

# LE BERGER DES COLLINES DES GENS HEUREUX



**Ahmad HERRAR**

## Un corps qui dort...



D'une minute à l'autre, il rentrera.

Lui qui n'a jamais quitté les lieux, toujours cloué à ce morbide esprit errant. Il finit par sortir.

Bon débarras...enfin je respire.

Il fait vieux et il me supplie d'accepter son amitié « ok...pas de problème ; sauf que j'ai des conditions ».

Je lui en ferais de belles, de très belles :

-Primo...c'est moi qui décide

-Secundo, si cela te dérange ...à dieu !

-Tertio, oublie « secundo ».

Finalement, c'est moi le chef !

### **Moralité :**

Quand le corps fait des siennes, secoue-le !

Réveille-toi et colles en lui une...voles lui dans les plumes et déchiquette le s'il le faut. Cette chair n'en vaut qu'au kilo bon marché.

# Fais ta guerre pour ta paix

La psychologie et la physiologie ne font-elles pas bon ménage ?!

**Quand notre corps flanche, le cerveau flanche et quand l'heure est à la bonne humeur, le corps prend des postures de « vivant », de « bon vivant ».**



Combien de fois j'ai caressé le ballon brossé par Messi et l'ai mis au fond des filets quand Suares fut forfait à cause d'une bénigne entorse ou grave blessure.

Une fois j'ai même paré à un tir foudroyant ayant éclaboussé les mèches pointées du défenseur d'une équipe de rue quand celui-là fut apeuré par le klaxon d'une charrette transportant d'heureuses petites gens rentrant d'un marché au bout du monde à quelques quinzaines de kilomètres de ce village perché sur cette verdoyante colline des amours et des cœurs brisés.



« Prends-le. Prends-le »

Le HAJJ me tendit une baguette de boulangerie sortie d'un sac strié où s'entremêlaient une douzaine de pins de pain rapporté comme friandise à sa progéniture et surtout à sa première femme d'une cinquantaine raffolant de toute offrande venant du village qui fait figure de capitale et symbole de modernité et d'hégémonie.

### **REPLIQUE RODEE ET STUDIEUSE**

« Non merci, je viens chercher la maison de feu Driss Berrani ! »

Maison, mais de quelle maison parles-tu mon enfant. Driss n'a jamais eu de maison ; sa demeure est derrière la colline des heureux.

Colline des heureux ?!



Ah oui (faisant signe de la tête en guise de compréhension) : « mais oncle, n'avait-il pas cessé de vivre là-bas et construit sa maison au milieu de cette ferme remplie de

vergers et légumineuses, alimentée par l'eau abondante de ce puits creusé par ces deux étrangers venus du sud ? »

Hélas mon enfant, la vérité est que le défunt était un homme de bonnes paroles et de proses dont tout le monde ici fredonne et chantonne à perte de souffle des rimes et strophes.



Sa gaieté et sa joie de vivre...notre talisman à tous. Jamais village n'a eu aussi bon rossignole. Il égayait nos nuits fraîches été et hiver, automne et printemps.

« Viens mon enfant. Viens dans ma maison. J'ai les pieds qui fourmillent et la tête qui tourne avec ce soleil à couper les oreilles. Viens Hadda doit avoir préparé quelque chose à mâchouiller ».

### **Comité d'accueil**

Une horde de chiens de races différentes et d'âges divers se rue vers nous aboyant et remuant queues et oreilles.

Ne pouvant que compter sur mon hôte, j'ai aussitôt hurlé « oncle, ils arrivent ! »

« Oncle, oncle ... Ces deux-là foncent droit vers moi, plus que quelques mètres... je me sauve »

Soudain, tel par commande électronique, tous se figent et se mettent à terre. Quel soulagement !

Cette scène me donna du frisson et me mit à imaginer : quel aurait été mon sort si la commande n'avait pas fonctionné ? si l'ordre n'avait pas fait ses effets ?

Dans ma mémoire de citadin, le frein pouvait ne pas fonctionner même si la pédale est enfoncée : dysfonctionnement imprévu, ABS déconnecté, pédale ratée.

Sentant ma peur, il glissa du haut de sa mule et m'ordonna de monter. Quelle galère ! Un exercice périlleux auquel je me serais soustrait si j'avais le choix.

Et un. Et deux, et plouf !

Ça ne marche pas ; plutôt ça ne pouvait pas marcher.

Aucun exercice ne réussit du premier coup... sauf à être involontaire (chute ou autres).

Il me demanda de lui tendre un pied en forme de cloche et me souleva royalement de sa main ferme.

Deux garçons apparemment jumeaux coururent vers ce vieux – jeune homme en scandant « IBBA ou YEBBA ». Je compris que cela voulait dire « papa » (deux beaux et remplis garçons pleins de vitalité et de joie de vivre) et d'ajouter « thiwid lbaguet ? ».

Le sac...leurs yeux fixèrent d'un air amoureux et stupéfait le sac. Les friandises.

Au portail de cette bâtisse digne d'un manoir sorti droit d'un film des sultans, se dresse une jeune femme aguerrie et au visage strié de tatouage de bravoure et de fidélité.

« Sa deuxième femme ? l'heureuse maman de ces deux anges ?! », me mis-je à imaginer.

« Hadda... MAY THAANIDH ? » demanda mon hôte dans un ton rude et tendre à la fois. (Cette phrase déclinée dans une tonalité charmeuse et réconfortante de ce dialecte berbère qui devait être le mien est une question au sujet de l'état d'épuisement infligé par le trajet).Et d'enchaîner : « magga essouk ? »

Oh oui, c'est elle la dame, la femme du premier mariage. Quelle architecture de foyer !

« Marhba...entre mon fils... ici c'est ta maison » Cette phrase qui sort de la bouche de cette femme me rassure appuyée par ces bras grand-ouverts, puis d'une main douce posée sur mon épaule me guidant merveilleusement vers le salon des invités, m'emplit et m'envoute.



De mémoire, jamais une personne ne m'a autant apaisé et enchanté. Cette femme a fait l'effet d'une berceuse. Je donnerai ma vie pour revivre infiniment et éternellement ce moment magique. Si cela pouvait durer qu'un millième de secondes supplémentaires.

Je ressens encore cette main ni collée ni loin de mon épaule. Une œuvre, un cadeau du ciel. Le fait l'amour et du don.

Etait-ce un rêve, un fantôme ou une réalité ? Ce qui est sûr, c'est que tout y était.

En tout cas, la réponse, la récompense. Le début de tout.

Ce tout qui a animé mon arrivée dans ce bout du monde : la quête d'épanouissement, d'accomplissement...de retrouvaille et... de liberté.

