

# LA VIE EST INJUSTE, ET À LA FIN TU CRÈVES

ESSAI ÉNERVÉ SUR LA DIFFÉRENCE ENTRE LA THÉORIE ET LA PRATIQUE



## Historique des mises à jour

Dernière mise à jour, dimanche 26 mai, 8h11. Version 1.1

- Grâce aux feedbacks-autour-d'une-bière de Pablo Servigne :
  - ajout du chapitre "Pourquoi je fais tout ça ?" ;
  - ajout d'une conclusion ;
  - quelques précisions par-ci par-là ;
- ajout de Pablo dans les remerciements ;
- ajout du chapitre "Ce qui nous manque, c'est peut-être moins de trucs"
- ajout d'une table des matières.

Dernière mise à jour mercredi 22 mai 2019, 11h34. Version 1.0.2 :

- Correction de trois coquilles ;
- changement de la fonte et optimisation de la mise en page ;
- ajout de la version ePub (merci à T. Shankara pour l'idée) ;
- modification du lien de téléchargement pour permettre la mise en place des deux versions : <http://www.3volution.fr/telechargement/> ;
- correction des dernières coquilles (merci Kévin !) ;
- passage en version 1.0 ;
- rajout de Kevin aux remerciements.

Dimanche 19 mai 2019, 12h07. Version 0.92 :

- corrections de coquilles ;
- rajout du [lien vers le groupe Facebook](#) ;
- rajout de Cepo et Anthony dans les remerciements pour les relectures.

## Ce livre est un produit évolutif

Ajoutez l'[adresse du téléchargement](#) à vos favoris. Je mettrai les versions mises à jour au même endroit, à chaque fois. Je ferai une annonce Facebook (sur ma page perso et dans le groupe) à chaque mise à jour significative.

## Tables des matières

- Historique des mises à jour
- Ce livre est un produit évolutif
- Tables des matières
- Avant-blabla
- Disclaimer
- La différence entre la théorie et la pratique
- De quoi t'as vraiment besoin ?
- La véritable hiérarchie
- Réappropriation
  - Un citoyen sans fusil, c'est un contribuable
- Pourquoi je fais tout ça ?
- La guerre des sexes, la puissance individuelle, la liberté, la sécurité, et le bétail
  - La biologie de la guerre des sexes
  - Comment (je suppose que) c'est parti en couille...
  - Recréer des relations saines
- Ce qui nous manque, c'est peut-être moins de trucs
- Le monde se divise en deux catégories...
- L'autonomie
- La richesse de l'échec
- Il faut d'urgence arrêter de faire croire aux gamins qu'ils sont invincibles et tout-puissants...
- Taper sur les gens, ça ne les rend pas moins cons
- Pense à ta gueule
- L'amour inconditionnel
- Mauvaise pioche
- Les pervers narcissiques
- Dis ce que tu penses, et fais ce que tu dis
- On ne fera pas l'économie de rencontrer nos voisins
- Commencez
- Ce bouquin est un pari
- Remerciements
- Petite note pour éviter les réflexions de merde
- Groupe de discussion Facebook
- Bibliographie ultra-sélective
- Mentions légales à deux balles

## Avant-blabla

Je suis probablement né mille ans trop tard. Je ne suis probablement pas le seul dans ce cas. Mais je me reconnais de moins en moins dans ce monde désincarné, où les gens poussent si éloignés de la terre, et des réalités de la matière.

Je croise de plus en plus de gens qui me font l'effet de plantes hydroponiques. Cultivés dans de la flotte boostée à l'aide de produits chimiques trop simples. Ils sont trop grands et trop mous pour se tenir seuls. Privés de la richesse du sol. Privés de temps, d'espace, de liberté, et d'adversité concrète qui leur permettrait de devenir plus robustes... Ils vivent nourris de l'illusion complète que leur vie et leur survie sont assurées, à condition qu'ils acceptent simplement de brader leur liberté en échange de cette sécurité fictive, aussi creuse que leurs discours.

Ils mangent des trucs vides. Ils ont des préoccupations abstraites. Ils se dressent les uns contre les autres pour avoir l'ascendant dans des débats futiles, dénués de tout pragmatisme ou de toute vision à long terme. Et ils se pavanent sur les réseaux sociaux pour avoir leur petite dose d'ocytocine. Le smartphone greffé à la main comme auparavant leur tétine.

Rassurante. Contenante. Présente.

Ces gens, si bien adaptés à ce monde de théorie, j'ai du mal à ne pas les voir comme les futures victimes de fausses promesses énormes. Dans un élan qui mélange une sorte d'inquiétude pour eux, de mépris et d'irritation, j'ai envie de leur mettre des claques. De les réveiller. De les secouer. De les ramener un peu sur terre. Un peu comme une ficelle de cerf-volant qui leur permettrait de voler droit en les tirant vers le sol.

Alors ce livre s'adresse à :

- ceux qui comme moi ont l'impression d'être les seuls à avoir encore des racines qui s'enfoncent dans la terre, et qui se sentent un peu seuls ;
- ceux qui hésitent encore sur le chemin à emprunter : la terre ou le vide ? La théorie ou la pratique ? J'espère qu'ils auront envie de réfléchir à la question grâce à ce livre ;
- ceux qui ont l'impression d'avoir grandi hors-sol, et qui ont envie de revenir un peu en arrière, et de faire des choix différents... parce que ceux-là ont toutes les chances d'y arriver, et qu'ils sont ceux qui pourront le mieux influencer leurs pairs. Bien mieux que moi, qui suis bien trop archaïque et grossier pour qu'on considère mon message.

La vie est injuste, et à la fin tu crèveras. La gueule ouverte. Dans ton jus. Comme nous tous. La différence entre toi et les autres, c'est ce que tu feras de ton temps et de ton attention d'ici là.

## Disclaimer



Ce bouquin va heurter plein de gens. Leur première tentation va être de me cataloguer "gros connard". Et ça me va très bien. Parce que je *suis* un gros connard. Bourru, archaïque. Trop honnête. Trop entier. Trop lui-même. Je pense trop.

Et réfléchir, c'est commencer à désobéir, pas vrai ?

Ce livre contient du langage grossier, dans la forme. Parce que oui, le fond compte plus que la forme. Et que j'en ai plein le fion de ces discours haineux et pervers, emballés dans du papier-cadeau-à-petites-fleurs-bio. J'en ai marre des formules de politesse creuses. La politesse et la douceur servent trop souvent de camouflage à la haine. Et ça me donne des envies de meurtre. Alors moi je vais faire l'inverse. Planquer plein d'amour dans des piques, des pointes en métal, et du papier de verre bien rugueux.

En réalité, ce livre regorge d'amour. Vraiment. Mais pas ce truc doux et soyeux qu'on offre à un nourrisson. Non. Plutôt le genre d'amour qui te met une claque et qui te laisse, la main sur ta joue brûlante, le cul par terre, à te demander ce que t'avais pas pigé.

J'aime profondément l'humanité. Assez pour lui mettre des coups de pied au cul. Il est probable que je vous aime, vous, totalement et sans condition, et que je sois quand-même capable de vous rejeter, de vous juger, ou de vous tirer dessus si vous voulez vous en prendre à moi, ou à un tiers qui ne menace personne. Ce qui est certain, en tout cas, c'est que je suis complètement partant pour vous confronter à mes opinions de manière brutale si vous me le demandez. Et en lisant ce livre, c'est ce que vous faites.

**Si ça ne vous va pas, arrêtez de lire maintenant.**

Pour ceux qui continuent la lecture, sachez que :

Je ne juge pas les gens sur la base de leur orientation sexuelle, ethnie, obédience politique, métier ou absence de métier, diplôme, opinions, revenus, look ou autre.

Je ne suis PAS :

- mysogine ;
- raciste ;
- homophobe, transphobe, xénophobe ou autre ;
- ethnocentré ;
- masculiniste ou féministe ;
- macho ;
- un bourreau, une victime ou un sauveur ;
- un être éveillé, un clairvoyant ;
- un prophète ;
- quelqu'un qui a forcément raison.

Je déteste cordialement tout le monde de manière absolument égalitaire et équitable.

Et le mâle blanc hétérosexuel ne sera pas épargné non plus. Y'a pas de raison.

Tout ce blabla, c'est seulement un condensé de mes opinions, de mes observations, et de mon expérience de terrain. J'ose espérer que, mon évolution continuant, j'aurai bientôt au moins partiellement honte d'avoir écrit tout ça. Et tant mieux. Ca voudra dire que j'ai continué à grandir.

Lisez (ou pas). **N'adhérez pas.** Prenez ce qui vous convient. **Jetez le reste.** Ensuite, insultez-moi, frappez-moi, violez-moi, butez-moi, mais par pitié, me faites pas chier.

## **La différence entre la théorie et la pratique**

En théorie, il n'y a pas de différence entre la théorie et la pratique. Mais en pratique, il y en a une. Une ÉNORME.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est ce truc qui fait que tant qu'on ne bouge pas, on ne sent pas nos chaînes. La différence entre la théorie et la pratique, c'est ce qui fait qu'on a tous plein de petites addictions qu'on peut « arrêter quand on veut ». Mais qu'on n'arrête pas.

La théorie, c'est construire des trucs dans Minecraft. C'est la guerre sur Call of Duty. C'est le porno. Cet univers qui fait que la meuf que tu ne connais même pas te saute dessus pour te sucer à l'arrière d'un van. Et que 3 secondes après la pénétration elle hurle de plaisir, en tortillant son cul et en agitant ses bonnets F sphériques, suspendus en l'air comme des ballons de basket pleins d'hélium sous ton nez.

La théorie, c'est les agents de la CIA dans les séries qui prennent leur téléphone, se le collent à l'oreille, et qui parlent directement à l'autre agent de la CIA. Jamais ils farfouillent dans leurs contacts pour savoir si c'est le bon John, avec un petit doute au moment où ils appuient sur le bouton vert. Jamais ils ne doivent laisser un message, alors que l'autre les rappelle en même temps.

— "T'as eu mon message ?"

— "Non, je l'ai pas écouté, je t'ai rappelé direct, pourquoi ?"

— "Merde, John. La cible est en fuite ! Active le dispositif de traçage !"

— "Allo ? T'as dit quoi ? Ca a coupé !"

Les héros, dans les séries, quand ils se réveillent avec la nana, elle n'a jamais mauvaise haleine. Et ils n'ont jamais la trique du matin. Ni super envie de chier juste après leur premier café. Et les héroïnes, elles se réveillent toujours parfaitement fraîches, avec le cache-cerne, le fond de teint intégré, et elles ont jamais leurs règles au moment où faut sauver le pays contre les méchants [insérez ici une catégorie d'humain à stigmatiser].

Bref, on nous vend de la théorie et on rêve que c'est de la pratique. Mais en fait non. La pratique c'est bien plus riche et complexe que ça.

Al Capone disait qu'on obtient toujours plus de choses quand on demande poliment avec un pistolet à la main que quand on demande poliment tout court. Moi je dis que, pour certaines personnes, la peur est au respect ce que le sexe est au couple. Quand y'en a pas, faut beaucoup, beaucoup parler. Et ça sert à rien. Et c'est vite chiant.

La théorie, c'est ce qui fait croire à ce minot de 20 ans et 61 kilos qu'il peut vraiment me casser la gueule, et que j'ai vraiment peur de lui quand il me menace et qu'il m'insulte. Il n'a ni peur ni respect, parce qu'il vit dans un monde de théorie. Et qu'en pratique si je tape dessus je vais devoir faire des paperasses et des procédures, et j'ai autre chose à foutre que de lui payer ses soins dentaires et sa rééducation, à ce débile. Mais oui, les traditions Vikings de l'an 1000, parfois, viennent me chuchoter à l'oreille un petit sentiment de nostalgie.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est ce qui fait que les gens vraiment expérimentés se sentent souvent humbles et qu'ils sont pétris de doutes, alors que les blaireaux sont sûrs d'eux, et qu'ils assènent des vérités faciles sur Facebook, ou en réunion.

La théorie, c'est celle qui fait que c'est super facile de faire des trucs incroyables avec la gueule. Ou avec le smartphone. On est tous des super-héros, *en théorie*.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est l'expérience. La vraie.

La théorie, c'est avoir beaucoup d'argent au Monopoly. Avoir beaucoup d'amis Facebook. Être propriétaire d'une maison... enfin, payer le crédit quasiment toute sa vie au vrai propriétaire de la maison, à savoir sa banque. Et avoir l'impression d'être libre et en sécurité.

La théorie, c'est ne jamais voir ses gamins pour payer ce putain de crédit, soi-disant pour leur avenir, alors que ce dont ils ont besoin c'est de quelqu'un qui soit content de les voir et qui les amène au judo, ou qui leur enseigne comment pêcher, ou faire une poule au pot.

La pratique, c'est ne pas s'imaginer qu'on peut prévoir ou anticiper grand chose. C'est se préparer au pire, tout en croyant que le meilleur est aussi une option.

La pratique, c'est « comment ça pourrait être sans la fine couche de vernis civilisé qui nous sépare de la loi du plus fort ». Parce que ouais. Pleins de gens ne se rendent pas compte.

C'est comme cette femme, à Avignon, qui me faisait des appels de phare, des grands coups de klaxon, et qui faisait mine d'emboutir ma voiture avec la sienne par l'arrière pour que je me range plus vite sur la file de droite, alors que j'essayais de m'insérer pour prendre une sortie. Quand enfin je me suis rangé (loupant ma sortie, du coup), elle klaxonnait encore, et elle me faisait encore un doigt, bien haut et bien sûr de lui.

Sur le coup j'ai eu envie de la suivre jusque chez elle juste pour lui expliquer un truc simple. Avec des mots, hein. Juste lui dire une réalité basique : que d'elle et moi, celui qui a avantage à ce qu'on joue le jeu de la civilisation et du respect des règles, c'est pas moi.

Mais non. J'ai juste respiré un grand coup, j'ai fait un tour de périphérique gratuit, et j'ai gambergé sur l'état du monde.

Tout ça, c'est juste le résultat d'une vie déconnectée du réel depuis trop longtemps. Et là je parle du réel réel. Genre le réel qui pue le vomi, qui pisse le sang et qui finit vraiment mal. Beaucoup de gens des pays riches et civilisés ne se rendent pas souvent compte que depuis des générations, ils vivent dans un monde qui leur permet d'être bêtes, fragiles, faibles, assistés... et de vivre assez longtemps pour se reproduire.

C'est pas de leur faute hein. On les a élevé dans l'idée qu'ils étaient des demi-dieux. Capables de dompter la nature. Vivant dans un pays qui serait sûrement toujours riche et prospère. Qui stratégiquement appartenait au camp des gentils occidentaux super-forts. Ceux qui avaient mis l'URSS à genoux, et dompté l'Afrique, et marché sur la lune, et la Chine et l'Inde.

Mouahahahaha. La vérité c'est qu'on se la pète.

Depuis la crise de Crimée, la Russie a posé les nouvelles bases du rapport de force est-ouest. Poutine, cette semaine-là, a fait la démonstration simple qu'on est des grandes gueules pleines de vent. Que nous n'avons plus les moyens de nos ambitions, ni de nos prétentions, parce que, collectivement, nous avons perdu le contact avec certaines réalités simples : qu'il faut bosser. Qu'il faut être prêts à y aller vraiment et à se mouiller. Qu'il faut progresser. Qu'il faut se bouger. Qu'il faut coopérer *vraiment* pour faire avancer des projets concrets. Qu'il faut arrêter de croire qu'on est des être élus juste parce qu'on pille les ressources du reste du monde impunément depuis 200 ans.

