Jérôme Meugnier

Des idées pour mieux vivre, à notre époque

Suivi de six contes

EDILIVRE

EXTRAIT

Introduction

Il y a certains mystères qui sont bien là où ils sont.

On risquerait d'être déçu si on les découvrait. Et pourtant, ce fut plus fort que moi ! J'ai voulu ouvrir le tiroir de certains d'entre eux, j'ai essayé d'y répondre et ce, malgré le risque d'être déçu moi-même.

Dans ce livre, je parle de ma conception de l'art, d'un sixième sens, des lois du cœur, du bonheur, d'un huitième péché capital. Je me suis posé la question de savoir d'où provient le développement de nos capacités intellectuelles, de notre force, de notre équilibre, ainsi que l'intérêt de la religion…

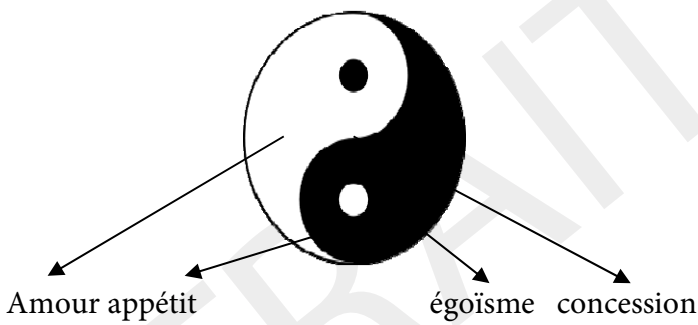
Partant de mes convictions personnelles, j'ai voulu évoquer ces sujets dans l'unique but d'apporter une réflexion dont tout un chacun, et plus particulièrement les jeunes, peut s'enrichir au gré de son envie, de son humeur, au gré du temps… Et si mon destin est encore aujourd'hui une énigme, les expériences que j'ai vécues au fur et à mesure du déroulement de ma jeune vie, m'ont permis d'approfondir mes pensées.

Écrire, pour témoigner.

EXTRAIT

EXTRAIT

Un aspect de nos comportements



Voici ce que l'on peut dire, des caractéristiques du yin et du yang. C'est une partie de notre comportement qui est révélé dans chacun de ces termes.

En faite pour bien vivre il faut à la fois vivre dans l'amour et être égoïste. Si on aime trop son prochain on s'oublie et si on s'aime trop soi même on ne se fait pas beaucoup d'amis.

Ceci revient à dire que nos comportements et nos relations ont en lien avec le yin et le yang. Mais cela fait travailler aussi bien, notre lucidité que nos émotions. Car jugé ce qui est bon pour nous et pour les autres, nous permet de faire travaillé notre lucidité et nos émotions. C'est la source de la réflexion, de la

EXTRAIT

concentration et de notre mémoire.

Le yin et le yang à souvent fait le rapprochement avec le bien et le mal. Le bien serait de dire que de penser aux autres tout en se faisant plaisir par les concessions, est source de bien être. C'est un bon comportement et on ce rapproche des religions. Par contre pensé qu'à soi même et se faire plaisirs qu'à soi. C'est un mauvais comportement. D'ailleurs, c'est la pratique de ceux qui sont dans le gothique.

Voici la différence entre le bien et le mal. Donc on a tous, depuis notre tendre enfance, fait du bien ou du mal à quelqu'un de cette manière…

Nous sommes à la fois, m'y ange et m'y démon…

EXTRAIT

Etat d'esprit

Etre heureux n'est pas chose facile. Cela dépend d'un certain état d'esprit. Pour ma part, il existe quatre états d'esprit. Regardons-les de plus près :

– Bonheur : Signe de jouissance. (D'ailleurs ne dit ton pas, « je nage en plein bonheur »).

– Heureux : Avoir le moral. C'est-à-dire que l'on peut s'investir pour soi ou pour autrui, que l'on peut s'investir sur le plan professionnel, que l'on peut concrétiser ses rêves.

– Malheureux : Ne pas avoir le moral. C'est l'opposé d'être heureux. Donc que l'on ne peut pas s'investir, que l'on a peut d'appétit et que l'on déprime.