Alors que je tendis la main vers ce verre de thé à moitié rempli (le haut orné d'une mousse généreuse telle un voile soigneusement posé sur le visage illuminé de la mariée de l'atlas, une voix à peine audible mais combien aimante salua le boss louant le Grand Dieu pour son retour.

Elle posa quelque chose au bout du couloir et s'en alla. Ses pas à peine caressant le sol laissèrent l'impression qu'elle avait les pieds nus.

Fier et altier, mais également bien dans sa peau, mon hôte me pria de « faire comme chez moi ».



De ma vie, jamais ma gorge n'a été aussi humide et les glandes secrétées : tellement bien adulé que mon « cerveau gourmand » libéré ordonna dans une symphonie inouïe à tous mes sens de glaner.

**« Un chat ne se fait pas prier lors d'un festin ! »**

Cet adage résonna en moi ; Hadda l'ancienne et vétérane se leva et apporta ce la jalousement gardée ou semble-t-il il merveilleusement confinée.

Quelle chance ! du « baghrir » juteux enduit dans du beurre salé et du miel d'abeille butinant dans un havre verdoyant et sauvage ébranla tous mes ressentiments et



mémoires.

Ces « crêpes à mille trous » que seules les amoureux de la bio-diète ont le secret me transportèrent et effacèrent l'instant pour rendre le trône au destitué merveilleux instant des temps perdus.

Cerise sur le gâteau !

Comme perdus de vu, mes hôtes engagèrent une longue discussion aux sujets incompréhensibles mais soit.

N'en déplaise, je m'enlisai dans cette tranche de vie sans prière et sans barrières et



vins à bout de cette énormissime assiette.



« Veux-tu prendre un peu de repos mon fils ? »

« Euh, oui mon oncle...merci pour ce merveilleux accueil »

« Prends d'abord ce bol... c'est encore frais, ta tante vient de le sortir du réceptacle »

Là c'est enormissime, une autre machine à remonter le temps.

Du lait caillé inentamé et onctueux, et de sur croix, lait de brebis et de chèvre.

Désarmé et désavoué, je me souvins de ceci : l'estomac a plusieurs poches et à mesures que tu lui montres des délices, il s'arrange à révéler des espaces, disait un sage de mon village.

Le sommeil réparateur :



Pas besoin de se rincer la bouche ; le parfum de ce délice dépasse, et de loin, tous les arômes du monde.

Soudain, une voix me dit : « mon enfant...ton père est rentré ; il se débarbouille et va arriver dans ta chambre d'une minute à l'autre »

« D'accord ma maman chérie ! j'ai hâte de le voir et de lui dire bonne nuit. IL me manque ; je ne le vois presque que le soir ».

### **Fut-ce un rêve ou une réalité ?**

Mon enfant...tu es toujours réveillé ; tu attendais impatiemment que ton papa rentre et tienne une conversation d'homme à homme avec son bout de chou ? Me voilà, raconte ...

Qu'est-ce que tu as fait de ta journée ? Tu as bien pris soin de ta maman, je présume ! tes lapereaux ont été sages ? est ce qu'ils ont bien mangé ?

Tu as mis ce beau pantalon en jeans ? ta maman m'a dit qu'il te va à merveille ; je suis fier de toi mon prince.

Le grincement d'une porte m'éveilla quand soudain je réalisai que je m'étais engourdi le temps de quelques précieuses minutes.

Ce papa, cette maman si beaux et si clairvoyants n'étaient autres que ces chères personnes qui me chérissaient et me submergeaient d'attention et d'égards.

La maman, restée à la maison clouée au lit. Et le papa, lui, c'est ce Driss que je suis venu chercher dans ce village au val de cette vallée des amoureux.

Driss fier et altier exerçait un métier que seules les braves petites gens acceptent et assurent.

Son travail. Je dirais son « gagne-pain » consistait à prendre en charge les troupeaux. Il n'était pas que berger ; il veillait sur toutes les bêtes. Equidés, vaches, brebis, volailles. Tout ce qui bouge et fait la fortune de ses tenanciers mandataires.

Son métier, il l'a appris sur le tas. Aucune autre école que la pratique du métier ne saurait lui donner cette expertise. Ces compétences où seuls les échecs servent de véridiques diplômes : apprentis dans un premier temps, aspirant hautement surveillé, assesseur assisté par la suite, et...pour les méritants persévérants mais surtout résolument motivés vient la consécration : maitre berger au cachet.



Mon père est de ceux-là, qui aiment ce qu'ils font, le font bien, et y sont épanouis.

**Servitude, aliénation, alignement ou ...tout simplement accomplissement.**

Je suis ici pour trouver quelque chose. Quelque chose de très intéressant pour moi.

J'ai entrepris ce périple pour trouver la partie en moi qui manque au puzzle.

Suis-je fait pour appartenir ou contenir ?

Question existentielle diriez-vous ! un peu philosophique même.

Qu'importe, le voyage en vaut la chandelle.

Même sans réponse, j'aurais des réponses. Je me coucherais moins bête et cela emplira mon âme.

« Bien réveillé mon fils ? les jumeaux ne t'ont pas trop dérangé j'espère. » dit tante Hadda derrière une des deux fenêtres barricadées de cette ombragée grande chambre des invités ambiante et réfrigérée par ces temps de chaleur.

Et d'ajouter « ton oncle t'attend sous l'arbre. Les chiens ont gagné le troupeau dans la grange où ils veilleront jusqu'au petit matin. »

Je me lève aussitôt sans m'appuyer sur mes coudes, puis mes genoux et paumes de la main à la fois.

Première réponse : Pourquoi le réveil est-il difficile au cours de la semaine ?

Pliée, cette question est résolue à jamais : un sommeil réparateur souhaité dans un écosystème propice chassera inévitablement ces somnifères anabolisants et néfastes.

Fort de cet apprentissage, je me précipite vers mon hôte sans avoir à passer par la séance de toilettage que la pollution citadine et les murs murant de nos villes nous affligent.

Ce qui ressemble à la queue d'un animale remuent de droite à gauche, de haut en bas et parfois dans toutes les directions, derrière la silhouette du hajj qui se tenait assis de dos ; c'est sans aucun doute un de ces chiens qui a eu l'ordre de s'occuper de la garde de nuit ici et non là-bas.

Je pris mon courage et surtout le semblant de fierté qui me reste mine de rien et me dirige vers mon hôte. Coincé entre la peur et le désir d'en apprendre auprès de ce livre ouvert, j'avance et prie de tous mes vœux que cela n'est qu'effet de miroir : le chien dans mon imaginaire.