Pendant qu'on se demande s'il vaut mieux s'épiler les couilles ou pas, il y a des gens, partout dans le monde, qui sont en train de vraiment se bouger pour prendre leur revanche. Et je dis pas ça pour nourrir la peur du méchant immigré hein. Je dis ça parce que — putain de bordel — on est des nantis et des parvenus. Et qu'on a atteint un tel niveau de suffisance et de snobisme qu'on s'imagine que le reste de la planète nous kiffe, et veut être comme nous. Alors que depuis des siècles on les a tous défoncés. Et non, je suis pas non plus dans un discours culpabilisateur de merde, en mode "il faut leur demander pardon et réparer nos erreurs", là. Non.

C'est trop tard.

Aux États-Unis, 73% des jeunes ne sont pas physiquement aptes à faire un service militaire.

73%.

Laissez le chiffre infuser un peu dans votre esprit. Ses implications concrètes. 73% des gamins, aux USA, ne sont pas physiquement capables de *commencer à apprendre* à défendre leur pays. Mais ils sont tous des dieux de Counter Strike par contre. Ça oui.

Et en France ? En Belgique ? Au Québec ? Même en Suisse ça commence gentiment à puer du cul. On a juste 15 ans de retard sur le programme États-Unien.

Pour chaque gamin Français qui marche pour le climat, bardé de fringues de marque, en Chine on en a un du même âge qui a un treillis sur le cul, et qui ramasse concrètement des déchets. Pour de vrai. Payé par l'armée.

Pour chaque khmer-vert bien de chez nous qui nous pète les couilles avec son végétalisme et son bonheur obligatoire, y'a un petit mec ultra-motivé qui parle hindi, anglais, français et russe, qui mange végé depuis 3000 ans, et qui apprend la guerre électronique dans une école spécialisée à Mumbai.

Pour chaque idéaliste occidental sur-diplômé qui a un BAC+5 mais qui n'a jamais appris — parce qu'il a eu plein de profs aussi hautains que déconnectés du réel — à *vraiment réfléchir*, à *apprendre par lui-même* ou à *bouger son gros cul*, y'a un jeune Russe qui joue (vraiment bien) aux échecs depuis qu'il a

quatre ans, qui sait démonter et remonter une AK-74 en 23 secondes, qui a fait son service militaire (sous contrat, bien souvent)... et qui est en train de pondre un modèle mathématique super pointu pour nous mettre un missile supersonique dans le cul.

Alors attention. Je ne suis pas en train de dire qu'il faut forcément se préparer au choc des civilisations, et que le modèle concurrentiel international est la voie à suivre — pour l'humain comme pour la planète. Au contraire !

Moi aussi j'aimerais bien que tous les humains se fassent des bisous et des câlins, hein.

Juste, si on a envie de voir un modèle de coopération, de partage des ressources et de préservation de notre biotope émerger, va falloir se bouger le cul dans le *concret*. Et collectivement. À l'échelle nationale et internationale. Et tout ça, ça commence par arrêter de se surestimer, et de sous-estimer le reste du monde.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est ça aussi.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est l'humilité. C'est de savoir que des fois on perd. Que des fois on échoue. Que souvent on se relève. Et qu'à la fin on crève.

La différence entre la théorie et la pratique, ça nous remet à notre place de mortels.

Au Québec où j'ai grandi, quand on dormait en forêt, on faisait attention aux ours. Y'avait des coyotes. Y'avait des lynx. On ne laissait pas traîner notre nourriture, et on ne dormait pas avec. Et on avait des cousins plus grands qui avaient pour mission, semble-t-il, de nous préparer à l'intensité violente et concrète de la vie. Bref, j'ai grandi sans être au sommet de la pyramide alimentaire. Et c'est une chance immense.

Un grand défenseur de la nature, Aldo Leopold, dans son magnifique livre "[A Sand County Almanach](#)", parlait de l'ours comme du dernier défenseur de la nature. Du dernier rempart contre l'invasion humaine, dans les montagnes. L'ours. La menace. Celui de qui on parle — mais pas trop fort — autour du feu, le soir. Et qui fait qu'on parcourt le paysage des yeux sans se sentir complètement en terrain conquis. Aldo Leopold raconte la fin d'un vieil ours qui mangeait des vaches et terrorisait les touristes, sur une montagne d'Arizona. Il disait, après qu'on l'ait tué : "Maintenant, quand on regarde la montagne, on ne pense plus aux ours. On ne voit qu'une montagne."

Moi, ça me rend triste de voir seulement une montagne. Moi, je pense que c'est bien de voir la nature telle qu'elle est, en pratique : plus grande et plus forte que nous. Comme une mère sévère mais juste, quoi.

De grandir en ayant des prédateurs au-dessus de soi, dans la chaîne, ça pose un rapport au monde différent, je pense. Ça interdit certaines postures trop théoriques. Ça rend humble. Ça met l'humain face à ses responsabilités de gérer correctement ses interactions avec le monde.

La différence entre la théorie et la pratique, c'est faire des choses en vrai. En théorie, on se fixe des buts. En pratique, on avance vers eux. En théorie, on va du point A au point B en ligne droite. En pratique, jamais. En pratique on se plante, on se casse la gueule, on échoue cent fois, et on apprend. On bricole, on teste, on grandit. Parce que la réalité est bien plus complexe que ce qu'on peut imaginer en théorie.

La pratique, c'est ce qui fait qu'on peut se regarder en face et être fier. Même et surtout quand c'était dur. Quand c'était dur dans la pratique, donc.

Parce qu'en théorie c'est toujours facile.

## **De quoi t'as vraiment besoin ?**

Ok.

Un besoin, c'est quoi ? C'est un truc nécessaire à la santé. Maslow avait à peu près fait le tour avec sa pyramide. Au CEETS, on a détaillé un peu plus les premiers étages. Mais en gros, on survit :

- 3 secondes sans vigilance (l'accident con, il arrive vite) ;
- 3 minutes sans oxygène dans nos centres vitaux (ça c'est un vrai besoin) ;
- 3 heures sans pouvoir réguler sa température corporelle (ça aussi c'est un vrai besoin) ;
- 3 jours sans eau potable (un peu plus, un peu moins) ;
- 3 semaines sans manger (à la louche) ;
- 3 mois sans hygiène (l'idée ici c'est de prévenir les infections) ;
- 3 ans sans contact social / appartenance / relations humaines / etc.

On peut aussi ajouter quelques besoins à tout ça, qui sont moins impérieux mais qui — une fois comblés — nous font vraiment du bien. Maslow en parle bien : l'appartenance, la réalisation de soi, et tout ça. J'ajouterais bien, aussi, le contact avec la nature, et du temps pour soi à tout ça, mais j'imagine que c'est différent pour chacun.

Ceci dit, si on est privé d'eau pendant trop longtemps, on meurt. Et donc c'est légitime de prendre des mesures drastiques, quand on en manque, pour en trouver, en obtenir, etc.

Jusque-là, c'est simple.

Maintenant, une envie, c'est quoi ? C'est simple aussi : c'est vouloir un truc qui nous ferait *plaisir*. Quand j'ai besoin d'eau, c'est une chose. Quand j'ai envie d'eau pétillante, et pas d'eau plate, c'est une envie. Que je boive de l'eau plate ou gazeuse, mon besoin d'hydratation va être satisfait de la même manière, ou à peu près. Et si je refuse l'eau plate, même si j'ai soif, parce que je *veux* de l'eau pétillante, c'est un caprice.

Un caprice, en clair, c'est quand on confond une envie avec un besoin, et qu'on prend les mêmes mesures (potentiellement extrêmes) pour satisfaire une envie que pour satisfaire un besoin. C'est quand on agit comme si un truc qui nous ferait plaisir était un enjeu de survie.

S'acheter une télé plus grande (pour regarder de la merde dessus), puis se rendre compte qu'on n'avait pas les moyens de faire ça, et ensuite manger des pâtes au sel jusqu'à la fin du mois. Par exemple.

Ca a l'air tout con et tout simple, dit comme ça, mais si on commençait juste par se centrer sur nos *vrais besoins*, au lieu de compenser avec des produits de consommation bidon, peut-être qu'on se porterait mieux. Et la planète aussi.

La vérité c'est qu'on a souvent des vies de merde, des boulots de merde, et des relations de merde, mais qu'on supporte tout ça en compensant avec des caprices divers. Moi le premier, je fais de la "shopping-thérapie" de temps en temps. Typiquement quand je n'ai pas ma dose de nature, j'achète un sac à dos et je rêve que je me prépare à partir. Aux moments où j'ai assez de temps pour aller dehors, paradoxalement je ne ressens pas l'envie d'acheter des sacs à dos. Je prends celui que j'ai déjà, et je pars avec.

En survie, on a la "théorie du gros", qui dit, en somme, qu'on ne peut pas remplacer une grosse doudoune par un petit gadget. Qu'un gros duvet, une grosse bâche, un gros couteau et une grosse gamelle valent mieux que tous les petits kits de fond de poche de l'univers. Et ça se vérifie, hein. A l'usage. Sur le terrain. Dans le monde réel. C'est pareil pour nos besoins. On ne compensera jamais notre besoin de relations humaines véritables par des nichons en silicone ou par un régime-avant-l-été-pour-avoir-des-abdos-saillants-sur-la-plage. On ne remplacera jamais notre besoin d'air pur et d'eau potable par des téléphones plus performants. Et on ne pourra jamais compenser notre besoin d'avoir des vies qui ont vraiment du sens par une petite dose de gloire sur les réseaux sociaux.

En étant attentifs à répondre vraiment à nos vrais besoins, subitement tout le reste n'est plus si indispensable.

## **La véritable hiérarchie**

Dans une de ses chansons, Richard Desjardins, un immense poète et chanteur Québécois, raconte l'invasion d'un territoire sauvage par des industriels et des dominants, qui se pointent et qui disent "Qui est le chef ici, et qu'il se lève !". Et dans sa chanson, il dit "Et le soleil se leva"...

In fine, la nature aura toujours le dernier mot. Et au-dessus des lois des hommes, il y aura toujours les lois de la physique. D'ailleurs, je prouve bien que je tiens compte de cette réalité quand je laisse un 32 tonnes me griller une priorité à droite. Allez savoir pourquoi, j'ai plus facilement tendance à m'imposer en avançant dans le carrefour quand c'est une smart qui arrive à ma gauche que quand c'est un camion conduit par un *[insérer ici une nationalité sur-représentée chez les routiers et qui vous ferait un peu flipper]*.

Depuis Abraham, les cultures judéo-chrétiennes, ainsi que la culture musulmane, considèrent que la terre a été donnée à l'homme par Dieu pour qu'il la travaille. Qu'on soit croyant ou pas, dans la structure inconsciente de notre représentation du monde, c'est ça le deal.

"La terre appartient à celui qui la travaille."

Si je dis ça tout haut, devant plein de gens, personne ne va me lapider, a priori. Même dans un meeting écolo.

Alors ok, on parle de propriété privée, là, et tout ça. Et je ne vais pas aller dire le contraire au paysan d'à côté, hein. Je me vois mal débarquer chez le mec dont les ancêtres ont défriché la colline, ici, et qui cultive son lopin depuis 11 générations, et qui me vend des légumes, et lui dire "t'es pas chez toi ici". Je n'ai pas envie de prendre un coup de fusil de chasse. Mais quand-même, y'a un truc qui me questionne. Dans les faits je trouve ça bizarre de "posséder" la nature. De se poser, quelque-part, un peu comme supérieur à un truc qui est plus grand et plus fort que nous. Et qui contient plein d'êtres vivants.

Ca pose la hiérarchie à l'envers, je trouve.

Le vrai chef, au final, c'est celui qui donne des ordres, ou c'est celui qui — quand il arrête de coopérer avec le chef — peut priver le chef de ses ressources de survie ? Le vrai chef, c'est le roi ou c'est tous ceux qui lui donnent une part de leurs récoltes et de leurs impôts pour lui permettre un niveau de vie indécent ? Quand les paysans se révoltent, c'est qui le vrai chef ? Est-ce que la vraie hiérarchie, quelque part, ne devrait pas être posée sur les rapports de dépendance ?

Si on suit cette logique-là, le vrai chef sur terre, ben c'est la terre. Et le soleil. Et les lois de la physique. Et la complexité hallucinante de la biologie, des écosystèmes. Le cycle de l'eau. On aura beau rediriger le cours des rivières et harnacher l'énergie solaire stockée sous forme fossile dans les hydrocarbures planqués dans la croûte terrestre, dans les faits on ne fait qu'utiliser les lois de la thermodynamique qui étaient là avant nous, et qui seront encore là après nous.

Notre planète a vu passer déjà quelques extinctions de masse. Quelques glaciations et quelques crises majeures, où des milliards d'individus subitement inadaptés au contexte sont morts très très rapidement. L'extinction des dinosaures, par exemple. La terre se démerdera très bien sans nous. Peut-être même mieux. Nous, sans la terre, on ne peut pas en dire autant.

Concrètement, nous les *homo sapiens*, depuis le paléolithique, quand on "découvre" un territoire, on défonce la diversité biologique qui s'y trouve. On chasse tout, on bute tout, ensuite le néolithique arrive, et on défriche et on cultive, et hop, on se sent chez nous. Et ensuite comme on se sent chez nous, on commence à se battre les uns contre les autres. Normal. Yuval Noah Harari en parle très bien dans son superbe ouvrage anthropologique "[Sapiens, une brève histoire de l'humanité](#)". Avec des chiffres. Des études à l'appui. Genre froidement, comme un bon comptable te dit la vérité que t'avais pas envie d'entendre.

On se comporte exactement comme des putains d'insectes ravageurs.

Alors si on était moins cons, au lieu de s'imaginer qu'on est au sommet de la pyramide alimentaire, là, sur la planète, on devrait prendre conscience que ce sont les bactéries et les insectes nécrophages qui auront le dernier mot. Déjà. Et on devrait arrêter le rapport de parasitisme qu'on a avec nos biotopes. Prendre un peu de recul, et chercher à créer une symbiose. Un rapport gagnant-gagnant entre notre hôte — la planète terre quoi — , et nous.

Ou au moins, si on n'arrive pas à ça, trouver une manière de lui nuire le moins possible. Parce que le parasite qui tue son hôte ou qui le rend malade au point qu'il n'arrive plus à le nourrir, il est juste con. Et suicidaire.

Alors oui, on a un problème, là. Dérèglement climatique ou pas, climatosceptique ou pas, on est en train de tout ravager sur terre. Et il est grand temps que, en tant qu'espèce habitant collectivement un biotope unique — le seul viable pour nous dans ce système solaire, a priori — on se mette d'accord pour arrêter de tout pourrir, nettoyer ce qui peut l'être, et faire gaffe à partir de maintenant.

