauté soigne. Et plus encore, elle est une condition même de notre santé. Pour les Navajos, la maladie résulte d'un équilibre rompu avec la beauté, une beauté-harmonie présente au cœur de tout ce qui constitue la vie.

"Sans beauté la vie n'a plus de sens. Tout ce qui peut nous rendre lumineux ou nous donne envie de vivre protège des maladies."

"A l'origine la médecine a toujours été très ouverte à l'art. Dans toutes les cultures avant ces derniers siècles, les médecins ont toujours été des musiciens. L'art et la beauté ont toujours eu une grande importance dans le soin. Elle s'est fermée depuis la fin du 18ème." Pierre Lemarquis, neurologue et auteur notamment de "L'Empathie esthétique" et de "Portrait du cerveau en artiste".

Pour les Navajos, être en bonne santé, c'est être en état d'Hozho. Un terme qui désigne un cercle symbolique à l'intérieur duquel se trouvent à la fois la beauté, la santé, l'harmonie, la joie, la conscience, la compassion, la prospérité et l'humour. Les Navajos emploient rarement ce mot seul, dans les prières rituelles, ils disent « shil hozho » (avec moi il y a de la beauté), « shii hozho » (en moi il y a de la beauté) ou encore « shaa hozho » (de moi la beauté irradie).

La beauté n'est pas de l'ordre de l'appréciation, elle désigne une qualité de présence, une conduite, une façon d'être au monde, respectueuse et responsable.

C'est de la responsabilité de l'être humain de maintenir l'équilibre et l'harmonie avec son environnement. C'est également de sa responsabilité de changer son regard sur la vie afin d'y déceler la beauté dans tout ce qui l'entoure et cultiver ainsi l'émerveillement et la gratitude.

Extrait d'une prière de guérison Navajo :

"Qu'en la beauté, je marche.

Que toute la journée, je marche.

Qu'à travers le passage des saisons, je marche.

Que sur la sente saupoudrée de pollen, je marche.

Qu'avec des sauterelles autour de mes pieds, je marche.

Qu'avec la rosée autour de mes pieds, je marche.

Qu'avec la beauté, je marche.

Qu'avec la beauté devant moi, je marche.

Qu'avec la beauté derrière moi, je marche.

Qu'avec la beauté au-dessus de moi, je marche.

Qu'avec la beauté tout autour de moi, je marche.

Phare Spirit

Dans la vieillesse, que je marche allant plein de vie sur une sente de beauté.

Dans la vieillesse, que je marche allant sur une sente de beauté, vivant à nouveau.

Cela finit dans la beauté.

Cela finit dans la beauté."



Les Navajos distinguent 3 "formes" de beauté : la beauté **avec laquelle** je vis, la beauté **par laquelle** je vis et la beauté **sur laquelle** je base ma vie.

La beauté avec laquelle je vis : elle existe déjà, partout. Nous sommes invités à la chercher et la trouver en toute chose. Comment choisissons-nous de voir les événements dans notre vie ?

La beauté par laquelle je vis : cela nous rappelle que c'est notre choix de voir le monde à travers les lentilles de la beauté ou à travers les lentilles de la haine, le bien, le mal, etc. Et si on décidait de choisir la beauté qui est à notre service dans la vie ?

La beauté sur laquelle je base ma vie : autorisons la beauté à devenir une pierre angulaire, une base dans nos vies. Base sur laquelle nous fondons nos choix, nos décisions, nos relations. Cela change la façon dont nous pensons aux choses et à nous-mêmes.

La beauté renforce le système immunitaire, elle change la chimie de notre corps, elle change la façon dont nous nous sentons. Elle peut même déclencher des "cascades chimiques" dans nos corps !

Beauté et amour sont très liés. En présence de beauté et d'amour, il n'y a plus de peur. On peut aussi trouver de la beauté dans les circonstances les plus difficiles. Vivre un moment difficile est une opportunité pour pratiquer dans nos vies les principes auxquels nous croyons, au fond de notre cœur.