Cette queue continue son ballet orchestré et réglé d'une main d'orfèvre. Et si jamais c'était un chien. Ce même chien à la corpulence imposante qui m'a foutu la peur de ma vie en arrivant il y a de cela quelques petites heures.

Cette voie interne, ce monologue s'empara de ma pensée et amplifia tous mes sens. Alerte à toutes les unités (tous les voyants clignotent, l'anarchie des systèmes de sécurité et de self-défense ...le cerveau reptilien prend le dessus et l'instinct de survie prend les commandes).

Le jingle du citadin a fait ses effets. Elle a eu raison de moi.

Ces crashes, ces ferraillements, ces dérapages et commérages, ces grincements de pneus, ces incendies inexplicables aux immeubles et usines.... Et ce chien de la campagne.

Mieux vaut être percuté par une limousine sans s'en apercevoir que de se faire attaquer par un chien, qui sait, enragé et baveux.

« Bonsoir oncle ! » la queue cesse de bouger. Panique totale.

« Viens mon enfant et assis-toi. Adosse-toi au tronc de cet arbre. »

Pas de chien, pas de mort !

A peine assis, je lève les yeux quand j'aperçois ma tante Hadda à moi arriver plateau à la main : du thé et des amendes.

Décidément, c'est mon jour de chance ...c'est plus qu'un rêve d'enfant.

La paix intérieure dont on m'a toujours parlée et recommandé la prospection, l'exploration et l'expérimentation, ne serait-ce pas là la voie lactée ?

Cette friction de l'être afin d'appréhender l'autre ; cette assise et cette descente lente et libre à la fois dans le puits afin de puiser de cette eau de la connaissance de soi, ne serait-elle pas ce moment de transe d'apprentissage inconscient et paradoxalement fructueux de l'art de vivre, d'être et non d'exister.

Cette pseudo queue de chien qui me terrifia des secondes avant m'interpela à plus d'un titre : un talisman de quiétude et de confort. Ce « chasse-mouches » fait à base du bout de queue d'une vache ou d'un bœuf sacrifié sans aucun doute à l'occasion d'une cérémonie vraisemblablement du dernier mariage ou du baptême des jumeaux et traitée par tante Hadda des mains d'expert.

### **A ce point la vie est belle !**

« Fiston, quel bon vent t'amène sérieusement ici ? ».

Je compris l'incompris de ce que j'avais cru avoir fait digérer à ce villageois confiné et analphabète.

Que dalles !

Auto centrique et aveuglé par mes diplômes et mon costume tel un pantin déguisé, je réalise que les vrais diplômes sont gratuits, publics et accessibles à portée de mains.

Mère nature ; voici la vraie bibliothèque, l'unique école. L'authentique.

Et mon hôte de poursuivre :

« Tu n'es pas venu pour demander après la maison de celui pour qui tu prétendais vouloir savoir la demeure. »

En malin, je répliquai « si oncle, j'ai entendu parler d'un brave homme dont je ne connais que le prénom. Je mène une enquête de terrain qui doit appuyer ma thèse en vue d'obtenir mon diplôme supérieur (doctorat en sociologie) » ;

Foutaises !

Le hajj, persuadé que le même que je suis racontait des bobards, il enchaina « ta voix ne m'est pas inconnue, et ton visage m'est familier ; tu ne serais pas venu ici avant par hasard ? »

- « Non jamais. D'ailleurs, je peux t'affirmer que c'est la première fois que je mets les pieds dans une campagne. Seulement, je voudrais savoir, comment est-ce que cela peut être vrai ? »

- « Mon enfant, tu veux savoir le fonds de la pensée de ton oncle ? », sur un ton et dans une intonation attachante.

- « si tu veux bien, oncle », pris par l'émotion et la curiosité de savoir.

- « dès que je suis arrivé à l'entrée du village, j'ai aperçu ta silhouette, ton allure et entendu ta voix en train de demander la balle aux enfants du village, des images venues d'un passé lointain ont envahi ma mémoire et une quiétude, une paix immense ont arrêté subitement sans en demander l'autorisation tous les sens éveillés. Hypnotisé, je me suis repris avec un sourire apaisant et éphémère. Mon fils, tu m'as fait voyagé dans le temps sans t'en rendre compte. »

- « et... ! »

- « ... tu l'auras deviné. Cette silhouette, cette allure, cette voix... CE TOUT...m'a rappelé cet homme. Cet homme que maintenant je voie encore »

- « tu veux dire que les souvenirs persistent encore ? »

- « je veux dire que je le voie en chair et en os »

- « tu dis bien que tu le connaissais ? parle- moi de lui s'il te plait »

C'est là que tante Hadda se joignit à nous et, après avoir eu permission de parler, pris ma main, caressa tendrement mes cheveux et se mis à sangloter.

- « qui a-t-il ? Pourquoi pleure –t –elle ? Quel rapport avec mon histoire ? Heureuse ou malheureuse ! »

Je ne compris plus rien. Toutes mes stratégies s'écroulent et mes scripts avec.

A BON ENTENDEUR,

Ne vous enfermez pas dans la solitude, le perfectionnisme, l'apparat.

Soyez qui vous êtes et non que vous êtes. Authentiques, spontanés et...vivants.

Apprenez à baisser la garde, à chercher les frictions internes au lieu de dénigrer les autres. Voyagez en vous avant de chercher à démontrer les erreurs d'autrui.

Soignez votre âme ; cultivez vos jardins et oubliez le jardin verdoyant des voisins. Le vôtre peut l'être aussi. Travaillez votre terre ; déployez vos propres ailes ; entretenez-vous !

Oh oui !

La fin de l'histoire ? J'ai failli oublié.

Rien de cela n'est arrivé. Toute concordance dans les évènements, les personnages, les lieux et les états ne sont à vrai dire qu'un alibi pour vous dire : combien je vous aime.



# Purgez votre mémoire

Quand viendra le début de tout, tout aura cessé d'être tout.

Nous irons aux bois, quand le loup n'y est pas !

Cumin ! Un jour je me lèverai pour t'irriguer de cette eau de puits et que mon mulet suera pour s'abreuvoir et à coup de tours interminables et rugueux.

Nous épongerons notre soif, ferons notre linge, arroserons nos fleurs, bassinerons le potager, et ne t'oublierons pas.

« Reine du fer », plante aux vertus médicinales forte que tu es de cette renommée, connue pour ton endurance et ta capacité à résister, à souffrir peut-être au fonds, mais à ne jamais t'en lamenter.

Quant à la sortie dans les bois, nous la ferons également. Nous la ferons quand le loup aura décidé d'aller chasser hors de son territoire.