Vous savez ce que c'est, le triangle plus clair, dans le vert, et tous les petits points marron qu'on voit dans [cette image satellite](#) (mettez bien le calque satellite pour voir les photos) ? Ce sont des "clairières" créées par l'homme, dans la forêt boréale de l'endroit où j'ai grandi. La Gaspésie. Le triangle vert clair fait près de 30km de haut par 15 de large. Zoomez sur les petits points marron, autour.

Tout est défriché.

Sur les coupes plus récentes, la loi oblige à laisser des lisières de reboisement. Heureusement. Mais tous ces hectares, ils vont mettre des décennies à repousser.

Il y a 25 ans, le milieu de cette image aurait été totalement vert. Uniformément vert. C'était de la forêt primaire. A perte de vue. Aujourd'hui, cette forêt a été littéralement dévorée par des abatteuses. Et des semi-remorques descendent des tonnes et des tonnes de troncs jusqu'à la côte, tous les jours. On en fait essentiellement de la pulpe, pour produire du papier, pour imprimer des conneries sur des tabloïds américains, de la pub, et des trucs de merde.

Au milieu de tout ça, il y a la rivière où j'ai appris à nager et à pagayer. A l'époque on pouvait boire l'eau dans laquelle on nageait, tellement elle était pure. Aujourd'hui, je sais pas. J'ai peur d'y retourner, j'avoue.

Ok, ok. Ca crée des emplois (sous-payés et dangereux). C'est bien pour la région, qui en a bien besoin. Mais un jour il va falloir qu'on se rende compte que le modèle économique dans lequel on est, et qu'on pense ne pas pouvoir changer, est tout aussi débile que de simplement scier la branche sur laquelle on est assis.

Et non, je ne pense pas qu'on puisse individuellement changer la donne. C'est un problème planétaire. Et la solution devra bien être globale, ou en tout cas la plus vaste possible. Et d'ici là, je veux bien commencer par donner l'exemple et faire mon petit bout d'effort à moi :

1. arrêter de penser que je vais être plus heureux en achetant des trucs en plus, et prendre plutôt soin de combler mes véritables besoins (qui vont surtout dans le sens d'avoir des trucs en moins, bien souvent) ;
2. acheter en priorité du local, bio, et de bonne qualité, quitte à payer plus cher (consommer moins mais mieux) ;
3. prioriser le seconde main, le recyclage, le bricolage, la réparation de ce qui existe déjà ;
4. voter avec mon argent pour quel monde je veux voir émerger, quoi...
5. ramasser des déchets dans la nature, au lieu d'en jeter ;
6. trouver de vraies solutions, plutôt que de mettre un coup de peinture sur un mur lézardé ; par exemple opter pour du télétravail — ou vivre moins loin du boulot — plutôt que d'opter pour faire mes 80km par jour en voiture électrique...
7. chercher de la cohérence dans ma vie à moi plutôt que de me donner bonne conscience en faisant la morale aux autres ;
8. commencer à penser notre vie en "nouvelles tribus", avec des liens de proximité réels, mais aussi en réseaux, grâce à Internet : échanger des infos sans bouger, et créer du lien humain sans interface digitale par ailleurs.
9. etc.

La seule issue, ça va être l'amour de la nature et la frugalité. Et on va y arriver, de gré ou de force. Personnellement, je préfère m'y préparer dès maintenant, en commençant tout de suite. D'autant que ça me libère de mes carcans, de mes bulles matérielles, et que ça m'aide à me reconnecter aux humains qui sont autour de moi.

## Réappropriation

Alors mea maximum culpa. Ce chapitre est à 90% du réchauffé pur et dur. Il est tiré tout droit, d'un coup de copier-coller, de [mon blog](#). J'ai juste changé trois virgules, une coquille, et deux dates et un bout de paragraphe. Mais pour tous ceux qui n'ont pas déjà lu, je trouve que c'est vraiment dans le sujet.

Et aussi, après le chapitre sur la théorie et la pratique, j'espère que ça redonne un peu d'optimisme à ce bouquin qui, sinon, serait vraiment juste triste. Même si on a des raisons de se mettre un ou deux #facepalm, en réalité il y a aussi des trucs vraiment positifs et encourageants, dans le concret. Des gens qui se bougent. Des gens qui créent des trucs géniaux dans l'ombre. Sous les herbes.

En 1998, alors que j'étais un jeune et pète-couilles « chercheur » en sciences sociales, j'avais pondu un texte très mal accueilli sur les changements civilisationnels qui allaient être induits par la démocratisation d'Internet. Etant alors focalisé, de par mes préoccupations du moment, sur les moyens de diffusion, j'entrevois un renversement d'iceberg qui allait — lentement mais sûrement — faire chavirer le Titanic occidental.

20 ans après, les faits me donnent peu à peu raison... et même si concrètement cette révolution de fond a commencé bien avant Internet, le fait est que c'est en marche. Et que ça se fera.

Les gens sont en train de se réapproprier le pouvoir sur tous les aspects importants de leur vie. Petit à petit.

Si on devait utiliser un seul mot pour définir la période charnière que nous sommes en train de traverser, c'est « réappropriation ». Nous sommes, nous « le peuple », en train de reprendre graduellement les rennes de nos vies. Nous sommes en train de rompre, ligne par ligne, le contrat social passé par nos ancêtres, pour en redéfinir tant bien que mal un nouveau.

Le contrat social, notamment en France et dans la plupart des anciens systèmes monarchiques (à l'exception de la Suisse qui a amorcé ce tournant il y a plusieurs siècles), a culturellement été le suivant : un pouvoir central relativement fort assure l'ordre et la survie du peuple. En échange de ces garanties, le peuple accepte de ne pas maîtriser son destin, de ne pas jouir pleinement de sa liberté (ni d'assumer pleinement les responsabilités et les risques qui vont avec). Évidemment il y a plein d'exceptions. Mais on voit quand même une tendance massive allant dans ce sens là depuis des siècles.

Ainsi, malgré la Révolution Française et malgré le fait que nous sommes dans une forme de gouvernement dite « démocratique », en France le peuple n'est PAS souverain. C'est le pouvoir central, divisé en trois branches (législatif, exécutif, judiciaire) qui l'est. Dans les faits, j'ajouterais un 4e pouvoir à ces trois branches : le pouvoir financier, qui est intimement lié à la souveraineté de l'État comme l'était auparavant le pouvoir Religieux. Mais c'est un autre débat. Le pouvoir central, l'État souverain, délègue des petites parties de son

pouvoir, au compte-goutte, à des gens qu'il cherche à contrôler par tous les moyens par ailleurs. On le voit très clairement avec les fonctionnaires de police ou les gendarmes qui ont tellement souvent « l'honneur de rendre compte » qu'ils osent de moins en moins utiliser la force, même quand c'est justifié (ce qui n'empêche pas qu'il y ait des abus par ailleurs, mais ça aussi c'est un autre débat).

Le peuple, dans les faits, ne décide de rien... ou presque. On lui donne l'illusion du choix via des élections qui reviennent, pour faire un parallèle avec les échecs, à avoir collectivement le droit de jouer deux pions tous les cinq ans, alors que le pouvoir central joue librement ensuite en touchant toutes les pièces, y compris les nôtres, le reste du temps.

Jusque-là, ça tenait plutôt bien. via le contrôle de l'information, via le contrôle de la formation, aussi, les États arrivaient à formater suffisamment bien les esprits pour que tout ça tienne à peu près. Et l'abondance des 30 glorieuses aidait beaucoup, aussi. Ça ne se faisait pas forcément de manière délibérée ou consciente (on en parlera plus loin). Mais ça revenait *de facto* à cela.

Mais de nos jours, il y a une grosse couille dans le potage. Devant la faillite de plus en plus réelle de l'État à assurer ses fonctions et à remplir sa part du contrat social (assurer la survie et le bien-être du peuple), les gens se questionnent. La manipulation des réseaux sociaux par pleins d'acteurs, nationaux ou internationaux, n'arrange rien. Et les gouvernements perdent de plus en plus leur légitimité, en même temps que les citoyens se déresponsabilisent, et/ou quittent le navire pour créer des solutions locales plus ou moins tolérées par le pouvoir.

Une frange, d'abord minime et marginale, de la population s'est intéressé aux compétences nécessaires pour vivre bien *sans* le concours de l'État. Menacé dans son rôle, et de fait dans sa survie, l'État réagit depuis quelques années en limitant graduellement les libertés d'action de chacun. Il le fait par la législation, et massivement par la normalisation d'absolument tout. Tout devient normé, standardisé, compliqué à un point qu'il est nécessaire de faire appel à différentes strates de spécialistes (du juriste au normo-compétent) pour mener à terme n'importe quel projet. Installer un cabanon de plus de 8 mètres carrés ou une piscine dans son jardin devient un véritable parcours du combattant. Créer une entreprise est devenu un chemin de croix. La faire survivre trois ans, un exploit... Tous ces mécanismes sont des tentatives systémiques, pour l'État, d'assurer sa survie. Et ce qui est splendide dans cette structure tricéphale est qu'aucun acteur central n'a la capacité de prendre la décision de nous pourrir la vie de manière cohérente et structurée. C'est un système auto-organisé tout bête, reposant sur un algorithme ultra-basique : chaque fonctionnaire, cherchant à maintenir son emploi, a des comportements qui orientent, globalement, le gros Titanic vers une réduction progressive de la marge de manoeuvre des « contribuables ».

**Un citoyen sans fusil, c'est un contribuable**

Oui, je sais, ça va en choquer plusieurs. Mais tenez bon deux secondes, je vais expliquer le fond de ma pensée ;)

(et non je ne pense pas qu'il soit sain que tout le monde en France ait accès librement aux armes à feu aujourd'hui... ça marche en Suisse, avec la culture Suisse... en France, je n'y crois juste pas)

La différence fondamentale entre le citoyen et le contribuable, ça n'est pas le fusil. C'est le *droit* d'en avoir un. Et ce droit existe uniquement quand il n'est pas supprimé par un pouvoir central. Un contribuable n'a pas de pouvoir. Il n'a pas le droit d'exercer du pouvoir, ni des responsabilités. Il peut batifoler à l'intérieur d'un cadre normatif et juridique strict, défini par le législatif, imposé par l'exécutif, mais n'a ni le droit ni le pouvoir d'influencer ou de changer ce cadre législatif. Ni par le dialogue, ni par la force.

Le fusil, le fait de *pouvoir* posséder un fusil, c'est avant tout le symbole de cela. Un gouvernement qui autorise son peuple à devenir un réel contre-pouvoir jusque-là est, de fait, dans une position de dialogue et de respect mutuel avec le peuple. Et le fait d'interdire au peuple de s'armer constitue, dans les faits, bien plus un désarmement moral et symbolique qu'un désarmement réel.

Pas un repas entre amis, pas une réunion de famille, pas un seul moment passé en groupe, depuis que je suis arrivé en France (en l'an 2000 !), qui ne se termine pas en critique massive du système. Depuis exactement 19 ans, j'entends les mêmes ras-le-bol... et petit à petit, plutôt que de lancer une révolution violente, tous ces gens se mettent à bricoler dans leur coin. Chacun à leur manière, mais avec tous, sans le savoir, ce même esprit de réappropriation au fond du coeur. Au creux des mains.

Les gens veulent reprendre le pouvoir sur leur vie. Et les exemples foisonnent :

- les magasins de bricolage et d'outillage voient leurs chiffres d'affaires exploser depuis plusieurs années... au début on a cru que c'était à cause du coût de la main d'oeuvre, mais c'est plus que ça. C'est aussi parce que les gens veulent construire leurs trucs eux-mêmes, selon leur goût...
- les cours de self-défense se répandent et se démocratisent (avec toutes les dérives possibles, évidemment) : les gens ne veulent plus dépendre de la police pour assurer leur protection, parce qu'ils sont bien conscients qu'elle ne peut pas tout faire, et qu'elle ne peut pas être partout...
- les gens se remettent au tir... et pas uniquement pour faire des trous dans du carton. Ils veulent apprendre à tirer pour avoir une arme en règle à la maison. Pour pouvoir chasser et se défendre au besoin.
- les gens se remettent à faire pousser des trucs chez eux. Les micro-élevages de poules sont en train d'exploser. La permaculture, l'agriculture bio et les AMAP foisonnent...
- les gens s'intéressent aux médecines alternatives, essaient de comprendre (parfois maladroitement, et les charlatans en profitent)

comment fonctionne leur corps, comment se soigner... parce qu'ils voient dans la médecine occidentale trop de chimie profitable aux labos, et pas assez de bienveillance...

- les gens se mettent à faire du sport chez eux : le développement massif des "home gyms" en atteste... Pour les autres, ils quittent de plus en plus les salles de gym traditionnelles et se remettent à faire des activités dont la philosophie est davantage « open source » : libre et ouverte. Le crossfit (malgré ses dérives commerciales) est issu de ce genre de mouvement où des gens ont voulu « hacker » leur préparation physique et se la réapproprier avec du matériel facile à trouver (les débuts du crossfit, c'était des pneus usés, des masses, des câbles... de temps en temps un train arrière de pick-up... beaucoup de matériel de récupération avec une méthodologie qui envoyait valser tous les principes théoriques au profit du constat empirique que ça fonctionnait bien ! ) ;

Bref... déçus par l'immobilisme et parfois l'aspect un peu pervers de beaucoup d'institutions, d'activités, de branches de leurs existences, les gens bricolent, inventent, et partagent leurs trouvailles via les réseaux sociaux, Internet, et autres. Et cette possibilité de diffuser internationalement ses trouvailles (et ses selfies débiles aussi) permet non seulement à des communautés d'esprit très étendues de se rencontrer, mais aussi à une coopération globale d'émerger pour régler des problèmes bien concrets...

Les gens, grâce à ce partage et à cette mise en commun, retrouvent du pouvoir sur leur vie... et donc plus de liberté.

Internet est probablement sur le point d'être de plus en plus contrôlé un peu partout dans les pays centralisateurs... ça se fera comme toujours pour de bonnes raisons, avec des effets secondaires et des dommages collatéraux inacceptables que la majorité fera semblant d'accepter. Mais les alternatives sont déjà en marche. Les peuples ont goûté à la liberté... et les États qui survivront à cela seront ceux qui participeront à ce mouvement. Pas ceux qui tenteront de l'étouffer.

Le monde est désormais open source. Le monde est désormais « bottom up ». L'avenir de l'humanité commencera tout en bas de la pyramide, et il poussera en cercles bienveillants sous la structure. Ces cercles de « 5% » seront là quand les gros édifices étatiques fondront comme autant d'icebergs au soleil.

J'espère que cette bascule se fera sans trop de heurts. Je crains que la crise ne soit rude. Je crains que beaucoup de résistances des États provoquent des ruptures et des conflits. Je crains que l'apparente absence de pouvoir central ne tente certains de reconstruire un pouvoir central qui leur plairait mieux. Peut-être que le cycle recommencera. Peut-être que j'ai tout simplement tort sur tout la ligne.

L'avenir nous le dira...

Ce que je sais, c'est que les centaines de personnes qui viennent en stage de survie chez moi tous les ans ont exactement tous cela en commun : ils veulent des outils pour se tenir debout tous seuls, et ainsi pouvoir contribuer à la société de manière citoyenne et solidaire. Parce que paradoxalement, la solidarité est alimentée par l'autonomie de chacun. Quand chacun a plus de solutions que de problèmes, il peut donner un peu de ses solutions à ceux qui en manquent.