– Souffrance : Signe de non jouissance, douleur.

Comme on peut le constater le bonheur est l'opposé à la souffrance et être heureux est l'opposé d'être malheureux. Mais pour chacun il est question de temps plus ou moins élevé. Pour le premier et le dernier état d'esprit, cela peux être dans un temps très court et pour le deuxième et le troisième, il perdure. Donc plus vous serez comblé, plus vous serez heureux et l'inverse, plus vous serez souffrirez, plus vous serez malheureux.

EXTRAIT

Alors il existe plusieurs remède, dont un qui ne coute pas chère pour être heureux. C'est faire de la relaxation. Car jouir de la paresse, peut nous permettre d'être heureux. Car rappelons le, l'appétit est source de joie. Indispensable pour pouvoir vivre et être libre. Donc pour la relaxation il suffit juste de s'allongé et de se concentrer, sur le souffle ou le touché, à la plage par exemple, pour y arriver. Encore faut-il en avoir le temps…

Pour bien vivre l'état d'esprit le meilleur, c'est d'être heureux. Mais il faut constamment recharger les batteries. Soit en pensant à soi même par l'appétit ou soit, en pensant aux autres par amour. D'ailleurs le fait d'être amoureux fait que l'on nage sur un petit nuage. Et la, on est en plein bonheur. Mais la chute peut être terrible, lors de la rupture et souffrir. Ce qui fait que l'on devient malheureux. Bref il faudrait être amoureux tout les jours, pour ce sentir bien ou être bourré d'appétit…

EXTRAIT

Le moral

J'ai constaté que pratiquement chaque pays, il existait dans le passé une méthode pour entretenir le moral. Aujourd'hui, nous pouvons tenter d'expliquer cela.

Nous savons que les modes de vie de l'époque avaient un lien avec les religions et avec l'amour. Ce constat m'intrigue si je me pose les questions de notre évolution et de notre moral. Si l'on observe les différences entre un bon moral et un moral plutôt bas, l'on constate des différences importantes ! Regardons-les de plus près.

Moral bas	**Bon moral**
Repli	Ouverture d'esprit
Perte d'autonomie	Autonomie
Absence de force	Vivacité, vitalité, joie
Le trou noir	La lumière
Perte de la raison de vivre	Raison de vivre
Ressent la mort	La vie éternelle
Endormi	Réveillé.

Ces termes peuvent prêter à confusion. Mais, si l'on aborde le moral par le thème de l'amour, on constate qu'il est encore question d'état d'esprit. Par exemple :

EXTRAIT

Si je vois qu'une personne en manque d'amour devient dépressive, j'interprète ce ressenti comme entrainant un repli, une perte d'autonomie, un manque de force, etc. On peut dire qu'elle se retrouve « moralement bas ».

Une personne célibataire et esseulée peut être moralement à terre ; elle ne croit pas en l'amour et ne croit que ce qu'elle voit.

Mais si vous prenez une histoire d'amour, telle que celle de Roméo et Juliette, vous constatez que tous les deux sont dans les nuages. Ils sont donc montés d'un cran.

Imaginez alors que Roméo n'a pas qu'une Juliette, mais deux. Roméo montera alors encore d'un cran, c'est-à-dire qu'il se retrouvera dans l'espace. Il ressentira tout ce qui est en lien avec le bon moral, énoncé ci-dessus, qui est, en réalité, tout ce qu'éprouve un enfant à travers un père et une mère (ouverture d'esprit, autonomie, réveil, lucidité, joie, vivacité…).

En revanche, si l'homme perd foi en l'amour et qu'il devient individualiste, il ne pensera qu'à lui-même. Cela se justifie dans le sens où, si nous sommes trop livrés à nous-mêmes, nous ne pouvons plus que compter sur nous-mêmes. L'argent devient alors une obsession phénoménale, qui fait que l'on oublie les autres et que l'on peut se réfugier de manière excessive dans le monde du travail, attitude entrainant du stress.