Comment restaurer l'état de santé-beauté ?

Ouvrir ses sens

Avoir les sens en éveil permet d'établir une relation différente avec son environnement. Nous sommes généralement déconnectés de notre corps, beaucoup trop perchés dans des considérations mentales. La nature s'avère être un excellent terrain d'expériences : marcher pieds nus dans la terre, se baigner dans une rivière, sentir les odeurs de la forêt, écouter le chant des oiseaux, s'allonger dans l'herbe, sentir la chaleur du soleil sur la peau, regarder les étoiles...

Changer son regard - Cultiver l'humour

Pour percevoir la beauté qui sous-tend toute chose, il est nécessaire de modifier peu à peu son regard, de prendre du recul, de se détendre, de dédramatiser et de cultiver une certaine dose d'humour indispensable (en commençant par soi).
"On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux." Le Petit Prince

Phare Spirit

Vivre en Poésie

Etre en mesure de voir la part de beauté qui nous entoure, ralentir ses pas, écouter, observer, prendre le temps, s'émerveiller, être disponible au moment présent et à son mystère sans volonté d'atteindre quelque chose, sans jugement, juste profiter de l'instant. Loin du pouvoir et du vouloir de la société de consommation, plus proche de la nature. Vivre dans la simplicité du moment. "Etre disponible à la vie", nous dit Alain Céspedes dans cette courte et fantastique vidéo : [youtube.com/watch?v=0RflwBYmGh8](https://www.youtube.com/watch?v=0RflwBYmGh8)



Responsabilité personnelle et collective

Quand l'équilibre est rompu, il est de notre responsabilité de nous mettre en mouvement pour le rétablir. Nous sommes, à titre individuel, responsables de nos actions, de nos pensées et de nos choix de vie. Nous sommes également collectivement responsables. Contrairement à ce que la société actuelle nous propose de vivre, nous fonctionnons bel et bien ensemble, ce qui arrive à l'un, arrive à la communauté toute entière. Le mal-être d'un individu est le symptôme du mal-être de la communauté. L'idée n'est donc pas de désigner un coupable mais de profiter de cette dysharmonie comme une opportunité de guérir le collectif.

C'est la raison pour laquelle les soins Navajos se déroulent sous forme de cérémonies. Tout est en interdépendance, nous sommes également étroitement reliés à la nature et à l'environnement. L'ensemble ne fonctionne que parce que chacune des parties est reliée aux autres et remplit au mieux son rôle et sa fonction. *"L'homme n'a pas tissé la toile de la vie, il n'est qu'un fil de tissu. Tout ce qu'il fait à la toile, il le fait à lui-même."* Seattle, chef indien Suquamish.

Respect

Pour les amérindiens, l'être humain n'est pas au centre de son environnement mais il en fait partie au même titre que les animaux, les végétaux, les minéraux. Il n'est pas supérieur non plus, il est au même niveau.

"Selon une autre des Lois de la Nature, toute vie est également respectable. C'est notre philosophie. Vous devez respecter la vie - toute la vie, pas seulement la vôtre. Le mot clé est "respect. Si vous ne respectez pas la terre, vous la détruisez. Si vous ne respectez pas toutes les formes de vie de la même manière que la vôtre, vous devenez un destructeur, un meurtrier. L'Homme croit quelques fois qu'il a été créé pour dominer, pour diriger. Mais il se trompe. Il fait seulement partie du tout. Sa fonction ne consiste pas à exploiter, mais à surveiller, à être un régisseur. L'homme n'a ni pouvoir ni privilèges, seulement des responsabilités." Chef Oren Lyons

Rétablir l'équilibre

La santé est une danse d'équilibres à trouver. Ni trop peu, ni pas assez, une voie du juste milieu sans cesse mouvante que nous devons expérimenter car l'état d'équilibre peut varier d'une personne à l'autre, selon les saisons, les âges de la vie, les circonstances et modes de vie...