Messieurs, mesdames les chefs d'État, les grands de ce monde, je vous en supplie, comprenez la lame de fond qui est en marche. Ce changement est déjà en marche. Ce monde a déjà changé. Il est de votre responsabilité d'accompagner ce tsunami avec lucidité et bienveillance... il faudra tout réinventer graduellement. J'espère que nous y arriverons, à l'échelle planétaire, pour le bien commun de tout ce qui vit sur cette petite, ridiculement petite, planète.

## **Pourquoi je fais tout ça ?**

Il y a bientôt une vingtaine d'années, mon "tonton" de coeur, Norman W. Molhant, me donnait une des clés qui allaient guider toute ma vie. Une sorte de morale minimaliste mais utilisable, que j'allais appliquer à partir de là pour trier plein de choses.

En gros, il me disait à l'époque, qu'il utilisait un critère simple pour guider ses choix : si ça prolonge la vie, c'est bien, et donc je peux le faire. Si ça nuit à la vie, c'est pas bien, et donc j'essaie de ne pas le faire.

Alors le truc, c'est que pour plein de choses, on ne sait pas trop. Et on peut tergiverser longtemps sur ce qui est rentable pour prolonger la vie, et ce qui ne l'est pas. Mais bon globalement, y'a quelques trucs évidents, quand-même, où on est à peu près sûrs de ne pas se tromper. Et l'apaisement des humains, le développement de liens de coopération sains entre eux, la conscience de notre impact sur la planète et les pistes pour faire de nous des garants de la biodiversité et de la survie de notre propre biotope, pour moi ça fait partie de l'option "prolonger des vies".

Et c'est un peu ce que je cherche à faire avec ce livre.

## **La guerre des sexes, la puissance individuelle, la liberté, la sécurité, et le bétail**

Ok. Je vais me faire quelques ennemis de plus. Comme disait si bien Churchill, c'est bon signe, d'avoir des ennemis. Ca veut dire qu'on a eu au moins une fois le courage de se positionner vraiment, dans la vie.

Les carpettes n'ont pas d'ennemis. Les paillasons non plus.

Être un homme, les gars, c'est bien plus compliqué que d'être juste un mâle. Et mesdames, la différence entre un homme et un mâle, c'est pas non plus d'être juste un peu féministe. Ca va plus loin que ça.

La plupart des mecs que je connais, dans ce monde, ils galèrent avec leur part virile. Leur part animale. Ils ne savent pas quoi en faire. Ils ne savent pas comment lui faire une place dans ce monde où la force, la rudesse, la testostérone sont de plus en plus perçues comme des archaïsmes. En tout cas, c'est mon cas à moi. Je me sens en trop dans ce monde que je sens de plus en plus dominé par les fragiles, en gros. Et par fragile, je ne vise pas un groupe en particulier, hein. J'ai juste l'impression d'être un vélociraptor qui habite dans un poulailler. Et quand je croise des copains vélociraptors, on se reconnaît, et on boit des bières à la santé du bon vieux temps. Celui où on pouvait encore boire dans le crâne de nos ennemis.

Maintenant c'est interdit. Les crânes c'est pas aux normes.

C'est vrai quoi. A quoi ça sert, aujourd'hui, d'avoir une masse musculaire importante ? Plus de force, d'agressivité, de testostérone ? A quoi ça sert, concrètement, de pouvoir casser des têtes, quand on est assis derrière un ordinateur, bien sage derrière une cravate ?

Dans un monde où la violence dite légitime est le lot d'une toute petite minorité de fonctionnaires — qui sont tenus par des règles d'engagement très strictes, sous le contrôle de l'État centralisé — à quoi ça sert encore d'être fort ? D'être même en mesure de se défendre dans un cadre légal de plus en plus contraignant, et qui défavorise l'autonomie, qui criminalise très facilement celui qui se défend lui-même ?

Alors OK. Je suis super mal placé pour me lamenter. J'ai des testicules, je suis plus ou moins blanc, j'ai une grosse masse musculaire, je gagne assez de sous pour mes factures, j'ai un diplôme ou deux, et de fait — que je le veuille ou non — je fais partie d'un groupe dominant, sur la planète comme dans ce pays. Et que je le veuille ou non, la situation est à mon avantage. Et donc au quotidien, même si je n'ai rien fait pour me retrouver en situation de dominance, *j'en profite*. De facto.

Et mon but ici, c'est pas de revendiquer mon droit à dominer encore plus. Non. Mon but ici, c'est qu'on se rende compte que ça n'est pas en nivelant tout par le bas qu'on va arriver à grand chose de constructif.

A force de castrer tout le monde, de déresponsabiliser tout le monde, et de vivre sous le diktat de la dépendance au service public et du bonheur doux et obligatoire, on détruit la diversité des idées, des opinions, des valeurs. On nie tout débat réel. On aplanit les antagonismes. On traite les gens comme du bétail quoi.

Le bétail, on le gère. On le castre. On le traite.

Alors moi j'aimerais qu'on regarde un peu comment on en est arrivé à enfermer les femmes dans des rôles de mères dociles (sois belle, tais-toi, et laisse-toi traire). Et comment on cherche à castrer les mecs pour qu'ils soient un peu plus faciles à gérer. Et comment, au final, on en est venus à troquer notre liberté contre un semblant de sécurité.

Mais pour ça, je vais devoir faire un long détour. Et je vais repartir de la pré-histoire. Et de la biologie de base.

## La biologie de la guerre des sexes

À la base, nous les humains, on est des grands primates. Et on porte tous en nous — hommes comme femmes — un programme hyper prioritaire de reproduction de l'espèce. On peut le voir et l'assumer, ou le nier, ou le sublimer, mais quoi qu'on en dise on a tous en nous des forces pulsionnelles très puissantes qui ont pour simple et unique but de nous pousser à faire des petits. Sinon l'espèce s'arrêterait. Et donc, chaque individu de chaque espèce (sauf quelques exceptions qui ont une fonction différente), depuis toujours, porte en lui la mission de survivre assez longtemps pour faire des petits viables.

Dans les groupes de grands primates, assez souvent, le seul qui peut légitimement se reproduire, c'est le mâle dominant. Et je ne serais pas surpris que ça ait fonctionné comme ça au moins pendant une période, au cours de notre évolution. Ça expliquerait, en tout cas, pourquoi tous les hommes de la planète ou presque cherchent sans arrêt à incarner la dominance. Physique, intellectuelle, financière, groupale, peu importe. Mais c'est tellement présent chez nous — culturellement comme de manière innée — que je me pose sérieusement la question. En tout cas l'hypothèse me semble intéressante.

Sauf que ça n'est pas si simple.

Chez l'humain — dont les petits ont besoin de soins attentifs et permanents pendant minimum trois ans avant de ne pas constamment être en danger de mort, même dans nos mondes normés et sécurisés — c'est carrément avantageux d'avoir (au minimum) deux personnes pour s'occuper d'un bébé. Avec deux parents investis, les petits — en tout cas dans la nature où on a évolué — avaient plus de chances de survivre, et de se reproduire à leur tour.

Bien, maintenant j'ai un scoop, les gars.

Chez presque toutes les espèces animales, et aussi chez l'humain, ce sont normalement les FEMELLES qui choisissent le mâle avec lequel elles vont accepter de se reproduire. Si on sort de ces histoires de mariages arrangés, de viols ou de coercition, si on laisse les individus choisir, *ce sont plutôt les femelles qui décident*, en fait.

Parce que les femelles sont sélectives. Bien plus que les mâles.

Nous, biologiquement, on est partants pour distribuer nos gènes largement. Ça ne nous coûte pas grand chose. C'est même bon pour notre santé d'éjaculer régulièrement, paraît-il.

(Tu fais quoi, mon chéri ? Euh, je réduis mon risque de cancer de la prostate. Histoire d'être sûr de finir de payer le crédit de la maison.).

La nana, elle, non seulement elle a seulement environ 300 ovules pour toute sa vie, mais en plus chaque ovule fécondé, pour elle, aura un coût — ne serait-ce que physiquement, le temps de la gestation et de l'éventuel allaitement — beaaaauuuuucoup plus important. Et donc les femmes portent en elles, outre la pulsion de se reproduire, une sélectivité énorme. C'est important — biologiquement — pour elles d'avoir le *choix*.

Si on regarde, déjà, au niveau cellulaire ce qui se passe, chez les mammifères, on a typiquement UN ovule, énorme par rapport aux innombrables spermatozoïdes, qui est posé là et qui attend. Tranquille. Et tout un tas de petits mecs ultra-motivés pour se bouger. Et rentrer. Ils se dépêchent d'arriver et ils toquent à la porte.

Contrairement à ce qu'on racontait depuis longtemps, ça n'est pas juste le premier arrivé qui féconde l'ovule, hein. L'ovule se trouve en présence de — en général — quelques dizaines ou quelques centaines de "premiers", et il en laisse rentrer *un*. Ça se fait sur la base de critères qui sont encore mal connus, et avec des mécanismes obscurs, mais il semble que l'ovule sache choisir le spermatozoïde qui comporte le matériel génétique le plus DIFFÉRENT de lui. Et donc le plus complémentaire génétiquement.

Ok. Maintenant, revenons à nos grands primates civilisés.

Vous voyez la tendance : les mecs, en vrai de vrai, ils veulent généralement niquer tout ce qui a des caractères sexuels secondaires attractifs. Un rapport taille/hanches précis. Des gros mamelons bien formés. Éventuellement des nichons abondants. Et tout ça.

Les nanas, elles, elles ont une tâche bien plus complexe. Biologiquement, il leur faut un bon reproducteur, donc un mâle avec des caractéristiques physiques qui vont être des indices de virilité. Mais elles ont aussi besoin d'intelligence pratique, de créativité, et de bonne santé. Le mâle qui va assurer des bons gènes aux minots, quoi. Et dans notre monde, dans notre société, il leur faut *en même temps* un mâle qui soit capable de s'investir dans les soins dont vont avoir besoin les bébés, qui soit présent, sécurisant. En gros, qu'il soit capable de coopérer avec elle pendant au moins un petit moment, genre 3 ans. Ou 20. Ou 30, si le petiot veut faire un post-doctorat. Elles veulent une brute, mais apprivoisable. Elles veulent un barbare gentil. Un dominant qu'elles vont pouvoir dominer.

Et ça ne court pas les rues, les mecs comme ça. Forcément.

Bref, les nanas sont sélectives. Ça a du sens, biologiquement, et ça se décline dans toutes les strates de leur existence, du plus primaire et physiologique au plus symbolique. De la même manière que nous, les mecs, on cherche à incarner la dominance pour *être choisi* par une femme et ses ovules, les femmes, elles, cherchent à incarner *le fait d'avoir le choix*.

Sauf que.

... on a gravement biaisé le système. Depuis environ 9000 ans.

## Comment (je suppose que) c'est parti en couille...

À la préhistoire, avant l'agriculture, au paléolithique, la vie sociale et la coopération pour assurer la survie des petits étaient — semble-t-il — essentiellement organisées autour des mères. Sûrement pas partout, et sûrement pas tout le temps, mais ça semble être le modèle qui dominait jusqu'au néolithique. Et oui, j'avoue, je spécule pas mal, comme tous ceux qui essaient de déduire comment étaient des modes de vies à partir des seuls artefacts imputrescibles qu'on ait retrouvés enterrés un peu partout. Donc, j'admets, je confesse, tout ça c'est une simple hypothèse. Mais je la trouve utile, alors j'en parle :

Je ne vais pas utiliser le mot "matriarcal", parce que le suffixe "-arcal" implique le pouvoir politique. Et que je ne suis pas sûr qu'il y ait eu, à cette époque, d'organisations politiques basées sur le pouvoir et la violence légitime, comme aujourd'hui. Il y avait sûrement des bagarres, et des bastons, et de temps en temps des différends au sujet d'un bout de cuisse de mammouth, des faveurs d'une jeune femme ou d'un regard de travers, mais ça n'avait probablement pas d'incidence sur l'organisation sociale, ni sur la répartition sexuelle du travail, ni sur les statuts de chacun.

Au paléolithique, je suppose — du haut du peu d'infos qu'on a, et sur la base du croisement avec les modes de fonctionnement des peuples premiers qu'on peut encore rencontrer — que les femmes et leurs enfants étaient une sorte de centre de gravité autour duquel plein de satellites vivaient à des distances et des degrés, avec des niveaux d'implication variables : des hommes, des fils, des frères, des oncles étaient là ou pas. Et tous ces "sympathisants", plus ou moins loyaux à la grand-mère et à la mère, contribuaient possiblement à fournir des bons soins et de la nourriture à tout un groupe. Ce groupe était plus ou moins flexible et auto-organisé, en fonction des besoins du moment et des élans de chacun. Et des mythes fondateurs. Et des traditions.

Au paléolithique, on vivait probablement en "tribus" de 5-10 à 100-150 personnes maximum, constituées par le regroupement d'une ou plusieurs mères et grands-mères. Comme les enjeux de filiation n'existaient pas réellement (puisque les mères sont sûres d'être les mères, contrairement aux pères), les règles rigides de monogamie étaient probablement beaucoup moins prégnantes qu'aujourd'hui. Pour simplifier : quand les petits sont les enfants

de la tribu, au final on peut en faire avec qui on veut, et on les aime tous plus ou moins, selon les affinités. De quoi faire dresser les cheveux sur la tête à pleins de gens, hein. Mais il est fort probable que l'humanité ait fonctionné de cette manière là pendant très, très longtemps. Et que les enfants étaient pris en charge par un peu tout le groupe.

Et il est possible aussi que les mères, pouvant compter sur le soutien de tout un groupe pour prendre soin des petits, pouvaient se permettre de choisir des mâles ultra-virils comme partenaires sexuels, sans devoir trop s'inquiéter de leur participation à l'éducation par la suite. Et donc, il est probable qu'au paléolithique les hommes se soient ouvertement battus entre-eux pour marquer leur dominance, et donc être choisis par les femmes, sur des critères simplissimes de force brute, et de virilité bien basique. Des considérations plus complexes devaient probablement aussi être prises en compte, comme le statut social, la générosité, les compétences, les critères de beauté de l'époque et du lieu, on n'en sait rien... mais les femmes avaient probablement le choix, purement et simplement, et ne devaient sans doute pas tenir compte du fait que les mâles avec qui elles se reproduisaient allaient aussi devoir être ceux qui devaient s'occuper des bébés, payer le crédit et être fiables. Parce que toute la famille élargie était là, autour d'elles.

Donc, en gros, les mâles pouvaient être aussi cons et virils qu'ils le voulaient. Les femmes, elles, avaient le choix. Tout le monde était (biologiquement) content, quoi.

Les relations humaines existaient sur des bases simples de coopération pour la survie, et l'abondance relative dans laquelle vivaient les sociétés primitives (qui pouvaient normalement subvenir aux besoins de tous en travaillant entre 2 et 4h par jour, sauf pendant les périodes de bouleversement des biotopes) donnait plein de temps pour profiter de la vie.

Et puis, petit à petit, un mode de vie différent s'est imposé : l'agriculture.