EXTRAIT

Un aspect de l'amour

L'amour est et restera toujours une grande énigme. Cependant, quelques aspects de ce grand sentiment peuvent être mieux définis.

Dès notre enfance, nous donnons de l'amour à nos parents, sous forme d'écoute, d'attention ou de confiance, des signes qui sont perceptibles chez l'enfant. Et réciproquement, les parents apportent ces mêmes signes qui créent ce lien qui s'appelle l'amour. Le respect est aussi une valeur fondamentale. Mais cette valeur varie, selon les conflits ou les disputes qui peuvent survenir. C'est ainsi que les sentiments se renforcent et que la vie se développe.

L'amour est aussi une force qu'il vaudrait mieux éviter de renier. Notre santé mentale risquerait d'en perdre quelque faculté pour survivre.

Parlons donc de cette force si mystérieuse. Comme vous venez de le constater, elle est le fondement de la vie. Elle est aussi une source d'énergie, permettant d'avoir et de conserver le moral, car l'amour que l'on reçoit est indispensable pour se battre. L'amour est aussi un sentiment qui peut, soit être dévastateur, soit réparateur, en fonction des

EXTRAIT

rapports que nous entretenons, par des signes, avec nos proches. Et cela, vous le savez déjà. On ne peut pas avancer par l'amour que l'on porte à ceux qui nous sont chers, si l'on est blessé.

Par ailleurs, la culpabilité ou la haine freinent nos capacités. Ceci signifie qu'il vaudrait mieux laisser des souvenirs agréables à ceux que l'on aime. Ces souvenirs deviendraient alors une source d'équilibre et un moteur, qui permettraient de ne jamais s'effondrer.

Nombreux sont ceux qui exploitent les autres et profitent de leur amour. À force de vivre cela, l'homme finit par s'endurcir et devient presque renfermé sur lui-même. Cette façon d'agir n'est pas honorable, car si les liens finissent par se rompre, nous perdons alors toute notre force, notre fierté, notre instinct et notre assurance en nous-mêmes. Cette situation devient alors catastrophique pour notre avenir.

Heureusement, tant que des enfants seront auprès de nous, c'est que l'amour est toujours là et qu'il persistera, car il est dans nos gènes. Mais il ne faut pas oublier que, parfois, de grandes injustices se créent avec nos proches. Si cela vous arrive, comme je viens de le dire, ne perdez pas tous vos moyens, car vous seriez doublement victimes, ce qui serait dommage.

La force de l'esprit dépend de tellement de conditions, que vous pouvez constater que l'être humain a beaucoup de facultés pour rester fort, même si cela n'est pas toujours évident.

EXTRAIT

L'homme et son cœur

Si l'on observe la vie, l'histoire des hommes, les cultures humaines, on peut dire que l'homme a toujours été protecteur, autant dans sa vie de couple que pour sa famille, et même pour ses amis. La femme aussi est protectrice, d'une manière peut-être moins physique, mais en donnant davantage de conseils de prudence pour ses proches. Comme, par exemple, recommander à ses enfants de ne pas parler à un inconnu.

D'une façon générale, on peut dire que les hommes et les femmes veillent aux conditions de vie des leurs. Ils savent se rendre des services, comme s'entraider au quotidien ou se donner des renseignements, des idées, des conseils ou autres.

N'oublions pas non plus de parler de la santé, car l'être humain d'aujourd'hui se préoccupe de la santé de ses proches. Il saura redonner le moral et la confiance à l'un des siens, surtout si la personne est dépressive, ou alors, il lui rendra visite dans un établissement de santé pour le soutenir.

Telles sont les lois de notre cœur. Elles sont des preuves d'amour. Nos hommes politiques devraient

EXTRAIT

en faire de même pour nous. On pourrait s'amuser à retenir et à citer quelques exemples pour savoir s'ils le font vraiment, mais je préfère vous laisser juger par vous-même.

L'homme d'aujourd'hui essaie de se perfectionner, autant dans sa vie professionnelle que dans sa vie familiale, alors qu'il a une grande beauté naturelle. Je pense qu'il faut rester soi-même et s'accepter tel que l'on est.