Phare Spirit

En naturopathie, les grandes sources de déséquilibres sont :

- ✓ L'alimentation (les excès, les carences, les aliments inappropriés ou transformés...)
- ✓ La sédentarité
- ✓ Le stress (physique, psychique, émotionnel, environnemental)
- ✓ Les pollutions
- ✓ La perte de sens, manque de spiritualité

Soigner la relation

Nous sommes des êtres de relation et bien souvent c'est la relation qui nous pose problème. Inversement, c'est aussi elle qui conduit à la guérison quand nous parvenons à trouver le juste placement intérieur et la bonne distance.

"Ce qui compte dans la vie, et c'est si évident que l'on s'étonne que cela ne soit pas plus souvent dit, ce sont les relations entre les objets, et non les objets eux-mêmes." Eric Julien

"Le patient est guéri lorsqu'il a retrouvé l'harmonie et sa place dans l'univers... même s'il venait à mourir de sa maladie. (...) sans être Navajos, nous pouvons expérimenter que la communion avec la beauté favorise cette sensation d'intégration au macro- et au microcosme." Pierre Lemarquis

A soi-même : apprendre à mieux s'aimer et honorer notre beauté intérieure. Des visualisations telles que le sourire intérieur (on sourit à chacun de nos organes en les visualisant plus lumineux, en pleine santé et en les remerciant de faire si bien leur boulot) ou celle du corps paysage (mettre du beau dans les parties du corps qui sont malades et douloureuses comme des forêts, des rivières, un soleil...) permettent de s'émerveiller du fonctionnement fabuleux de nos organismes.



Avec son environnement : plus on a conscience des inter-relations et plus on est respectueux et responsable.

Au sacré : pour les Navajos, la maladie représente une perte de sacré. En état d'hozho, l'homme est un lien entre le ciel et la terre et il est en lien avec l'environnement. L'état de beauté nécessite d'intégrer la dimension spirituelle et de trouver une façon de la cultiver (émerveillement, silence, sourire, prière, chants, rituels, gratitude).

Gratitude

Chaque jour célébrer la vie, remercier ce qui se présente y compris les difficultés qui nous font grandir. Cultiver la douce joie, la reconnaissance, chanter, danser, sourire, donner, partager... La pratique d'ho'oponopono peut être d'une très bonne aide (NDLR : sujet du prochain article).

"Quand tu te lèves le matin, remercie la lumière du jour, pour ta vie et ta force. Remercie pour la nourriture et le bonheur de vivre. Si tu ne vois pas de raison de remercier, la faute repose en toi-même." Tecumseh, chef shawnee

Merci à Hélène Passedouet et Gregg Braden pour leurs mots.

Marie ■

Le Mot de la Fin



Puisque les politiques au pouvoir ont également organisé la crise alimentaire à la suite des autres crises qui frappent essentiellement les pays de l'Union Européenne, le Pharandol s'est penché tout naturellement, ce mois-ci, sur les solutions qui existaient concernant la résilience alimentaire ! Nous avons, une fois de plus, trouvé pour nous tous les moyens de rester libres, autonomes et heureux de partager avec vous de nouvelles solutions.

Pour nous contacter/suivre :

 Telegram : t.me/LechoeurdesEnfants_Phare

 lesenfantsphare@lappeldularge.org

 lappeldularge.org

Céline : Phare-à-"on" (*facilitatrice du "nous collectif", cohésion*)

François : FranPhare (*phare niente, mais pas trop !*)

Jean-Yves : le Phare Ouest de l'info (*écrivain inspiré des Enfants-Phare*)

Marie : GraPhariste Pharefadet (*infographiste, mise en forme du journal*)

Mary Colibri : Phare-Events (*évènementiel*)

Monika Yoda : Phare-à-fossettes (*rédactrice souriante des Enfants-Phare*)

Sebastien : PrograPhare (*programmeur/développeur des Enfants-Phare*)

Yoh : Né-nu-Phare (*dénicheur de pépites*)