On s'est aperçu que ça pouvait être avantageux de favoriser, dans la nature, la pousse de certains végétaux qu'on aimait bien. On a mis en place une sorte de proto-agriculture, on a vu que ça marchait bien, que ça facilitait la cueillette des trucs qu'on préférait, et on a probablement voulu pousser le modèle plus loin. On s'est mis à re-semer, à travailler, à récolter. Puis à défricher un peu pour faire ça en plus grand. De plus en plus. Jusqu'à pouvoir stocker, et donc potentiellement éviter les périodes de disette. On a commencé à capturer des animaux vivants et à les parquer pour les manger plus tard. Bref, on a commencé à accumuler des trucs utiles pour mourir moins souvent. Et comme on a commencé à stocker, on a commencé à se dire qu'on pourrait peut-être aller piquer les stocks du voisin. Et que le voisin pourrait aussi nous piquer nos trucs à nous.

Logique.

Et là, tout a basculé.

D'une logique auto-organisée, basée sur la coopération libre, on a commencé à devoir travailler beaucoup plus, et à stocker, et à devoir protéger ses stocks, et aussi ses cultures. La vie d'agriculteur est peut-être plus prévisible (quoi que), mais elle est aussi bien plus éprouvante que la vie de chasseur cueilleur. Et donc on a commencé à dire "ça c'est à moi". Parce qu'on avait bossé pour l'obtenir, et qu'on n'avait pas envie de se le faire piquer.

Logique aussi.

Et la virilité concurrentielle des mâles a trouvé là un terrain génial pour s'exprimer. Et les conflits ont commencé. Et les hommes — mieux adaptés à la bagarre — sont devenus à la fois une menace pour les stocks des autres, et une ressource incontournable de protection pour les stocks de leur propre groupe. Jusque-là, les éléments indispensables de la survie des groupes étaient les ventres des femmes. Et désormais, les éléments encore plus indispensables à la survie des femmes et de leurs ventres étaient les hommes, et leur capacité à combattre.

Et donc, de fait, les stocks étaient à eux.

Et les terres cultivées aussi.

Et les femmes aussi.

Et on a vu apparaître, fort probablement, le premier système paradoxal "protection-coercition" du monde. Je te protège, donc tu fais ce que je te dis. Et là, d'un coup, le suffixe "-arcial" il prend tout son sens.

Comme la terre appartenait aux hommes, en toute logique, ils voulaient que leurs enfants (mâles) en profitent (et pas ceux du voisin). Et de fait, ça a posé un problème de filiation. Comment je sais que ce merdeux c'est vraiment le mien ? Et de là on a trouvé une solution évidente : on a imposé la fidélité et la monogamie aux femmes.

"Tu couches avec un autre mec ? Ok. Tu dégages, et je te protège plus". Tu te feras violer par mes collègues. Ceux de qui, jusque-là, je te protégeais et qui subitement se révèlent être des alliés précieux dans un système implicite de coopération dans la menace.

Je menace les cultures, les stocks et la (les) femme(s) du voisin, et il les protège. Et de fait je légitime son statut de protecteur dominant. Et il fait pareil pour moi. Et mon ennemi, en réalité, est un allié précieux qui me permet de maintenir mon statut social. Et en plus j'ai ma conscience pour moi. Je suis le protecteur puissant et noble.

Et le patriarcat était né.

Sauf que si on y regarde bien, on est passé d'un système gravitant autour des mères et de la coopération plus ou moins libre, où on pouvait glander 20h par jour et exprimer pleinement qui on était biologiquement... à un système laborieux de concurrence pour l'espace, via la force de travail de tous, et les forces en présence aptes au combat. Si le village voisin a 5 fils chaque année et que nous on en a 20, d'ici 15 ans on les défonce et récupère leur territoire, leurs femmes et leurs stocks. Et donc les ventres des femmes, et aussi leur force de travail d'ailleurs, ont été mises au service du modèle agricole, territorial, et patriarcal.

Bon ok, je spécule beaucoup (la paléo-anthropologie est l'art de spéculer finement, si on est honnêtes) et je simplifie sans doute énormément la réalité. Mais à partir de l'agriculture, on a vraiment vu la densité démographique augmenter. Et les épidémies arriver. Et la guerre se généraliser. Les archéologues ont retrouvé, notamment en Europe, des fosses communes immenses où on a entassé, au début du néolithique (donc de l'agriculture), des centaines de cadavres. Certains s'étaient défendus, d'autres pas. On a retrouvé des restes de palissades, de systèmes de défense, d'armes... c'était parti, quoi.

Le monde d'aujourd'hui est essentiellement une déclinaison plus évoluée techniquement de ce modèle-là. Les nobles au Moyen-Âge faisaient à peu près ça : je menace tes serfs, tu les protèges, et vice-versa. On se serre les coudes en se mettant sur la gueule. Et si aujourd'hui on a encore des armées et des gouvernements, c'est parce qu'un pays sans armée serait envahi par son voisin. Donc en fait les élites politiques dépendent, pour avoir un statut d'élite politique, de la menace du méchant dictateur machin, ou du voisin qui nous déteste depuis toujours. Et de frontières bien délimitées.

Bref, petit à petit ce système de base là, mis en place au néolithique, a évolué, s'est structuré, s'est affiné. Les entités politiques ont grossi, passant de cités-états à des territoires plus vastes. La religion s'en est mêlée. Les royaumes et les nations sont apparus. On a voulu rendre ça plus juste. On a viré les nobles et on les a remplacés par des businessmen. Aujourd'hui, on élit nos gouvernants. On vote, on a le droit de manifester notre mécontentement, et de dire tout haut qu'on n'est pas contents (sans que ça change grand chose), mais dans les faits la structure de base (propriété/enjeux — coercition/protection) reste la même.

Et du coup, au final, on se retrouve avec une caste de dominants qui se réserve le pouvoir avec des versions super élaborées de ce truc de protection-coercition, qui doivent, pour rester en place, avoir le monopole de la violence légitime. Et on a des hommes qui sont taillés pour la bagarre mais qui doivent nier leur part agressive. On a des femmes qui aimeraient bien choisir des mâles virils pour se reproduire, mais qui sont isolées dans un système très fragmenté de coopération pour la survie, coincées dans une cellule familiale avec un seul mâle, et peu de soutien en dehors de lui. Et qui du coup cherchent des mâles virils-dociles. Et qui, à force d'être asservies, dépendantes, se rebellent et revendiquent leur pouvoir de femmes : celui d'avoir le choix, et d'avoir du soutien autour de ce choix.

Et on vit ce grand écart permanent entre notre biologie et nos contraintes sociales. Entre notre puissance individuelle, notre liberté, et des modèles d'organisation territoriales et sociales qui sont basées sur la propriété et la concurrence, plutôt que sur la coopération et l'appartenance à un biotope.

Tu m'étonnes qu'on aille tous mal.

Alors la question, du coup, c'est "qu'est-ce qu'on fait ?"

## Recréer des relations saines

Aujourd'hui, les femmes sont en train de reprendre les choses en main. Et elles ne le font pas seulement via les mouvements #metoo et tout ça. Ces condamnations et ces revendications, selon moi, sont seulement l'étincelle qui leur permettra de vraiment changer les choses. D'identifier un ennemi commun et de sortir du silence avec les #metoo et les #balancetonporc sont une superbe occasion pour les femmes de recréer des relations entre elles. De se retrouver. De tisser des liens de coopération sains.

Aujourd'hui, on voit les cercles de femmes, les lieux d'échange, les espaces de coopération renaître. Les femmes, trop longtemps isolées et dépendantes, se réunissent en sororités de toutes sortes, et elles recréent de la coopération, à un niveau idéologique mais aussi à un niveau concret. Ça a pour effet de leur permettre de ne plus dépendre d'un homme pour survivre, ou pour pouvoir s'extraire suffisamment pour travailler, créer une activité, seules ou à plusieurs. Elles retrouvent de l'espace, des ressources, du sens. Et je trouve que c'est une excellente nouvelle pour elles comme pour nous.

Mon humble avis, c'est que :

- à force de nier la biologie de tout le monde, elle s'exprime de manière détournée et perversie ;
- il est grand temps de voir cette biologie en face, et d'en tenir compte pour pouvoir l'utiliser pour ce qu'elle est, au lieu d'être mené par le bout du nez par elle ;
- il faut un village pour élever un gamin ; et donc il faut d'urgence recréer des tribus, du lien de coopération concret, à l'échelle locale ;
- les mecs qui n'ont pas vu en face leur part animale et qui n'ont rien fait pour apprendre à la gérer sont — en moyenne — trop cons pour coopérer, sauf quand il y a des femmes (sages) pour réguler ou un ennemi commun (ça par contre, on adore) ;
- si on laissait le pouvoir du *choix* aux femmes, et qu'on vivait dans un monde où elles ne dépendaient pas de nous pour assurer leur sécurité ou la survie de leurs petits, elles nous lâcheraient peut-être un peu la grappe, et craindraient moins notre part virile ;

Bref, tout ça pour dire que ça n'est pas en niant notre biologie qu'on arrive à bien l'utiliser. Tout ça pour dire (je me répète) qu'il faut un village pour élever un gamin. Qu'il faut aussi un village pour être bien, en tant qu'adultes. Tout ça pour dire que quand on prend vraiment conscience de nos besoins, et qu'on s'en occupe de manière responsable, paradoxalement on est plus facilement bienveillants pour les autres... Être bienveillant avec soi-même (pas maltraitant, et pas complaisant), c'est le premier pas vers une bienveillance réelle envers autrui.

Toutes ces leçons tirées des millénaires d'expérience qu'on a aujourd'hui avec la "civilisation" devraient nous servir à construire un mode d'organisation viable dès aujourd'hui. L'incarner, le tester.

## **Ce qui nous manque, c'est peut-être moins de trucs**

Pendant une des périodes les plus chaotiques de ma vie, mais potentiellement aussi la plus riche, j'ai vécu avec uniquement ceci. En mode totalement ou partiellement nomade.

Pendant cette période (qui a duré plus ou moins 18 mois), j'ai fait des rencontres absolument géniales. J'ai rencontré plus de gens que jamais dans ma vie. J'ai vu plus de paysages, plus de gares, plus d'aéroports et plus d'hôtels. J'ai bossé dans des endroits de ouf. Je me souviens qu'à des moments je me réveillais au milieu de la nuit sans savoir où j'étais. Il me fallait quelques secondes pour me re-situer dans l'espace pour aller faire pipi. Et je trouvais ça génial.

"Ah oui c'est vrai, je suis ici".

Ce qui m'a le plus marqué, pendant cette période, c'est à quel point, en réalité, on a besoin de peu d'objets pour vivre. Et donc j'ai réuni mes trucs ensemble par terre, et j'ai fait une photo :



Dans le gros sac camouflé (ma maison) :

- 7 jeux de fringues roulés sur eux-mêmes (dont 4 pantalons seulement) ;
- une veste de pluie et un gros sweat à capuche ;
- Un maillot de bain qui fait aussi short, des lunettes de piscine, des five fingers, un ziploc avec de la magnésie et un pantalon de kung-fu pour le training ;
- trousse de toilette (rasoir, savon d'alep, brosse à dents, déo, huile essentielle de ti-tree), tondeuse...

Dans le petit sac (mon edc) :

- mon laptop, un téléphone de rechange, les chargeurs, et tout le merdier ;
- ma liseuse (de bonne aventure) ;

- un portefeuille avec mes trucs importants (carte vitale, tout ça)
- bonnet, tour de cou, kit 1ers secours...

Quatre objets en plus :

- Une photo d'une statue de Padmasambhava (support pour méditation) ;
- une kettlebell de 32kg, c'est ma salle de gym ;
- une couverture en laine suisse... roulée c'est mon coussin de méditation, dépliée c'est mon lit...
- une paire de pompes "tout terrain".

Tout le reste était dans mes poches (porte monnaie, téléphone, multitool, lampe, etc.).

Si je partais en avion, je laissais évidemment la kettlebell et la couverture suisse. Et comme le gros sac passe en cabine, je compactais tout dedans, histoire de ne pas avoir besoin de faire la queue près des carousels.

En évitant l'encombrement mental que représentent trop d'objets, j'étais beaucoup plus disponible à d'autres choses plus importantes pour moi : le contact avec les autres, la découverte de nouvelles cultures, de nouveaux endroits. Plus je m'allégeais, plus j'avais de la place dans ma tête et dans mon coeur pour le monde.

Moralité, ce qui nous manque, bien souvent, c'est "moins de trucs". C'est plus d'espace. Plus de vide.

D'ailleurs les deux seuls vrais luxes qu'on a encore, dans ce monde, sont le temps (le temps d'attention, hein, le temps de qualité) et l'espace. Pourquoi les encombrer avec encore plus d'objets ?

## **Le monde se divise en deux catégories...**

"... ceux qui ont un pistolet chargé, et ceux qui creusent. Toi, tu creuses." — Blondin (Clint Eastwood) dans *Le Bon, la Brute et le Truand* (1966)

Le monde se divise aussi clairement entre ceux qui comprennent comment les choses fonctionnent — et donc qui peuvent bricoler des solutions aux problèmes... Et les autres. Il se divise entre les acteurs, et les poissons morts qui chouinent que le sens du courant ne va pas vers où ils veulent. Il se divise entre ceux qui cherchent l'autonomie, au final (ce qui ne veut pas dire l'indépendance, attention), et ceux qui se contentent de la dépendance.

Dans "[Zen and the Art of Motorcycle Maintenance](#)", Robert M. Pirsig raconte l'histoire de deux motards. L'un qui se fie entièrement à son garagiste pour entretenir et réparer sa moto, et l'autre qui la bricole lui-même, qui la connaît intimement, connaît ses limites, ses capacités. Ce dernier, contrairement à son

ami assisté, a une posture globale, dans la vie, de conscience et de liberté. Et ça se sent. Tout le livre est construit autour de cette différence. D'un côté, il y en a un qui subit et qui chouine, et qui forcément s'offusque de tout (les services pas parfaits, les mécanos trop lents, les éléments et le monde qui ne vont pas dans son sens, en gros), et l'autre qui vit sa vie. Libre. Avec une plus grande conscience de ses contraintes et de ses ressources.

Le premier, l'assisté, n'a aucune vraie prise sur le réel. Et il angoisse de ne pas pouvoir contrôler ce qui est incontrôlable. Le second agit à l'intérieur de sa sphère d'influence. Et il aime apprendre et acquérir des compétences qui lui donnent plus d'outils pour avoir prise sur le réel. Et il est plus libre et plus heureux que l'autre. Parce que la liberté, la vraie, génère de la joie. Et la joie, à force, ça donne quand-même l'impression d'être heureux, surtout quand on y accorde de l'attention.

Alors là, les poissons morts qui suivent le courant vont s'offusquer. Ils vont dire "oui mais". Ils vont me faire remarquer que cette capacité à avoir prise sur le réel dépend largement des connaissances qu'on a pu acquérir.

On est d'accord.

Mais ces connaissances commencent à s'acquérir au moment où on a la curiosité de les obtenir. La motivation de comprendre. L'envie d'être libre, au final, et de ne plus simplement subir le bon vouloir des éléments extérieurs. Et non, de nos jours, on n'a plus l'excuse de ne pas avoir accès aux informations. On a tous, dans la poche, un truc rectangulaire sur lequel on peut pianoter n'importe quelle recherche, et trouver plein d'infos. Elles sont certes de qualité variable mais avec un peu d'envie, on arrive à trouver quasiment tout, et à avoir prise sur notre réalité. Concrètement.