Quand le gibier abondant aura disparu et le loup, aveuglé accidentellement ou hibernant tel un ours polaire suite au clonage artificiel ayant rompu son schéma et son métabolisme.

Quand la neige fondra et irriguera coulant du pôle nord, inondant le vieux continent pour raviver les cristaux « désorganiques » du sable fin caressant les dunes du Sahara du grand sahel.

Nous le ferons quand tu auras cédé à la tentation du suicide pour le sentiment de n'avoir jamais été pris au soin, aveuglé par la jalousie de nous voir n'avoir du penchant que pour ces roses aux frondaisons éphémères et capricieuses.

**Alors ?**

Ta paix, ta paix intérieure...c'est qui qui doit la chercher, la sentir et la vouloir ?

N'est-ce pas toi-même qui dois rendre tes racines ? braver le loup ? Creuser les dunes s'il le fallait ?

De la rupture, voici le début de tout.

## Un voyage au fonds du puits des croyances positives.

La mise en veille de pensées limitatives et restrictives, accablant et confinant nos désirs de bouger, de nous mouvoir, de muer pour faire peau neuve...d'agir afin de « ré-aliser », transformer et concrétiser nos projets.

Quand tu auras cessé de ne voir dans ton miroir que le reflet de ta perception de toi, le fruit de tes focalisations **sur l'infiniment toi-même**, ton obstination à te complaire à tort dans ta zone de confort, dans tes propres frontières que tu t'es embellies par satiété et suffisance...la fin viendra.

La fin de l'impuissance choisie,

Le début de « l'être » recherché,

La fin de conformité aux clichés subits,

Le début du « Do it yourself for U »

La fin de la procrastination bien installée,

Le début du « agir maintenant pour comprendre,

La fin du « j'ai toute la vie devant moi »

Le début du « une action imparfaite vaut mieux que mille idées parfaites »,

Le début du « faire », la fin du « taire ».

C'est à présent clair !

Installons ce nouveau logiciel.

Appelons-le : « fonce 4.0 »

En logarithmique, excusez mon intrusion, le système binaire (je sais que cela n'a rien à voir : trop-mathisme), se résume ainsi :

--on : ça passe !

-off : ça passe aussi.

Ça passe, parce que quand c'est off, ce n'est pas désespérément « out ».

La pratique du métier des ventes nous apprend qu'une objection est en soi une opportunité, qu'un « cela ne m'intéresse pas » est à vrai dire une fenêtre aux volets non cadenassés , qu'un « je n'ai pas le temps » appelle une solution.

... cela me fait penser à la chanson d'un grand virtuose :

J'ai voulu réussir dans la vie,

Et j'ai tout réussi sauf ma vie.

Cher ami

Le travail sur soi est le meilleur des cycles qu'aucune université au monde ne peut sanctionner par un diplôme mais que seule l'ingénierie d'introspection et de don peut offrir.

## « Soft and hard » , les deux...

Un logiciel flambant neuf.

Parfait. C'est une solution. Mais peut-être pas la bonne, et de loin l'unique.

Vous avez fait appel à un expert en solutions logicielles. Vous avez fait le meilleur des choix, certes, et pourtant tout n'est pas fluide.

L'impact que vous attendiez de ce remède miraculeux n'est pas au rendez-vous.

Quelle embrouille, quel embarras : le protocole est bien ficelé, la démarche qualité est on ne peut plus bien orchestrée !

D'où vient alors le problème ? Pourquoi ça ne fonctionne toujours pas comme prévu.

Regardons du côté de la notice. Même les interlignes peuvent renfermer certains détails.

Non tout est ok !

Bizarre... c'est même impossible.

Un apprenti stagiaire se joint à la discussion : qui a-t-il messieurs ? Timidement certes mais déterminé à être vu, ne serait-ce que cette fois-ci.

Non rien. Juste que la solution que vient d'installer notre fournisseur de logiciels se plante et ce message sur cette fenêtre inopinée s'affiche soudainement alors rien que la dernière fois, tout était nickel !

Vous permettez. Ah d'accord.. Effectivement, mais ce n'est pas à cause du logiciel nouvellement installé.

Verdict sévère mais très « in ».

Et de poursuivre : le logiciel est hébergé et l'installation est réussie.

Mais, la machine est essoufflée. C'est physique et organique.

N'auriez-vous pas accès au poste du chef ?

Si ... ici mon enfant je représente le Boss. On y va.

Comme sur une planche, le surfeur s'envole à l'affût d'une des plus belles vagues au monde. pique puis réapparaît en maître de ce tunnel propulsant et de quelle manière !

Très bien vu Monsieur ?

Jad ... informaticien programmeur de formation.

« Tu viens de commencer ta période d'application en entreprises ? Je veux dire ton stage ? »

En fait j'en suis à mon cinquième mois et bientôt la fin.

Jad, cet apprenti légué au coin des dossiers désuets ne devait avoir droit à cet égard de celui qui allait précipiter son offre d'embauche qu'à cette phrase de curiosité et d'audace.

Un soft greffé sur un hard totalement amorti est une dépense éperdument inutile.

Une approche beaucoup plus large, certes nécessitant plus de temps et d'énergie, nous aurait permis de mieux placer notre argent. réussi notre investissement.

Ce qui est valable pour l'entreprise, l'est inévitablement pour les hommes.

L'entreprise, n'est-elle pas que la **chosification**, la schématisation des méandres de l'esprit ? Le reflet des états de la pensée ?

La pensée économique, la pensée sociétale, la pensée technologique, la pensée cantique...la pensée tout court.

Je suis en forme, mes mots sont doux, mes expressions sont apaisantes.

Mon cerveau est irrigué, alors ma perception du monde extérieur est limpide, mon subconscient est écouté, compris et nourri et entretenu.

Ma respiration est thoracique, et non belliqueuse, ma vision du monde accepte la différence d'optique du modèle de l'autre.

Le soft et le hard s'interpellent, se baignent sans se juger, sans préjugés...sans rejet.

Pour avoir côtoyé ces colosses du plus effrayant des sports collectifs qui ont élu domicile au pieds de la Corrèze, dans un café bordant la rivière de cette ville gaillarde après des frictions physiques dans les prairies de cette majestueuse ville, à la terrasse de ce british coffee, je puis affirmer que ces monstres de l'exhibition et du contact vous font béer la bouche par leurs émotions de fils , papas, maris et copains.

Faites entrer l'accusé !

La poule, est -elle venue au monde avant l'œuf ou est-ce celui-ci avant ?

Faut-il incriminer le corps ou l'esprit ?

Le bas ventre ou cœur ?