Nous passons du stade de l'enfance à celui de l'âge adulte dès que nous assumons nos responsabilités de protecteur, dès que nous veillons aux conditions de vie et que nous nous préoccupons de la santé de nos proches. En fait, tout ce qu'un jeune enfant aurait du mal à assurer… mais qu'un jour, il assumera. Ce sera alors comme une floraison.

Alors, ne peut-on dire que ce sont ces lois qui gardent le secret de cette civilisation, par le respect et l'aide que nous pouvons recevoir des autres, en cas de besoin et de nécessité ? Et, de ce fait, nous pouvons conclure que l'on a tous un cœur.

Encore un petit détail. Par les lois du cœur, que j'ai interprétées, lorsque les liens sont noués, nous pouvons nous attendre à donner une protection à nos proches et à la recevoir aussi. Ce qui revient à dire que lorsque les sentiments se créent par des signes tels que l'écoute, les intentions, la confiance et le respect, il existe de fortes chances pour que cette réaction protectrice renforce les liens. À ce moment-là, il sera

EXTRAIT

question de fraternité avec qui que ce soit. C'est ainsi que vous pouvez vérifier que cet amour est dans nos gènes. L'amour est aussi une question d'étapes et il évolue avec le temps.

Beaucoup d'artistes ont exposé sur le sujet de l'amour, mettant en évidence que parfois, à travers les relations, des injustices peuvent exister. En fait, cela revient à dire que l'être humain ne peut pas toujours écouter son cœur et que les relations humaines peuvent engendrer des blessures. Soit, parce que la personne juge qu'il n'est pas important d'apporter aux autres ce dont ils ont besoin, soit parce qu'elle n'en a pas le temps. Mais, la plupart du temps, nos sentiments nous poussent à agir et donc à venir en aide à ceux que l'on aime. C'est, là, toute la beauté de notre for intérieur.

EXTRAIT

L'appétit

L'appétit est une source d'épanouissement qui peut se trouver sous différents aspects. Certes, il existe à la base l'appétit d'un point de vue alimentaire, mais aussi l'appétit sexuel, l'appétit professionnel et les loisirs. Mais, même si nos sens nous procurent de belles émotions, on les acquiert par la volonté.

Donc, vous pouvez développer votre appétit alimentaire par vos sens ainsi que celui que j'ai qualifié de « sixième sens », le sens des mots (que vous verrez un peu plus tard). Si je vous décris la recette du bœuf bourguignon, vous aurez sûrement l'appétit culinaire qui se développera. De la même façon que l'appétit sexuel, si l'on vous dit spontanément : « Je t'aime ». L'impact sera le même.

L'appétit est une source de joie, grâce à toutes ces possibilités de dégustation. Et pour l'acquérir, on doit faire appel aux soi-disant péchés capitaux.

Les péchés capitaux, que j'ai nommés, sont les pouvoirs de l'homme qui nous permettent de concrétiser nos appétits. Et par nos dégustations, on recharge, en quelque sorte, notre moral, nous amenant à constater que la vie a tout de même du bon.

EXTRAIT

En fait, il s'agit simplement de dire que l'épanouissement que l'on acquiert par l'appétit est source d'autonomie, laquelle génère de la force pour notre moral. Il nous faut donc ces joies pour être libre. Car, sans cette force, nous n'aurons pas d'énergie. Tout nous pousse à profiter de ce que l'on dispose pour pouvoir entretenir notre force et profiter pleinement de ces joies de la vie. Ce n'est certainement pas sans raison…

Cependant, si nous plongeons dans un appétit, en particulier, de façon répétitive, on peut parler de dépendance. Il est vrai que celle-ci nous incitera à devenir agressif si nous ne pouvons pas disposer de ce nous avons besoin lorsque nous le souhaitons. La seule issue de secours est relative à l'amour. Ainsi, par ce grand sentiment, il est possible d'échapper à la dépendance pour pouvoir élargir toutes les panoplies de dégustation et conserver notre moral.