Donc en clair, il y a ceux qui, quand ils ont un problème, font comme les bébés mammifères et se tournent vers le haut, cherchant une mamelle quelconque à sucer ou quelqu'un à blâmer. Demandant de l'assistance à l'État, à leur patron, à leur syndicat, à leur garagiste, à leur médecin, à leur maman, à leur conjoint ou leur conjointe, de qui ils dépendent souvent pour exister, tout en prétendant le contraire.

Tout, mais pas l'autonomie ! Tout, mais pas des responsabilités. Tout, mais pas risquer d'avoir tort, d'échouer, de faire des efforts, de se planter.

Sauf que de se planter, c'est la meilleure chose qui puisse nous arriver avant de réussir ! En se plantant, on apprend ! En se plantant, on devient plus fort, plus compétent, plus libre. Le gland qui ne se plante pas ne devient jamais un chêne, hein.

Vous savez que Michael Jordan est, de toute l'histoire de la NBA, le joueur qui a réussi le plus de tirs depuis la ligne de trois points ? Mais comme le dit si bien Ryan Holiday dans "[L'obstacle est le chemin](#)", il est aussi le joueur, de toute l'histoire de la NBA, à avoir RATÉ le plus de tirs depuis la ligne des trois points.

Il a juste accepté de se planter plus souvent que tout le monde, et de ne pas en faire une affaire personnelle <sup>1</sup> . Et il a APPRIS.

L'échec, en réalité, est bien souvent une source de croissance et de développement bien plus grande que la réussite. C'est vraiment étrange, du coup, qu'on valorise autant la réussite, dans nos sociétés... vu qu'elle ne sert strictement à rien sinon à nous faire croire qu'on peut arrêter de se bouger.

## L'autonomie

Pourquoi on perdrait son temps à fabriquer des choses par soi-même ? Pourquoi on s'embêterait à apprendre à se débrouiller tout seul, totalement ou partiellement, dans des domaines où des services existent ? Parce que la connaissance, c'est le seul moyen que nous avons d'accéder aux ressources par nous-mêmes. C'est ça, en fait, l'utilité de la connaissance. C'est ce qui nous permet d'accéder aux ressources, directement ou indirectement. Steven Kotler en parle superbement bien dans son livre "[Abundance](#)" (en anglais, oui).

Ok, ok, il existe des services, des produits tous faits, des trucs civilisés super chouettes. Et nous sommes organisés sur la base d'une coopération collective qui nous permet tous de nous spécialiser. Soit. Et c'est génial. Je ne critique pas ça. Je critique un état d'esprit. Je souligne l'importance de replacer plus adéquatement le curseur entre la dépendance et l'autonomie.

Oui, il y a des médecins, des kinés, des ostéopathes, et c'est une chance ! Mais n'est-il pas de la responsabilité de chacun de prendre soin de son corps pour éviter de tomber inutilement malade ? Et donc de comprendre un peu comment notre corps fonctionne, ce qui lui fait du bien, ce qui lui nuit ? Est-ce que chaque humain, comme le dit Kelly Starrett dans son superbe ouvrage [Becoming a Supple Leopard, en version française](#), ne devrait pas être en mesure de faire au moins le travail de maintenance de base sur son propre corps ? Ne pourrions-nous pas, au moins, délester les spécialistes et les institutions publiques (que nous finançons tous !) des problèmes que nous pourrions être en mesure de gérer tous seuls, ne serait-ce que par la prévention ?

Quand on voit l'état actuel du service public, partout dans le monde riche, on est en droit également de se demander s'il ne serait pas temps :

- de le soulager en prenant en charge ce qu'on peut faire nous-mêmes ;
- de trouver de meilleures solutions que celles que l'État Nounou peut nous offrir, en l'état !

Et que dire des autodidactes ? Tellement dénigrés dans un monde où seuls le diplôme et les carnets d'adresses comptent, et où les compétences réelles sont reléguées au second plan dans les choix des entreprises... ils sont en train, aujourd'hui, de devenir les leaders mondiaux de tous les secteurs ou presque !

Jack Ma, qui dirige Alibaba, [embauche des gens intelligents, sympas et persévérants](#). Pas des gens qui ont des diplômes. Pas des gens qui ont eu 18/20 tout le temps. Pas des gens qui rentrent bien dans les cases. Non. Des gens vraiment intelligents.

Les cursus scolaires en tous genres sont évidemment précieux pour acquérir certaines compétences. Des compétences qu'il serait difficile (mais pas impossible) d'acquérir autrement. Mais les diplômes ne sont qu'une preuve des compétences d'un individu à être jugés positivement dans un cadre précis, et à un instant T. Les diplômes ne sont pas tout. Et surtout, même si les compétences acquises pendant un cursus sont bel et bien présentes, elles ne suffiront jamais si l'individu en question n'est pas AUSSI un bon autodidacte. Parce que le monde, aujourd'hui, bouge trop vite pour que les cursus puissent réellement suivre le rythme. Embaucher un autodidacte incompetent mais motivé est probablement un investissement plus sûr, dans le monde de 2019, que de choisir un diplômé qui s'assoit sur ses lauriers, en tout cas !

Alors voilà. Pour bien jouer le jeu de la coopération, il faut paradoxalement être plus autonomes. Tout comme pour jouer le jeu de la bienveillance il faut savoir prendre vraiment soin de soi. Mais là je change de sujet. J'y reviendrai...

## **La richesse de l'échec**

L'échec comporte un potentiel de croissance bien plus grand que la réussite. Quand on échoue, si on s'en donne la peine, on peut tirer des leçons très diverses (mais souvent considérées comme étant désagréables) de l'évènement. Et en ayant essayé, on aura toujours développé des compétences, des ressources, créé des liens, et acquis des savoirs qui pourront être "upcyclés" ensuite.

L'échec est d'une richesse telle que c'est presque louche que nos sociétés valorisent autant la réussite. Comme si, quelque part, on voulait qu'on reste enfermés dans nos peurs de ne pas réussir du premier coup...

Mais PERSONNE ne réussit du premier coup. Ou alors par chance, rarement, et sans beaucoup de fierté. Pensez-y ! Si vous êtes honnête, de quoi est-ce que vous êtes vraiment fier(e) ? De ce qui vous est tombé tout cuit dans le bec, sans faire d'efforts ? Ou de ces trucs que vous avez réussi à faire ou à obtenir au prix d'efforts immenses, de discipline, et de progrès incrémentiaux ardues et chèrement payés ?

A vaincre sans péril, on triomphe facilement et on gagne, hein. C'est sûr. Et si c'est faisable, on ne va pas s'en priver. Mais est-ce qu'on apprend dans le processus ?

Est-ce que l'important c'est de gagner, ou d'évoluer ? Si on gagne pour s'acheter des jetons pour continuer à jouer au jeu de l'évolution, pourquoi pas. Mais gagner pour stagner, ça n'est jamais très satisfaisant. Et l'ennui — profond et mortel — n'est jamais très loin de ces moments de triomphe facile.

Quand j'étais enfant et adolescent, j'adorais me battre. Et j'adorais me battre contre des mecs plus grands et plus forts que moi. Pas très longtemps après, devenu videur pour payer mes études d'anthropologie, j'avais très peur, mais en même temps j'étais galvanisé par les combats de parking à 4h du matin avec des mecs plus nombreux, plus armés, plus vicieux et plus hargneux que moi. Ce sont eux qui m'ont forgé, en vérité. Et de fait, je n'ai jamais trouvé grand intérêt à cogner sur des gens moins dangereux que moi.

Alors, de fait, il y a ceux qui veulent évoluer. Changer. Bouger. Avancer sur leur chemin, vers leur tropisme à eux. Et ceux qui aiment bien patauger dans les marais puants de leurs eaux stagnantes.

Il y a ceux qui voient la compétence comme un processus, un travail, une évolution permanente. Ceux qui savent que "soit on progresse, soit on régresse", comme disait Baden Powell. Et il y a ceux qui croient encore dans la nature bonne ou mauvaise de quelqu'un. Comme un truc figé, déterminé à l'avance par on ne sait pas trop quoi : Dieu, la nature, la génétique, la providence ou la phase de la lune.

"Ca sert à rien, je suis nul", c'est un bug culturel. Et il est permis par la croyance que les gens soient comme ceci ou comme cela. Qu'ils sont quelque chose de figé. Qu'ils ont une "nature". Ce bug, il est dangereux. Il cause plein de souffrance. Il empêche les gens d'avancer. Il permet la paresse intellectuelle et le laxisme. Il rend prétentieux ou trop humble.

Tout le monde peut progresser. Et sans efforts, le talent n'est rien de plus qu'une promesse.

Donc la mauvaise nouvelle, c'est qu'il faut bouger son cul. Et que c'est dur. Et qu'on se plante souvent. Et que ça pique les yeux. La bonne nouvelle, c'est que ceux qui font ça, et surtout s'ils le font intelligemment, peuvent progresser et faire des choses qui ont du sens pour eux. Qui les rendront plus libres. Et donc plus joyeux.

Your fucking choice.

## **Il faut d'urgence arrêter de faire croire aux gamins qu'ils sont invincibles et tout-puissants...**

... sinon ils angoissent. Vraiment. Ils ont *besoin* de limites, de cadre, et de confrontation à la réalité des choses. Attention, je ne dis pas qu'il faut battre ses enfants, ni même que les sévices physiques sont utiles. Mais ils ont besoin de sentir, animalelement, qu'ils ne sont pas plus forts que les adultes. Et donc

que s'ils débordent, on pourra les contenir.

Un vendredi soir mon gamin — 6 ans à l'époque — m'a dit, sortant de son tout premier cours de judo « maintenant je suis plus fort que toi, alors tu pourras plus me punir, et je vais faire ce que je veux ».

A cette seconde, j'ai senti un peu de tristesse et de compassion monter.

— « Tu es sûr de ça ? Tu penses que tu peux me battre, maintenant ? »

— « Oui. Quand je veux. » Ses yeux avaient une lueur sombre. Il était un peu remonté. Planté devant moi, tout frêle. Sûr de lui.

— « Et donc tu m'obéis seulement parce que tu penses que je suis plus fort que toi ? C'est ça ? Ou parce que tu trouves que ça a du sens quand je te demande des choses ? »

— « Surtout parce que tu *étais* plus fort que moi. Mais plus maintenant. Parce que moi je peux faire ce que je veux même si tu me dis non. »

— « Ah. »

J'ai essayé de discuter un peu, mais il ne voulait même plus me parler, du haut de sa toute puissance mal contenue. Alors j'ai fait un choix. Avec plein de compassion et de douceur. Sans aucune once de colère ou de méchanceté.

— « Tu sais, mon loulou, je suis encore beaucoup, beaucoup plus fort que toi. Et je vais être plus fort que toi assez longtemps pour que tu comprennes pourquoi c'est important de faire les choses bien. Maintenant, tu vas aller te changer, on va aller à la maison, et je vais faire à bouffer. »

Il était vexé comme un pou. Il en avait les larmes aux yeux de rage, le pauvre. J'ai ajouté un "allez hop" qui ne lui laissait pas trop le choix. Il a hésité. Il est allé se changer.

On est remontés en 4x4 du judo vers la maison. Il a pas dit un seul mot de tout le trajet. Il gambergeait. Il fixait dehors. Une fois arrivés, on est descendus. Il a pris son cartable, j'ai pris son sac de judo. Il a dit :

— « Papa ? »

— « Oui Loulou ? » j'ai répondu d'une voix affectueuse.

— « Je t'aime. »

Je lui ai ébouriffé les cheveux un peu fort, mais pas trop. Ils étaient doux, ses petits cheveux de merdeux. Je l'ai serré contre ma hanche. Vous savez, en le prenant sous mon aile.

— « Moi aussi j'te kiffe, Loulou. Et je te t'aimerai toujours. Même quand tu seras plus fort que moi. »

— « J'ai intérêt à m'entraîner alors. »

On a rigolé.

— « Oui. Mais je vais te donner des trucs pour être fort, si tu veux. Ca ira vite, tu verras. »

## **Taper sur les gens, ça ne les rend pas moins cons**

Eh non. Malheureusement.

Contrairement à ce qu'on croit trop souvent, de taper sur les cons, ça ne les rend pas intelligents. Et de défoncer la gueule à un prédateur urbain, ça ne fera pas de lui un humaniste.

Je le sais, hein. J'ai testé.

J'ai testé les pieds, les poings, les coudes, les murs en brique. J'ai testé plus fort, moins fort. J'ai testé la régularité aussi, avec plusieurs fois sur le même connard. Ca ne marche pas.

Ok, le blaireau en question se retrouve à avoir subitement peur de nous, bien souvent, et il cherche quelqu'un d'autre à emmerder. Ou parfois ça produit une sorte de cercle vicieux aussi où le type revient avec des copains et des battes de baseball. Mais en 9 ans à bosser comme videur, jamais une seule fois j'ai réussi à rendre un connard moins bête et moins violent, ou plus altruiste et plus conscient en cognant dessus. Jamais.

J'avoue, quand j'ai compris ça, ça a été une grande déception. Parce qu'en vrai, si je suis honnête, j'aime bien taper sur les mecs dangereux. J'ai une sorte de programme de super-prédateur en moi. Quand j'identifie un prédateur dangereux, j'ai envie de devenir son prédateur à lui. Mais ça ne change rien, dans les faits. Et si ça avait fonctionné, franchement, j'avais un gros gros talent pour faire de l'éducation populaire. Je tenais un bon truc. Limite une vocation.

Mais en fait non.

On le voit bien, même chez les thérapeutes. Pour que quelqu'un change vraiment, il doit en avoir envie. Il doit en sentir l'intérêt. Il doit être motivé. Parce que c'est dur, et que ça demande beaucoup de motivation. On ne défait pas des années d'éducation de merde, de maltraitance, de structures perverses et de connerie avec un coup de poing. Même un gros crochet dans la tempe.

Alors je ne suis pas un apôtre de la non-violence absolue pour autant hein. On a le droit, je pense, de se protéger physiquement quand c'est nécessaire. Mais de s'imaginer qu'on va éduquer les gens à coups de pieds au cul, c'est une erreur. Et de facto j'ai adopté la philosophie de "faire le moins de mal possible".

Je vous épargne des efforts. Des risques. Des ennuis avec la justice aussi. N'essayez pas.

Concentrez-vous plutôt sur ce sur quoi vous avez de l'influence : vous-mêmes, déjà. Éventuellement vos enfants, aussi, en les éduquant d'une manière qui ne favorise pas leur violence et leur connerie à eux. Apprenez-leur à parler. A identifier leurs besoins et à les exprimer clairement. A tisser des relations humaines pleines d'empathie et de respect. A distinguer leurs besoins de leurs envies. A comprendre ce qu'est un caprice. A prendre leurs responsabilités...

Et ne tapez pas dessus non plus. Vraiment pas.

## **Pense à ta gueule**

Un jour, alors que je m'enfermais tout seul dans un système de loyauté à deux balles, un bon ami à moi, Mathias, m'a dit une phrase toute simple que je n'ai pas réussi à mettre en application tout de suite. Il m'a dit "pense à ta gueule".