Les jambes lourdes ou la zone de confort ?

En un mot, suis- je en mal-être parce-que je suis casanier ou obèse parce que je procrastine ?

Je décide alors d'en savoir et d'en découdre.

J'allume mon écran. Je pianote : obe....

« Obèse » me répondit mon ordinateur comme pour me rappeler les centaines de fois de recherches gardées dans l'historique de mes confinements infinis et essais pour essais.

Sur la deuxième ligne :

« Comment perdre 25 kilos en... »

Les mêmes sites, mêmes forums, mêmes blogs et vlogs.

Tout bloque en bloc.

Youtubers, génies de diététique et d'hygiène de vie, laboratoires et herboristes...coaches sportifs et de bien-être.

Tous ces experts se sont relayés pour m'expliquer comment moi, qui ne suis personne d'autre que moi, je peux devenir autre que moi.

Cet autre synonyme de fantasmes et rien de plus.

J'enfonce le bouton off sans même prendre garde à ne pas endommager l'intelligence artificielle, aveuglé par la déchéance émotionnelle de ma misère.

Pourvue que je ne sois pas là seule énerguène à patauger dans cette boue gluante et nauséabonde !

Les statistiques mondiales sont rassurantes.

Tout le monde presque est sous la même enseigne. Tant mieux !

Mais si c'est si bon, pourquoi se marteler donc à n'en finir la tête ?!

« No..i'm fine », me glisse doucereusement une voix off venue du fonds de moi comme pour me rappeler à l'ordre.

A quoi bon vouloir nier. La vérité est que tu en souffres. Mais, et c'est là où le bât blesse, tu te mens à toi-même.

Si cela te tient vraiment à cœur et que tu veux résolument changer, il n'y a pas meilleur que d'agir.

Tu mens à tes proches, à tes amis, à ta familles...à tous. Mais qu'importe, tous t'aiment, te chérissent pour qui tu es et non ce que tu miroites.

Certains compatissent quand d'autres complaisent.

Mais là n'est pas le problème, là n'est pas le nœud.

Ce qui te tracasse ; c'est que l'autre jacasse. Tu prêtes trop tes oreilles aux gens qui semblent te dénigrer .. tu te sabotes toi-même et personne d'autre.

## **Quittes-toi tant qu'il est encore temps**

Notre encore en dit long sur nos états.

Le « front office » du magasin est la carte de visite qui permet à la clientèle d'oser franchir sa porte et entamer une démarche de prospection des lieux. Pas plus !

Cette devanture affiche ce qu'il y a de plus attrayant et embellit l'image de l'arrière-boutique mais ne saurait amener le client vers sa propre persuasion.

C'est au commercial de le faire, soutenu en cela par toute une chaîne de valeurs, en accueillant, découvrant, argumentant, traitant les objections et... VEROUILLAGE.

### **Affaire conclue.**

Le corps est à la personne ce qu'est la vitrine est au magasin. Voici à quoi je voulais en venir : notre corps parle.et, excès de zèle parfois, en fait trop.

Tous les non-dits sont dits à qui sait écouter la partie cachée de l'iceberg.

Autrement, qu'est ce qui fait faire aux mamans les gouters de leurs enfants dans leurs porte-mangers sans que ceux-là n'aient même pas le temps de s'en rendre compte



éblouis à en perdre la direction par ces jeux débiles vantant le mérite d'un bon joueur gagnant/ perdant en l'espace d'un temps pris dans les temps du virtuel pédant ?

## **C'est aussi simple que ça !**

Tes fantasmes, tes rêves, tes souhaits ne sont pas que de l'imagination pour le « moteur de changement » qui est ton cerveau.

Tout cela, c'est du concret pour ton cerveau : c'est du « fait » parce qu'il est imprimé autant que ce que tu auras véritablement mis en marche.

Notre cerveau n'est autre qu'une masse à zonage divers et bien structuré.

Ces zones dites hémisphères sont là pour accueillir, stocker et éditer sur commande, au besoin, les informations.

La mémoire fait acte de facteur.

## NOS GESTIONS INTERNES ET EXTERNES DES ÉTATS

Agir..je veux bien sauf que ce n'est pas évident pour moi.

Rien n'est évident à l'exception de l'évidence.

La **normalité**, la coutume, la société. Autant de clichés qui gâchent et pourrissent nos vies.

Les valeurs, la culture, l'école. Tout cela confine et pire encore endoctrine :

Les gens normaux ne font pas ceci ou cela.

Les adultes se comportent en responsables, majeurs et vaccinés.

Un ami, c'est une personne prête à tout sacrifier.

Une personne éduquée ne ferait pas ceci ou cela.

Ces études, elles sont faites pour les génies. Etc.

Que de préjugés puériles et infantilisans.

Un éléphant à la molle patte cisailée par un fin fil de fer attaché par les mains d'un cornac s'imprimera à jamais dans sa mémoire d'éléphant pour l'empêcher de forcer les chaînes qui servent de guidon à son maître.

Briser son propre schéma de pensée limitatives est une entreprise qui ne voit le jour qu'après certaines formalités.

Quand nous n'y arrivons pas, nous devons au minimum oser le dire, en exprimer le besoin auprès des autres, et qui de mieux que des personnes habilitées à le faire, pour leur expertise, leur courbe d'expérience.

Un premier pas s'impose.

On ne change pas une équipe qui gagne !

Si je suis persuadé que je suis cette équipe ou cet athlète qui rafle trophées et médailles, je maintiens et consolide. Les pratiques managériales nous apprennent qu'une firme au summum de son activité et dans une trajectoire vertueuse doit prévoir un plan de continuité et de développement naturel.

Si au contraire, je me rends compte que je suis « dans de sales draps », L'évidence fait qu'un changement s'impose.

Conscient de cette nécessité, l'erreur serait d'emprunter le même trend que celui exposé ci-haut.

Un changement s'impose, auquel cas deux scénarios :

- Continuer à croire et à ne voir que c'est la faute à l'environnement,
- Avoir la lucidité et surtout la conscience que la vraie raison est le résultat de ma gestion des états.

Prenons le premier scénario, le plus facile ; tellement facile qu'il ne nécessite aucun effort. La Star par excellence ; celui que tout le monde affectionne, abhorre et adule. L'ami de tous : un ami complaisant et chatouilleux. Une providence.

Que de belles paroles, de tendres élans. Appelons-le tout bonnement et à juste titre : fatalité.

Fatalité est cette coïncidence qui a fait que ma famille est ce qu'elle est : pauvre et illettrée.

Fatalité a voulu qu'il en soit ainsi et pas autrement.