Ainsi, je me réjouis de savoir que la vie est constituée de certains privilèges. Libre à nous de les utiliser… il s'agit d'une question de goût, sachant que notre force d'esprit en dépend, donc notre liberté…

EXTRAIT

Les sept péchés capitaux et peut-être un huitième

La société a été conçue par l'homme. Nous pouvons donc dire que l'être humain reflète ce qui est en lui dans la société.

D'après le dictionnaire Hachette, nous pouvons dire que les sept péchés capitaux expriment la force ou la volonté de conquête.

Tout d'abord, permettez-moi de vous présenter une de mes citations : « La force de l'esprit se trouve dans le point sensible de l'être humain. », le point sensible étant l'amour ou la passion.

Par la passion d'une activité professionnelle, sportive ou artistique, on se donne l'envie de réussir. Certaines personnes parlent d'ambition, mais l'ambition n'est ni plus ni moins que du désir, un côté positif. On constate alors qu'il existe une force. Et, en sciences physiques, lorsque l'on parle de force, on parle d'intensité. À partir de cette idée, on peut constater que l'ambition ou l'envie de l'être humain sera chaque jour d'intensité variable, selon qu'il y consacrera plus ou moins de temps.

EXTRAIT

Toujours par passion, l'avarice est une source de motivation, mais on peut être avide d'honneur ou de gloire plutôt que d'argent. D'ailleurs, se poser des objectifs et des buts est une source d'énergie ou de force qui pousse chacun de nous à se battre dans son métier et à persister à travailler chaque jour. Comme pour l'envie, l'avarice est d'intensité variable.

Concernant les cinq autres péchés capitaux, laissez-moi vous les présenter et les valoriser, en démontrant qu'ils sont la force de l'esprit humain, dans son aspect le plus positif.

Par sa colère, l'homme a créé une justice. Cela veut dire que si l'on vous insulte ou si l'on touche à votre famille, vous allez vouloir vous révolter, soit au moyen de votre justice personnelle, soit par la justice de notre pays. Et comme vous le savez, lorsque nous sommes en colère, de l'énergie ou de la force, nous n'en manquons pas.

Par la gourmandise, nous pouvons avoir la volonté de manger, ce qui, pour notre corps, est une source d'énergie. Elle est d'intensité variable selon les jours. On se rend compte que lorsqu'elles déprIment, certaines personnes mangent beaucoup ou pas du tout. Et cette force permet de donner goût à la vie, en tous cas, d'avoir des moments de joie et de convivialité, au moment du réveillon, par exemple. Sachez que cette force contribue au moral qui, s'il est bon, nous donnera cette énergie physique.

Par l'orgueil, nous pouvons avoir la volonté de

EXTRAIT

veiller sur notre dignité, ce qui permet de faire preuve d'hygiène, autant pour l'homme que pour la femme, par la passion de soi-même. Nous pouvons dire aussi que l'orgueil permet d'accomplir de bonnes actions afin de ne pas avoir à ressentir de la honte. Par contre, je pense que l'on peut montrer un orgueil mal placé, comme, par exemple, exiger le respect alors que l'on n'en pas le mérite.

Par la paresse, nous pouvons avoir la volonté de nous détendre, ce qui est très utile quand nous sommes stressés. Je dirais même que c'est une protection naturelle contre tous les problèmes de santé qui sont liés au stress. Donc, disons que c'est une force de notre nature qui est nécessaire.

Par la luxure, nous pouvons avoir la volonté de procréer ou de passer un bon moment avec son (ou sa) partenaire, ce qui, pour moi, n'est pas un « crime », car cela peut calmer les tensions au sein d'un couple. Et cette force, tout comme la gourmandise, donne goût à la vie ; elle est très importante pour notre moral, dans la vie de tous les jours.

J'appellerai tous ces « péchés », des pouvoirs qui nous donnent la force de nous battre, tout au long de notre vie.

La curiosité pourrait être considérée, elle aussi, comme une force ou une volonté de conquête, qui serait le savoir, indispensable à la vie. Si je dois trouver un défaut pour la curiosité, de façon à

EXTRAIT