Je n'ai pas réussi à appliquer ça, sur le moment, parce que j'étais empêtré dans une vision tordue de la solidarité, de la coopération, et de la loyauté. Je portais plein de choses qui ne m'appartenaient pas, en somme, et sans m'en rendre vraiment compte j'obtenais en échange deux choses :

1. le droit de me plaindre, légitimement, parce que j'étais une victime pleine de courage, une sorte de Jésus Christ des temps modernes qui se crucifiait tout seul pour une cause, et attendait des autres une reconnaissance (et pourquoi pas un peu un statut de surhomme) pour ça ;
2. le droit d'attendre la même chose des autres, sans trop avoir besoin de le demander explicitement...

Quand j'y repense, en réalité, j'ai honte. Honte de ne pas avoir vu ça plus clairement, plus vite. De ne pas m'être rendu compte qu'en m'obligeant à me sacrifier pour les autres, je foutais tout le monde de fait dans un système complètement tordu où chacun est esclave d'une idée, d'un idéal, et se retrouve prisonnier. Un peu, beaucoup ou passionnément. Ce genre de système, ça met les gens face à un choix impossible et aliénant : soit tu te sacrifies comme moi, soit tu es un traître. Et c'est pervers, en fait, parce que ça ne dit pas les choses explicitement. Et la plupart du temps ça n'est même pas conscient.

En gros, et j'en ai fait partie, y'a des gens, ils confondent donner et demander, comme l'expliquait si bien Gregory Mutombo dans une de ses publications récentes.

Alors j'ai envie d'adresser un message simple à ceux qui n'ont pas encore fait la mise à jour de leur système, et qui sont encore — comme je l'ai été — coincé dans ce truc de sacrifice : **si tu veux que je te donne un truc, tu me demandes**. Comme ça, tu me laisses le choix. Je peux dire oui ou non. Si tu essaies de m'enfermer avec ta générosité de merde, c'est pas de la générosité. C'est de la manipulation.

Eh oui, ça pique. Et non, c'est pas forcément de ta faute : la société, tes parents, l'école, tout ça. Ok. Sauf que maintenant que tu le vois, tu as le choix. Et si tu as le choix, tu es désormais responsable de ce choix.

Aujourd'hui, quand j'ai envie de donner un truc, je le donne. Gratuitement. Et quand je donne plein de trucs à quelqu'un et que je n'ai jamais de réciproque, et que ça finit par me saouler... j'arrête. Et quand je veux un truc, je le demande. Et des fois on me dit non. C'est ça le jeu. Laisser le choix à l'autre, quoi.

Sinon ça s'appelle de l'aliénation. Sinon c'est de la manipulation. Sinon, c'est pervertir le don, quelque part.

Alors dans l'ordre, d'abord tu penses à ta gueule.

Tu observes tes vrais besoins. Tu en tiens compte. Typiquement, les gens qui se posent dans un système de loyauté, ils ont des besoins inconscients qui ne sont pas nourris. Un besoin de sécurité affective, un besoin de reconnaissance, un besoin d'avoir de l'estime de soi, un besoin de sentir sa légitimité à exister... et au lieu de prendre soin directement de ces besoins-là, ils font un détour. Un détour par le modèle du sauveur sacrifié. Ou un truc dans le genre.

Penser à sa gueule, et gérer ses besoins (pas ses envies ou ses caprices hein, ses besoins), ça n'est pas égoïste. En fait, s'autoriser à faire ça, c'est le début de l'autonomie. Et cette autonomie là, elle nous rend plus légers à vivre. Et mieux que ça, même. Une fois qu'on a suffisamment pris soin de soi, notre vase est rempli, on est bien, et on se met à déborder de bienveillance vers l'extérieur. On a un surplus de joie et d'amour qui se déverse naturellement autour de nous.

Il faut vraiment comprendre que la plupart des gens — et oui il y a quelques exceptions mais elles sont rares — sont fondamentalement généreux, altruistes, et bons. Quand un humain se sent bien, que ses besoins sont vraiment nourris, qu'il se sent en sécurité, il se met à rayonner et à donner. A donner vraiment. Sans attente de réciproque. Sans attachement. Juste comme le soleil, en faisant son truc de soleil, brille et nous réchauffe.

Ca change tout, en fait.

Alors oui, vraiment, charité bien ordonnée commence par soi-même. De savoir identifier ses besoins, de comprendre quels besoins en souffrance se cachent dans nos réactions, nos attentes, nos projections, nos dénis, c'est vraiment une compétence irremplaçable, qui nous rend mille fois plus humains et plus agréables à vivre.

Le pire, c'est que quand on sait bien faire ça avec nous-mêmes, on peut aussi commencer à le faire pour les autres, et à voir quels sont les besoins inassouvis qui se cachent derrière les piques, les attaques, les jugements et les relations dysfonctionnelles. Sans commencer à croire qu'on peut sauver le monde ou faire le boulot à la place d'un autre, on peut comprendre que — bien souvent — ce qu'on se prend dans la gueule est l'expression maladroite, inconsciente, inadéquate d'un besoin. Et au final, quasiment tous les humains que j'ai croisés demandent de l'amour, de la reconnaissance et du lien. Du lien au sens de relation saine. Y compris ceux qui ont demandé de l'amour en me plantant des couteaux dans le corps, en me trahissant ou en me traînant dans la boue.

Et non, le fait de comprendre ça ne signifie pas que je vais les laisser faire. Mais ça permet de casser des genoux *sans haine*. Ça permet de couper des relations toxiques sans en faire une affaire personnelle. Et de tourner la page. Ça permet de porter petit à petit seulement ce qui nous appartient.

## **L'amour inconditionnel**

Ok. J'aime tout. Et tout le monde. Vraiment. J'aime la nature. J'aime les animaux. J'aime les arbres. Putain j'aime même les cailloux. J'aime tout et tout le monde de manière inconditionnelle... mais ça n'est pas un sentiment. Ça n'est pas ce petit truc d'affection à deux balles que je peux ressentir face à un truc mignon. Ça n'est pas le sentiment amoureux qui fait que j'ai envie de passer tout mon temps avec ma chérie. Rien à voir. L'amour dont je parle, c'est une posture. C'est un état de conscience. Ça tient plus de la contemplation de ce qui est, et de sa perfection dans une sorte de grand système plus vaste que ce que je peux comprendre. Ça tient de l'humilité face à l'Autre. Cet univers que je ne pourrai jamais pleinement vivre. Juste observer. Côté. Rencontrer. Et de fait, j'aime tout, et tous les humains de cette place-là. Même les pires connards du monde. Même les meurtriers. Même les pédophiles. Même des gens que je pourrais être amené à combattre ou à tuer.

Et ça, ça fait bugger plein de gens.

Le truc, c'est qu'il faut distinguer cette posture d'amour inconditionnel de la relation qu'on a dans le monde réel avec les êtres en question. Je peux comprendre — intellectuellement — un pédophile et voir comment tout ce qu'il a subi comme toxicité ou comme manque de repères a fait de lui ce qu'il est. Et quelque part l'aimer de manière inconditionnelle. Mais je ne vais pas le laisser agir librement pour autant. Et je suis totalement partant pour l'empêcher de nuire à d'autres — par la force si nécessaire.

Et c'est pareil dans les relations amoureuses, dans les amitiés, dans tout. Je peux très bien aimer de manière inconditionnelle cette meuf qui m'a maltraité, trahi, menti et fait souffrir pendant des années. Mais je ne me sens pas obligé de rester en relation avec elle pour autant. L'amour peut être inconditionnel, mais les relations, elles, sont conditionnelles. Carrément conditionnelles, même. Et de poser les conditions à la relation explicitement et clairement, ça permet d'éviter de s'enfermer dans des relations de merde au nom d'un absolu qui n'existe que dans l'éther. Et ça invite chacun à prendre un peu mieux ses responsabilités.

Donc oui. Il m'est arrivé de défoncer la gueule à des gens... sans haine. Et ça m'est arrivé d'appeler une ambulance pour eux dans la foulée. Ca m'est arrivé aussi de prendre des mecs dans mes bras et de les laisser pleurer sur mon épaule. Des mecs qui, 5 minutes avant, avaient essayé de m'ouvrir la gueule avec un tesson de bouteille. Et même de devenir pote avec eux ensuite. Pour finalement lui casser la gueule quand-même, au final, parce qu'ils sont devenus à un moment dangereux pour quelqu'un d'autre.

Tout ça pour dire que l'amour, la compréhension et la compassion, ça n'exclue pas les pains dans le museau. A contrecœur, bien souvent. Mais quand-même.

J'essaie juste, par principe de précaution, de faire toujours le moins de mal possible. Souvent, le moins de mal possible c'est juste de m'en aller. Parfois, le moins de mal possible ça a été de casser des os.

Mais toujours sans haine.

Je pense que ça change tout.

## **Mauvaise pioche**

Je roulais dans ma vieille Mercedes blanche. Une vieille 190D que j'avais rachetée pour pas cher. Une péniche. Lourde. Lente. Un veau. Mais fiable, et qui roulait bien. Avec une vieille radio-cassette, et du bon son des années 80.

Une fille, style un peu punk, qui fait du stop dans une ligne droite. Je mets mon cligno. Je m'arrête. Je baisse la vitre. Elle allait un peu plus loin. Je la fais monter.

Je baisse un peu la musique, histoire de pouvoir discuter. Elle n'a pas l'air bavard. Un peu tendue. Elle tremble un peu. Elle est agitée. Elle est pâle, les yeux cernés. Elle transpire un peu. Elle a l'air pas bien, genre en manque. Elle répond à peine à mes questions. Tant pis. Respect. Je roule, je regarde le paysage. Et là elle se retourne vers moi et elle me fait :

— « Tu me files 100 euros, sinon je vais aller dire aux keufs que t'as essayé de me violer. »

J'en crois pas mes oreilles. Je la regarde, un sourcil en l'air.

— « Quoi ? »

— « Qu'est-ce que t'as pas compris ? File moi 100 balles, sinon je vais déposer plainte contre toi pour tentative de viol, enculé. Je suis sûre que t'as des thunes sur toi, avec ta caisse de maquereau là. »

Sur le coup, la colère monte. Puis je flippe. Suffit qu'elle se frotte un peu la figure sur un parpaing et elle a des marques, et elle a mon numéro de plaque d'immatriculation, et tout. Je vois le topo de là. 6 mois de bordel et de procédures, et avec le risque qu'ils me mettent en détention préventive, surtout vu la gueule que j'ai.

Pffff. Je respire. Je réfléchis. Je dis rien.

— « Pourquoi tu dis rien ? »

Je ne réponds pas. Je roule. Je réfléchis. J'ai du temps. Tant que je roule, je peux penser. Tant que je roule, elle ne peut pas déposer plainte. Instinctivement, je regarde combien de carburant j'ai encore. Comme pour savoir combien de temps j'ai pour réfléchir.

Le paysage défile. L'ambiance dans la voiture est tendue. Je vois une petite route qui monte dans la montagne, à droite. Je sais pas encore pourquoi sur le moment, mais ça m'appelle. Intuition. Je mets le clignotant.

— « Oh tu fais quoi ? C'est pas là que je vais ! »

Je réponds rien. Je roule. Elle commence à s'agiter.

— « Tu vas où putain de merde ! »

Je roule encore. Et là je la regarde, et je souris, et je lui dis :

— « Ben en fait quitte à être emmerdé et à payer 100 balles, je vais en avoir pour mon argent. »

Elle fait des yeux immenses. Et elle se met à paniquer.

Et je roule, le coude sur la fenêtre. Tranquillement. Je la laisse savourer ce moment. La musique est sympa. Les paysages est joli. Et la meuf à côté de moi se met à trembler, à me supplier, à pleurer. Et elle essaie de négocier. Genre c'était une blague, c'était pas vrai, elle a besoin de thunes, et tout et tout.

Je roule 6 ou 7 km, sur une piste en terre. Personne à des kilomètres à la ronde. Je m'arrête. Elle pleure de plus belle.

Je tire le frein à main.

— « T'as du bol, en fait. Je suis pas un connard. Et je vais pas te violer. Maintenant tu descends. »

Elle cligne des yeux comme une mitraillette.

— « Quoi ? Mais tu peux pas me laisser là ?! »

— « Ben en fait si, je peux. Allez, bonne balade. »

Elle descend. Elle m'insulte et me supplie alternativement pendant que je fais demi-tour sur la piste poussiéreuse.

Je suis allé droit chez les gendarmes, histoire de déposer une main courante, au cas où. Il n'y a pas eu de suite. Je n'ai jamais plus eu de nouvelles de la demoiselle.

## Les pervers narcissiques

Bon. C'est THE truc à la mode, en ce moment. Dès que quelqu'un nous emmerde un peu trop, ou ne se comporte pas comme on voudrait, directement le diagnostic tombe : pervers narcissique.

Alors je ne nie pas hein. J'en ai côtoyé quelques-uns. Et quelques-unes. Et ils sont vraiment toxiques, voire dangereux. Ils sont des nuisances hallucinantes. Des putain de plaies d'Égypte pour ce monde. Concrètement, je pense que c'est pour soigner ces connards-là qu'on a inventé la peine de mort. C'est probablement la seule manière pour beaucoup d'entre eux d'arrêter d'être des PN.

Mais tous les connards du monde ne sont pas des PN.

J'insiste là-dessus parce que quand on est aux prises — et sous l'emprise — d'un vrai PN, c'est vraiment la merde. Et ça demande vraiment du soutien massif et concret pour s'en sortir. Et que de fait, de cataloguer si facilement tout le monde de PN, ça a pour effet de priver de soutien les gens qui en auraient vraiment besoin.

Alors en gros, ce qu'il faut comprendre, et bien se rentrer dans le crâne, c'est que le vrai PN, il est vraiment *cinglé*. Ou elle, hein. Parce que plein de femmes sont aussi PN. Et qu'on peut être dans une relation d'emprise sans être forcément avec un PN. Et on peut être un connard dangereux et toxique sans l'excuse de la PN. Et que tous les gens de mauvaise foi, dénués d'empathie et complètement narcissiques ne sont pas non plus PN.

La perversion narcissique, concrètement, c'est classé dans les *psychoses*. C'est un problème psychiatrique. Une psychose blanche. Autrement dit une psychose où il n'y a que les symptômes négatifs de la psychose. Les trucs "en moins". Mais pas des hallucinations, des voix, ou autre. Juste des incapacités,

des creux, des fonctions en moins. Du coup ils semblent à peu près fonctionnels.

Sauf que le vrai PN n'est pas juste un névrosé ordinaire qui gère ses peurs et ses angoisses avec des moyens pour compenser comme tout le monde. Non. Il est vraiment "fou", en fait. Déconnecté de la réalité. Projetant ses délires sur les autres massivement, sans aucune considération pour ce que la majorité des gens considèrent comme étant réel. En clair, c'est un fou qui cherche à convaincre les autres que c'est sa réalité qui est la bonne, et qu'il est meilleur que tout le monde, de surcroît. De fait, la PN s'accompagne très souvent de délires de persécution, frisant la paranoïa. Ils projettent leur haine sur les autres, et s'imaginent que tout le monde fonctionne comme eux : cherchant à enfoncer tout le monde pour se sentir exister, en somme.