Fatalité a distribué les rôles : bonheur aux autres et malheur pour moi.

Fatalité a semé mon chemin d'obstacles et des autres d'embûches.

Fatalité illumine les sentiers des autres et obscurcit le mien.

Fatalité prend toutes les couleurs pour me gâcher la vie.

Superstition, malédiction, malchance ,malheur, mal-être ,mal en point ,mal de mer ,mal d'amour...mal parti.

Tel un aimant, j'attire tout ce qui casse !

Bref... une voix vient rompre ce discours interne que l'émotion révèle et trahit.

« Douce créature, veux-tu m'accorder une petite seconde ?! »

- « pas de soucis. Je t'écoute. »

- « bel homme. Cette maison est à toi ? »

- « bien sûr et qu'est-ce que tu crois ! »

- « et la voiture ? C'est une location. »

- « pas du tout. D'ailleurs j'en ai deux. L'autre est dans le garage ; cette citadine, c'est pour pouvoir se garer facilement »

- « d'accord. C'est quand tu vas au bureau que c'est utile ».

- « Mais quel bureau ? moi je n'ai pas un bureau. Mon bureau, c'est partout où je suis ».

- « partout ! Je suis confus. Partout... partout ?! »

- « je t'explique. Je suis un Freelancer ; libre et autonome. Je gère mes affaires à distance. Tu comprends maintenant mieux ? »

- « ah oui bien-sûr. Une toute petite dernière. Pourquoi te plains tu ? »

Cette question percutante en appellera d'autres, c'est sûr. Une avalanche de questions pertinemment et sciemment posées vinrent bousculer mes états problématiques et ma conscience se connecta brusquement à mon inconscient. A l'unisson, elles se mirent à dialoguer comme jamais.

Je me mis à jouer l'arbitre et un lâcher prise me transcendât. Le début de tout commence alors ; ce tout tant oublié à cours de munitions.

Un air de paix intérieure s'installa en moi, en tout-moi.

Quel soulagement ; ce qui pesait des tonnes s'éclipsa tel un nuage dissipé et disloqué.

- « ça va mieux à présent ?! »

- « oh que oui. Mais dis-moi, comment tu as fait ? Et d'abord, qui es-tu ? »

Comment expliquer à ce « moi » que c'était l'autre moi en moi qui s'est échangé avec moi ?

Nous perdons beaucoup de temps et surtout d'énergie à regarder le jardin verdoyant du voisin et finissons ébloui par cet effet.

La dissolution. C'est quand tu cesses de donner aux événements le sens préétabli par ta perception du monde et que tu changes d'optique en te disant : et si...

Le changement commence quand notre perception est orientée sur les véritables causes et la conscience que la reconduite des mêmes comportements qui ont engendré un état négatif ne pourront jamais provoquer un iota de changement.

Deuxième scénario : la GIE.

La gestion interne des états est un exercice que seules les personnes persuadées que ce sont elles la cause de leurs pépins peuvent opérer.

J'échoue, c'est une opportunité.

L'échec est bani du discours et tout accident est en soi une invitation à la réaction sensée et réfléchie.

J'ai raté un examen. J'ai mal négocié un contrat. J'ai failli dans mon couple.

La vie continue. J'ai fauté et c'est une expérience.

J'analyse, je décortique, je decode, je demande conseils, je contacte un Coach.

Au lieu de Miss fatalité, ce serait : « je ».

Ne dit-on pas que 50% de la réponse est dans la compréhension de l'énoncé ?

Généralement, le premier exercice est fastidieux. Puis tout va.

Je prends ma destinée en mains. Mes objectifs sont clairs ; la direction surtout et le sens de la vie que je mène.

La performance. À chacun sa performance. La performance n'a de sens que par rapport aux objectifs que l'on s'est fixé.

Réussir dans la vie ?

- « dis-moi jeune homme. Quand est-ce que tu diras que tu as réussi ta vie ? »

- « avoir un toit pour mes deux enfants et une meilleure scolarité », répondit **T'ich**, ce garçon de café du coin aimé de tous.

- « c'est quoi pour vous une vie réussie ? » m'adressant à une femme entrepreneure et à première vue épanouie.

- « pouvoir enfin passer toute une journée auprès de ma famille sans que ce gadget collé à mon oreille ne bipe ».

--Et pour vous, vous. Et vous ?

Autant de réponses qu'il y aurait d'interlocuteurs.

L'amour ne chante bien qu'en liberté, disait une chanson des « années de gloire » .de l'art français.

A fortiori, la vie ne brillera de toutes ses couleurs qu'à celui qui sait aimer, s'aimer.

## **La vie, la roue de la vie n'est jamais à plein régime.**

Un vecteur de vies privée ou professionnelle, financière ou de couple, familiale ou sociale manquera inexorablement à l'appel... boitillant et traînant la jambe faute d'avoir été « irrigué ».

La roue de la vie, mirage de souhaits.

Bouts de terres conquis, conquistadors inassouvis.

La ruée vers l'Eldorado ne fait pas que des heureux. Elle ravive querelles et guerres, si bien même que pactes (avec le diable) de paix et de bon voisinage aient été souscrits.

## **LA PAIX INTÉRIEURE TREMPLIN VERS L'ÉCOLOGIE.**

Une paix... Ça se cultive. Ça se mérite.

En bonne femme au foyer, tu entretiens ton « chez toi » comme il se doit.

Tout est « nec plus ultra ».

Par accident, inadvertance peut-être, tu déposes tes débris à quelques centimètres hors du seuil de ta maison.

Un chat errant vient fouiner dans ta poubelle. Coups de griffes cisailent cet emballage de fortune du « à emporter » franchisé de ton quotidien et standing.

Cette guerre que ton voisin te déclare te prend de travers et t'embrouille.

Quelle poisse !

### **Pourquoi ça n'arrive qu'à moi ?**

Jean Lefebvre t'aura devancé !

Tout le monde est sujet à caution. Mais tout le monde n'est pas gentil.

Galvanisé dans ta perception de ton modèle, tu omets volontairement cette fois-ci de voir, d'observer et de réaliser. Réaliser que l'autre a son petit monde à lui. Que son modèle du monde n'est pas le tien ; que la rue est un espace public et qu'il est commun. Commun mais à présent insalubre.

Les frictions font des dégâts quand elles sont externes sans avoir été avec soi.

Ton écologie, c'est d'abord au fond de toi. Jamais avocatier n'a fourni qu'avocat.

Une orange pressée est une orange pressée. Ni plus que ce jus ingurgité.

### **Un arbre fruitier, c'est une graine non consommée.**

Se plaire, se complaire. C'est bien de se complaire. Mais c'est tout.

Avoir la paix, c'est se déclarer la guerre. La guerre sur certains axiomes.

Respect, attitude positive, égards, amour, considération ... Tous ne sont pas toujours évidents.

Manquez de respect à un collègue, et c'est toute la chaîne qui se tourne contre vous.

Prudence, suspicion, dénie et... mise en quarantaine.

Hé toi là-bas, petit mercenaire avide et machiavélique !

Ne songe pas un instant que personne ne t'a remarqué.

Tes attitudes te dénudent tel un détecteur de fumée.

Aujourd'hui tout le monde est averti, tous font la différence entre le grain et l'ivraie.

La mauvaise herbe ne chasse plus la bonne. La bonne a tout compris et pris toutes les bonnes pratiques pour te contrecarrer, te circonscrire et t'évincer.

### **Ravise-toi sinon ; tu en pâtiras.**

Au grand banquet de la nature, il n'y a plus de place pour les mauvais, les maudits.

La nature humaine est devenue de nature plus sélective car plus expérimentée et mieux fournie.

La globalisation a fait ses effets et la toile a bien pris.

D'est à l'ouest, du nord au sud, plus personne n'est mis au trou.

Tous baignent dans le même océan. Tous ont accès à la même information : une arnaque en parisien fait le tour du monde en moins que rien. Un vaccin décrié en Chine se saura aux Philippines.

Alors, fils d'Adam, rejoins le groupe et élève-toi. Un peu de cérébral !

S'il y a bien une chose à laquelle il faut s'accrocher, c'est bel et bien à l'ouverture à l'autre, la foi en la noblesse, la grandeur de l'âme... la crédibilité. Quand on est honnête, on est attachant. Les liens d'amitié sont renforcés et le respect nous est dû.

Aucune guerre n'est gagnée avec des troupes aux rangs fissurés de soldats se livrant des coups non autorisés ou dont des intérêts individuels attisent haine et jalousies.

Une équipe, ça se construit ; ça ne s'édicte pas sur fonds de décrets, règles de conduites et manuels de procédures.

Une entreprise qui se taille la part du lion sur le marché ne le fait pas parce que le manager est rigoureux et impartial. Aucunement par ce qu'elle présente un bon packaging de produits inaccessibles. Ce n'est pas parce qu'elle détient un savoir-faire différentiateur dans les techniques du télémarketing ou du digital marketing.



Tous ces avantages ne sont plus éternellement exclusifs : la veille technologique ayant mis bas une technologie des plus émergentes peut céder au benchmarking de plus en plus décadent.

Les détenteurs d'un avantage technologique ont appris à leur dépend que tout est cycle ; qu'une idée n'est pas créativité et qu'une « version.N.0 » est une séquence vers un remake « version. N.00 » ou ,souvent d'autres ciex dans d'autres domaines d'activité ;

Un système gagne par ce que les interactions sont positives et la communication comportementale l'emporte sur toutes les mesures draconiennes et procedurisantes.

## **Le bonheur !**

« Travailler ou s'épanouir, il faut choisir »

« Il n'y a de richesse que l'homme, le reste peut s'apprendre ou se copier », disait un éminent humaniste dont le nom m'échappe.

Qu'importe, mes amis me font confiance et quand je leur dis que j'ai oublié, ils comprennent par ce que cela leur arrive, que c'est humain et que ce n'est pas l'essentiel.

La position concurrentielle d'une entreprise, nous disions, est tributaire du climat social avant tout. Les relations humaines, les affinités, l'émotion ... Ce sont là les vrais ingrédients d'une bonne recette.

Un couple qui ne fait pas deux règnes est un couple heureux.

Cela me rappelle les mots d'une chanson des années soixante :

(SAIT-ON JAMAIS CE QUI REND FOU,

CE QUI REND AMOUREUX ?

UNE ALLUMETTE QUI S'ALLUME,

ET ÉCLAIRE SES YEUX.

UN INSTANT DE SILENCE QUI VEUT DIRE PLEIN DE CHOSES.

LES MEMES RYTMES, LES MEMES GOUTS

ET C'EST DEJA « NOUS DEUX »)

Ce qui est vrai pour les relations privées, l'est pour les relations dites professionnelles.

Je me permets de dire, par analogie :

Sait-on ce qui rend fort,

Ce qui rend **invictus**.

L'amour de ce qu'on fait

L'envie de se voir gratifié par le résultat de notre effort ;

Ce moment de partage de gloire de l'avoir fait.

La performance n'a de sens que par rapport à l'objectif que l'on se fixe.

On peut obtenir un tableau de bord juteux et bien garni pour un exercice comptable et essuyer une banqueroute l'année suivante.

Les « stock option » distribuées en royalties au bout d'un montage machiavélique de comptes, peuvent donner lieu à des « burn out », « bore out » et « Brown out » à désertier les lieux et condamner les chiffres.

Tandis que les managers appliquent les règles, les leaders les font.

Soyons les leaders de nos vies.

« je veux stopper l'histoire » ; voici en substance ce que m'a répondu un étudiant partageant la même « piaule » de ce pavillon d'un internat de mon lycée en 1982.

Curieux, pour n'avoir jamais et jamais n'aura l'occasion d'y avoir goûté, quel effet cela fait de boire du vin.

Un homme qui boit pour oublier et noyer s'oublie et se noie sans jamais réellement oublier ni noyer.

Le temps semble s'arrêter mais ne s'arrête jamais. Drôle de façon de changer le cours de l'histoire. Et rebelote !

La pratique de la PNL nous apprend qu'un objectif doit être S.M.A.R.T, c'est-à-dire smart, intelligent, je suppose. (Spécifique, mesurable, réalisable et atteignable dans le temps).

## LEADER DE VIE, oui mais comment ?

**C'est simple, vivre au présent et remercier le passé  
d'avoir respecté ma décision de le quitter pour un  
futur qui, quand il viendra, le présent y passera.**

Philosophe, va !

C'est peut-être philosophique, mais c'est sûrement cérébral. Mieux encore, c'est mon attitude, mon comportement fruit d'une longue habitude qu'un logiciel bien rodé fait tourner.

## A comme A.D.A.M

Gentil ! si tu insistes, mais moi je sais que cela dépend des situations.

Il est des fois où le vent si doux siffle de plus belles à cause des collines trop accidentées venant rencogner sa trajectoire .

A comme « aimer »

D comme « donner »

A comme « activer »

Er M comme « mieller ».

**Aimer, d'un amour pur et inconditionnel !**



Aimer sans s'attendre à recevoir, mais ne pas aimer à se faire mal. Ici l'inconditionnel n'est pas absolu et destructif ; c'est de l'inconditionnel calculé.