Un PN, typiquement, va se retrouver à mentir ouvertement sans arrêt, mais avec une sincérité qui n'est même pas feinte : il tord le monde pour qu'il corresponde à ses délires. Et de fait ils sont vraiment super convaincants. Ils ne montrent pas les signes de malaise que les gens expriment en général quand ils mentent. Le PN ment comme il respire, mais sans s'en rendre compte. Et quand on le confronte à ses contradictions, il nous explique simplement qu'on se trompe, ou alors qu'on est con, ou alors qu'on est de mauvaise foi et qu'on cherche à le piéger. Et si on insiste et qu'on est trop factuel, trop crédible, il se met souvent à angoisser. Sa structure psychique se retrouve mise en péril par la réalité. Et du coup, pour éviter de décompenser, et pour ne pas que tout son univers s'écroule, il se protège, soit par des moyens agressifs, soit par le déni, soit par la banalisation, soit par la fuite, plus rarement... mais *on ne peut pas contredire un PN*. Pas plus qu'on ne peut contredire un psychotique en crise. Et on ne peut pas lui faire entendre raison non plus. Au mieux, il concèdera qu'on a le droit d'avoir notre avis, tout en étant persuadé qu'on est dans l'erreur.

Le PN n'est pas capable de vraie empathie, mais il peut la feindre facilement quand ça lui est utile. Il n'est pas capable d'autre chose que de calcul et de stratégie, mais il le fait tellement bien qu'il est carrément crédible quand il se pose en victime. Et typiquement, le contact avec un PN laisse une sensation d'étrangeté, de décalage, de "il est complètement cinglé"... Et cette sensation bizarre est souvent tellement dérangeante qu'on la remet en question en se remettant en question soi-même.

Quand ils ne nous ont pas pris pour cible, ils sont extrêmement charmants, et ont ce petit truc détaché du monde et original qui nous fait nous dire qu'ils sont un peu hors du commun, comme s'ils avaient compris des choses que le commun des mortels n'avait pas pigé. En fait, cette sensation vient souvent simplement du fait qu'ils ont un pied dans la psychose, et qu'ils ont des préoccupations et des visions du monde totalement décalées. Ajoutons à ça une rhétorique affirmée, une assurance de façade extrêmement crédible, et une position sociale qui leur donne souvent une aura énorme, et on a un "personnage".

Et quand ils nous choisissent comme cible, pour une raison qui n'appartiendra jamais qu'à eux, leurs assauts sont toujours du même ordre : à la fois flous et très assurés, toujours paradoxaux, toujours capables de mélanger le vrai et le faux, d'être d'une mauvaise foi hallucinante (et totalement sincère, puisqu'ils sont simplement cinglés), ils sont étonnants. Surprenants. Déstabilisants. Et ils nous laissent sidérés, oscillants entre "il est complètement cinglé" et "y'a peut-être un truc que j'ai pas compris"... Et du coup on a besoin d'en parler avec tout le monde pour retomber sur ses pattes en utilisant des tiers pour trier le vrai du faux. Ce qui fait qu'on parle d'eux sans arrêt. Et qu'ils occupent notre espace de pensée de manière démesurée.

Les personnes promptes à se remettre en question, ou qui hésitent à rejeter un interlocuteur (pour diverses raisons allant d'un excès d'humilité, d'une faible estime de soi ou d'une dépendance affective) sont des cibles de choix pour un PN. N'osant les rejeter, ni rejeter leurs affirmations, ils cherchent le dialogue avec eux, essaient de faire valoir leur point de vue, de trouver un terrain d'entente, que "la discussion se termine bien". Et ce faisant ils offrent plus de prise, plus d'informations sur eux-mêmes... et s'exposent à des toxines mentales qui minent les certitudes, minent la confiance et l'estime de soi, et surtout attaquent la confiance dans notre perception même du réel.

En clair, ils nous rendent cinglés.

Et une fois que notre réalité est remise en question, et que notre capacité à rencontrer le réel est remise en question, tout devient possible. On devient subitement une marionnette, à la merci de quelqu'un qui va commencer à définir la réalité à notre place, à identifier quelles sont les pensées acceptables et "vraies" des autres. Comme des virus informatiques, ils rentrent dans notre esprit et s'y installent comme des parasites. Et ils nous asservissent. Nous utilisent. Nous pompent. Nous drainent. Et on se sent même coupable de ne pas pouvoir leur donner encore plus.

Alors la bonne nouvelle, c'est que ce sont eux qui dépendent de leur victime pour se sentir exister, déjà. Quand on coupe le lien avec un PN, on se met à aller mieux. Et eux, ils piquent du nez. En général ils nous le font payer, hein. Mais ça vaut souvent mieux que de maintenir le lien, même si on y perd des plumes.

L'autre bonne nouvelle, c'est qu'on connaît de mieux en mieux leur fonctionnement. Et qu'une fois qu'on a compris qu'ils sont déconnectés de la réalité, et que ce qu'ils racontent de nous n'a rien à voir avec nous, on peut commencer à reprendre appui nous-mêmes dans le réel. A guérir petit à petit.

Il faut souvent des années pour "guérir" de la relation avec un PN, surtout si c'était une relation de couple ou toute autre relation engageante. Mais on y arrive. Et ensuite on revit. Vraiment.

Un piège dans lequel on tombe souvent, c'est celui du diagnostic. On se retrouve tellement coincé et englué dans leur système tordu qu'on se croit obligé d'être sûr qu'ils sont vraiment cinglés avant de les quitter. Et comme on a toujours un petit doute, on reste. Alors un truc simple : une relation de couple, d'amitié ou de travail, ça doit être nourrissant. Ça peut être occasionnellement confrontant ou un peu souffrant, mais de base on a le droit d'être en confort dans une relation, et on a le droit d'en sortir quand elle ne nous convient pas.

Point barre.

## **Dis ce que tu penses, et fais ce que tu dis**

Si on a une vraie responsabilité, dans la vie, c'est d'être honnêtes avec nous-mêmes. Ça permet, accessoirement, d'être honnête ensuite avec les autres. Parce que bon, en vrai, si on commence par se mentir à soi-même, c'est directement difficile de dire la vérité aux autres. Sur nos choix, nos projets, nos envies et nos engagements.

Personne ne nous demande d'être parfaits. Ou alors il faut se méfier. En revanche, d'être *repérable*, c'est important.

Annoncer la couleur, quoi. Clairement. Ne pas mentir sur la marchandise. Et ça implique de la connaître, en fait, la marchandise. De se connaître soi. D'être honnêtes avec soi. Sans culpabilité. Sans complaisance.

Genre "je suis comme ça."

Ce genre d'honnêteté, ça fait qu'on a beaucoup moins d'amis, mais qu'on a les bons (comme disait je ne sais plus quel bel esprit, à qui j'ai piqué cette phrase sans prendre le temps de me souvenir de son nom).

Alors ouais. Dis ce que tu penses. Et donc prends le temps de dire un truc vrai, si possible. Et de faire les mises à jour quand c'est nécessaire.

Et fais ce que tu dis, du coup.

## **On ne fera pas l'économie de rencontrer nos voisins**

Alors oui, en théorie on n'a besoin de personne. Parce que dans notre civilisation, les échanges de services et la spécialisation qui en découle sont permis par l'intermédiaire universel qu'est l'argent.

C'est pratique.

C'est comme le troc, sauf que ça donne le choix de ce qu'on va vouloir troquer.

Sans le pognon, en gros, si je fais pousser des patates, il faut que tous ceux avec qui j'ai besoin de troquer aient besoin ou envie de patates. Ca rend le troc compliqué. Le pognon sert à libérer les échanges des contraintes des produits. Subitement, je vends des patates au mec qui veut des patates. Si lui il fabrique des portes en bois, avec l'argent qu'il me donne, je peux acheter ce que je veux. Je ne suis pas obligé de troquer mes patates contre des portes en bois.

Le problème avec ce système c'est que ça déshumanise les relations d'échange, et que du coup ça nous donne l'illusion qu'on n'a plus besoin de connaître ni de rencontrer les gens qui produisent les services et les biens qu'on se paye. Et quelque part c'est vrai. Sauf qu'en fait, tout le monde est en train de partir en cacahuète parce que nous perdons le sens à nos vies, et que nous nous sentons seuls. On produit des trucs pour des gens qu'on ne verra jamais, et on achète des trucs produits par des gens qu'on ne verra jamais.

Si, demain, le système s'écroule lentement ou brutalement, les gens avec qui vous devrez coopérer pour survivre, avec qui vous devrez vous serrer les coudes, ça sera qui ?

Concrètement ?

Dans toutes les catastrophes de l'histoire, les gens se sont serré les coudes. Et aussi ils ont un peu réglé des comptes... et certains (1 ou 2% de la population) ont profité de la situation. Les mêmes qui profitaient déjà de la situation avant, hein. Mais globalement les gens se sont serré les coudes.

Rebecca Solnit en parle extrêmement bien dans "[A Paradise Built in Hell](#)" : l'humanité est visiblement câblée pour tout saccager et se battre en permanence, sauf quand c'est vraiment le gros bordel. Là, d'un seul coup, on se serre les coudes. On oublie nos petits différends. Et on coopère vraiment.

Et si on se mettait à agir comme si c'était déjà potentiellement la crise ? Et si on faisait comme si ? Et si on fabriquait le meilleur en se préparant au pire ?

C'est juste une idée comme ça. Peut-être complètement pourrie.

## **Commencez**

Oui. Commencez. Quelque part. N'importe où.

Commencez à mieux connaître vos vrais besoins. Commencez à identifier les endroits de vos relations qui sont saines, et celles qui ne le sont pas. Commencez à regarder où vous pouvez le plus facilement changer quelque chose à votre rapport au monde pour devenir un acteur qui prolonge plus de vies qu'il n'en raccourcit, si possible.

C'est peut-être un grain de sable dans le désert, hein. Mais ne le faites pas que pour obtenir un résultat. Parce qu'en fait le secret c'est que les actes et les choix qu'on pose, et qui vont dans le sens de prendre soin de notre biotope, en réalité ils sont carrément adaptés pour améliorer notre qualité de vie.

En étant plus libres — intérieurement comme matériellement — on devient plus joyeux. En étant mieux connectés à la nature et aux autres, on se sent mieux. Vraiment.

Comme je le disais dans [une petite vidéo](#) qui présente ce que je fais, et ce qu'on fait au [CEETS](#), faite par Charx Productions, je disais "Quand je prends soin de l'humain, je prends soin de moi, quand je prends soin de moi, je prends soin de la nature. Tout est lié."

Et c'est vrai.

## Ce bouquin est un pari

Oui. Ce bouquin est un pari que les gens sont encore majoritairement de bonne foi, et que si on leur en laisse l'occasion ils peuvent — *librement* — choisir de payer un contenu qui leur aura été utile d'une manière ou d'une autre.

N'importe quel bouquin papier, PDF protégé, ebook, Kindle ou autre est extrêmement facile à "craquer", de nos jours. Alors plutôt que d'essayer de protéger mon travail avec des moyens coûteux et relativement inutiles, je choisis simplement de vous faire confiance. De compter sur votre bonne foi. Simplement.

Si vous avez lu ce bouquin sans l'avoir encore payé (eh, je vous jette pas la pierre, hein !), et **si trouvez que ce bouquin vaut 5 euros**, vous pouvez dès maintenant aller le payer (CB, site sécurisé), en cliquant sur le lien suivant : <https://www.3volution.fr/asp-products/la-vie-est-injuste-et-a-la-fin-tu-creves/>

Vous pouvez aussi m'envoyer des sous via Paypal à l'adresse suivante : [lui@da-vidmanise.com](mailto:lui@da-vidmanise.com)

Si vous trouvez que ce bouquin vaut plus que 5 euros, libre à vous de cliquer sur le petit "+" de quantité, et de payer plus cher. Je suis loin de rouler sur l'or au moment où j'écris ces mots. Alors je ne vais pas cracher dans la soupe. Vraiment pas. Et je vous remercie non seulement pour vos sous, mais pour ce qu'ils représentent : *le fait que — même sans y être contraint — l'être humain peut décider d'être honnête.*

## Remerciements

Merci à tous ceux qui ont librement choisi de payer ce livre, déjà. Vraiment.

Merci à Alain Baeriswyl pour ses "5 règles de vie", et notamment la première (la vie est injuste et à la fin on crève) qui sert de titre à cet ouvrage. Merci aussi pour la formulation "un citoyen sans fusil, c'est un contribuable" qui sert de titre à un des chapitres ci-dessus.

Merci à [Valériane Barthelemy](#) — thérapeute et amie — qui m'a accompagné étroitement pendant plusieurs mois et qui a facilité plusieurs des prises de conscience dont il est question dans ce livre.

Merci tout spécial à Pablo Servigne pour sa relecture bienveillante, ses feedbacks pleins de bon sens, et la bière, qui ne gâche rien :)

Merci aux relecteurs : Aurélie, Guill Aume, Cepo, Anthony, Christophe, Alexandre, et last but not least Kevin (qui, grâce à son oeil de lynx, a débusqué plein de fautes, merci !), Cédric l'ostéo-garou.

## **Petite note pour éviter les réflexions de merde**

Dans ce livre, plusieurs références bibliographiques sont des liens qui pointent vers le site amazon.fr. Certains me diront certainement que j'aurais pu trouver des alternatives plus éthiques, plus écolo, plus humaines, ou plus différentes. Et ils auront sans doute raison. Alors mea culpa. J'avoue. J'ai fait ce choix par pure et simple facilité. Vous pourrez sans problème, sur cette base-là, noter quels achats vous souhaitez faire, et aller voir en personne votre libraire préféré pour vous procurer les ouvrages en question d'une manière qui sera plus conforme à votre éthique personnelle, et ce sans me casser les couilles. Merci.

## **Groupe de discussion Facebook**

Vous pouvez venir nous rejoindre pour discuter sur Facebook. Pour le moment le groupe est ouvert et pas modéré. Au besoin je changerai ces paramètres pour faire en sorte que les discussions soient constructives.

[La vie est injuste et à la fin tu crèves, groupe Facebook](#)

## **Bibliographie ultra-sélective**

Les références principales pour ce bouquin sont déjà citées au fil du texte. Celles qui n'ont pas été citées et que j'ai pu retrouver facilement se trouvent ici.

Un documentaire de Arte, qui n'est plus disponible en replay : Hécatombe au néolithique. Très instructif et richement documenté.

*M. Dyble, G. D. Salali, N. Chaudhary, A. Page, D. Smith, J. Thompson, L. Vinicius, R. Mace, A. B. Migliano* : Sex equality can explain the unique social structure of hunter-gatherer bands. (Sciencemag.org)

R. W. Wrangham, D. Peterson, *Demonic Males: Apes and the Origins of Human Violence* (Houghton Mifflin Harcourt, City, 1996)

## **Mentions légales à deux balles**

Je n'ai pas fait de dépôt légal, demandé d'ISBN, ni pris le temps de m'emmerder avec tout ça. Cet ouvrage est néanmoins sous copyright. Pas Open Source. Pas Creative Commons. Non. Juste copyright de base. A l'ancienne.

© David Manise.

---

1. Si cette histoire de "ne pas en faire une affaire personnelle" vous rappelle Les 4 accords Toltèques de Don Miguel Ruiz, ça n'est pas une coïncidence.↩