Cet enfant qui soulève, d'instinct ou d'acquis, ce poids qui pèse sur le corps de ce « proche ! » en détresse sans les mots, fait bonne œuvre, de l'humain éternel qui est au fonds de tout être, à dessein philanthropique.

Un inconditionnel réfléchi est un élan que l'intuition fabrique riche des expériences cumulées, de tests administrés par cette mémoire vive et experte, dans un protocole établi.

### **Donner sans s'attendre à recevoir.**

Un vieil adage dit :

« PRENDS LES VERS ET JETTE-LES DANS LA MER, SI LES POISSONS L'IGNORENT DIEU LE SAIT ».



## **Nature..Mère nature !**

De mémoire d'étudiant de l'histoire de la pensée économique, il est une théorie de la rareté qui énonce que la nature est avare. Avare nous enseigne-t-elle et donc l'effort, le travail, le labeur est VALEUR.

C'est vrai, mais quel effort doit-on faire pour contempler ce magnifique tableau que nous offre cet arbre magique que l'œil de cet amoureux de la nature nous apporte à cœur veillant ?

Prenons exemple sur Mère- nature. Choisissons les bons modèles et... Faisons de même.

Soyons ces modèles inspirants.

### **Activer et alimenter**

L'émotion est le moteur de vie.

Nous vivons dans l'espoir de mieux être, mieux faire et mieux avoir. Nous sommes souvent émerveillés par la splendeur de vues magnifiques que nous offre la nature à

des moments où l'on ne s'y attend même pas. Nous oublions que tout est question d'intérêt et d'attention.

Ces instants éphémères ne pouvaient être ressentis et perçus si aucune activation de nos sens n'a été faite. Alors veillons à veiller à rester éveillés.



Maintenant que c'est évident. Quel état est plus ardent ?

UN état négatif où la zone de confort est reine d'un royaume où vous êtes sujet et esclave ?

Ou un état positif où même berger commandez vos gestes les plus basiques ?

**Connectez-le ! libérez- le.**



.... Notre cerveau ne dort jamais. C'est à nous de le comprendre. Prêt à nous en apprendre, il n'attend que nos esprits se reprennent.

## Miellez vos relations...



La ruche se et se défait à coups d'ailes.

Soyez la reine de cet essaim que vous avez choisi et qui vous le rend.

Pondez autant d'œufs que vous pouvez. Pollen et autres condiments viendront se déposer et miel jaillira.

De toutes vos forces, miellez et miellez, jamais reines ne lésinent sur les moyens.

Imaginons un instant que la reine décide sur un coup de tête de quitter la ruche.

Elle le fera pour une raison que même la raison ignore ; elle seule le sait.

Pour nous autres, il n'y a pas de raison que la reine quitte le royaume où tous œuvrent d'arrache-pieds pour la servir.

Vous miellez vos attitudes, vos comportements, vos égards à votre espace, celui-ci vous le rendra.

Le miel, c'est toute la magie des arômes qui fait sa singularité.

Au foyer comme au bureau, l'interpersonnel fait la différence : les liens qui se nouent et se dénouent orchestrant la synchronie et l'asynchronie peuvent consolider ou désagréger toute la cellule.

*« On ne peut pas vivre avec quelqu'un qui veut la porte toujours fermée alors qu'on la veut toujours ouverte » disait un dicton anglais.*

## **DES CONCESSIONS ET DES ARRANGEMENT UTILES**

Le vivre ensemble suppose attirance certes mais aussi compromis et concessions.

Ne dit-on pas qu'aimer et être aimé, c'est le bonheur qui manque aux rois.

Et qu'« en amour il faut toujours un perdant... ».

Alors, choisis ton camp. Gagnant ou perdant !

### **Stratagème.**

Perdre les petites batailles et gagner la guerre.

Céder pour ne pas concéder ; rogner de sa position pour qu'une sortie ait lieu .

Ne pas se blottir à un arbre, cela voilera la forêt ;

Un dicton déniché de « le petit philosophe de la poche » dit :

*Ne pleurez pas d'avoir perdu la lune, les larmes vous empêcheront de voir les étoiles.*

Une querelle amoureuse n'est pas fatalement un début de parcours judiciaire aboutissant à un divorce.

Grand jack disait :

*IL EST, PARAÎT-IL, DES TERRES BRULÉES DONNANT PLUS DE BLÉ QU'UN MEILLEUR AVRIL.*



Brel n'est plus, mais force est de reconnaître que tout est dit.

## **Toute crise est une opportunité.**

Dans une économie de crise, la décroissance n'est pas forcément une récession.

Les modèles économiques s'essouffent eux aussi ; leurs cycles ne sont pas immuables.

La distanciation sociale édictée a permis à la digitalisation de prendre un ascendant qui fait prendre l'ascenseur social à des clusters technologiques longtemps confinés par la sacro-sainte stratification sociale imposée par les « castes – empires » de la vieille technologie dominantes.

Au foyer comme à la boutique, tout est relatif. L'humain est primordial ; le sourire est humain, alors souriez.

## **La mignonie (cutness)**

Quand on sourit, on détient la magie d'envouter, de **décadenasser**, de désarmer.



La mignonie (cutness) ouvre plus de brèches qu'un canon. Elle ouvre les cœurs par cette potion magique qu'est l'empathie, l'amour de l'autre, l'amour tout cours.

*Mêmes les tyrans rangent les armes au chevet d'un couffin d'où émanent des risettes de bébé.*

*S'il est besoin, j'irai plus loin que mon coin.*

*La maison renaitra quand l'amour viendra.*

*La paix est à l'âme ce que les larmes aux yeux .*

*Fermez les yeux, inspirez profondément et lachez-prise.*

*Prenez soin de vous, de vos proches ,de vos plantes d'intérieur.*

*Nourissez- vous de l'énergie mimique et connectez-vous à votre cerveau tripale .*

*Vivez le présent en vous ressourçant du passé et balayez ce nuage , le soleil illuminera vos pensées.*

*PRATIQUEZ LA PLEINE CONSCIENCE. Et irriguer vos esprits.*

*DONNEZ DE LA HAUTEUR A L'ENFANT EN VOUS...et libérez vos cerveaux.*

*Jouez à jouer jusqu'à ce que le jeu joue le jeu.*

*L'épanouissement est affaire de cœur, d'esprit inaltéré, d'esprit d'enfant.*

*Sur ce, je vous dis :*

*Gardez le sourire pour cesser de souffrir !*

*Méditez,*



*Courrez,*

*Allez sur les collines des  
gens heureux.*