

# VIVRE SA VIE

A la rencontre du  
monde et de l'avenir



Le site internet de la fondation : [www.bienvivresavie.fr](http://www.bienvivresavie.fr)

## La Course Incessante de la Vie Moderne Un Appel à la Réflexion et à l'Apaisement

GERARD TREMEREL  
GERALDINE BONNIN  
DANY BEAUCHAMP

Voici une vérité souvent ignorée : dans notre monde moderne, nous sommes tous emportés par une course incessante, souvent dénuée de sens. Cette frénésie de mouvements, dictée par la quête effrénée du temps et de l'argent, nous entraîne dans une spirale de folie collective. Mais pourquoi courons-nous ainsi, sans cesse, sans fin ?

Dans cette société, le temps est devenu une denrée rare et précieuse, et l'argent, le maître impitoyable de nos existences. Nous nous précipitons d'une tâche à l'autre, d'un objectif à l'autre, espérant toujours gagner quelques précieuses minutes, accumuler quelques euros supplémentaires. Pourtant, au fond, cette course effrénée ne nous apporte ni la paix intérieure ni le bonheur véritable.

Il suffit pourtant de s'arrêter un moment, de questionner cette course insensée. Pourquoi courons-nous ? Pour qui ? Pour quoi ? Ces questions, simples en apparence, peuvent déclencher une véritable révolution intérieure. En prenant le temps de s'interroger, de réfléchir, nous pouvons peut-être retrouver la contemplation et la véritable essence de la vie. La contemplation, cet art oublié, nous invite à ralentir, à observer le monde qui nous entoure avec attention et émerveillement. En contemplant, nous nous reconnectons à la beauté de la nature, aux petits miracles quotidiens que la frénésie de notre vie moderne nous fait souvent oublier. Nous découvrons alors une source de sérénité et de joie profonde, bien loin des illusions matérialistes qui nous poussent sans cesse à courir. S'arrêter pour contempler, c'est aussi renouer avec soi-même. C'est redécouvrir ses propres pensées, ses émotions, ses aspirations profondes.

C'est se donner le temps de rêver, de créer, d'aimer. En cessant de courir, nous ouvrons un espace pour l'introspection, pour la méditation, pour une vie plus consciente et plus alignée avec nos valeurs et nos désirs véritables.

Nous lançons donc un appel à la réflexion et à l'apaisement. Il est temps de s'interroger sur le sens de notre course, de redéfinir nos priorités. Il est temps de réapprendre à vivre, non pas dans la frénésie et l'agitation, mais dans la présence et la sérénité. Nous pouvons peut-être redécouvrir ce qui importe vraiment : les relations humaines, l'amour, la solidarité, la créativité, la paix intérieure. Il ne s'agit pas de rejeter en bloc les progrès et les défis de notre époque, mais de trouver un équilibre, de réintroduire de la sagesse et de la mesure dans nos vies. Il s'agit de choisir consciemment de ralentir, de marcher plutôt que de courir, de contempler plutôt que de consommer. En répondant à cet appel à la réflexion et à l'apaisement, nous pouvons construire une société plus humaine, plus solidaire, plus sereine. Nous pouvons créer un monde où la quête du temps et de l'argent ne nous éloigne plus de l'essentiel, mais où elle sert à enrichir nos vies d'expériences profondes et significatives.

La course incessante de la vie moderne nous offre une opportunité unique : celle de nous arrêter, de réfléchir, et de redécouvrir ce qui importe vraiment. Saisissons cette opportunité, pour nous-mêmes et pour les générations futures. Transformons notre course folle en une marche harmonieuse vers un avenir plus lumineux et plus authentique.

### EDITORIAL

#### Redéfinir Notre Vie et Notre Monde

Le deuxième numéro de "Vivre sa vie" explore des aspects essentiels de notre existence et les défis de notre époque, offrant des perspectives variées mais convergentes vers une quête de sens et d'humanité.

*La Course Incessante de la Vie Moderne* nous interpelle sur la frénésie de notre vie quotidienne, souvent dictée par la quête du temps et de l'argent. L'appel à la réflexion et à l'apaisement est une invitation à redéfinir nos priorités et à retrouver la sérénité en renouant avec nous-mêmes et le monde qui nous entoure.

À la Rencontre du Monde et de l'Avenir nous pousse à réfléchir sur la destinée humaine et les leçons que l'histoire nous offre. Les vestiges du passé rappellent que rien ne meurt vraiment, mais renaît sous d'autres formes, nous aidant à forger un avenir plus éclairé et juste.

*Un adulte créatif est un enfant qui a survécu aux contraintes et responsabilités de la vie adulte.* Il faut souligner l'importance de préserver l'esprit créatif de l'enfance à l'âge adulte. Pour garder cette créativité, il est crucial de cultiver curiosité et ouverture, permettant ainsi de continuer à voir le monde de manière nouvelle et inspirante.

*Redécouvrons la Vérité Spirituelle* souligne la nécessité de dépasser les contradictions des religions traditionnelles pour trouver la Vérité en nous-mêmes.

*La liberté est un droit naturel que chaque être humain doit exercer avec responsabilité.* Pour que la paix règne, il est essentiel de vivre dans la liberté avec conscience, en appliquant les lois d'amour et de charité.

*L'évolution de la pensée humaine nécessite une réconciliation entre science et religion.* Le spiritualisme moderne offre une vision plus haute en liant les domaines intellectuels, permettant une compréhension plus profonde de l'univers et de notre existence.

*La priorité dans notre monde globalisé doit être de garantir un travail décent à chacun.* La solidarité et la responsabilité envers notre humanité commune sont essentielles pour réduire les inégalités. En adoptant des habitudes de consommation responsables, nous pouvons transformer notre monde économique et social pour un avenir plus juste et durable.

*"Vivre sa vie" vous invite à une introspection profonde et à une action collective pour un monde plus humain et solidaire. Saisissons cette opportunité pour redéfinir notre vie en harmonie avec nos valeurs.*

----- L'EQUIPE EDITORIALE



## Un Adulte Créatif L'Enfant Qui a Survécu

----- GERALDINE BONNIN

La célèbre auteure Ursula K. Le Guin nous offre une perspective fascinante et provocante avec sa citation : « **Un adulte créatif est un enfant qui a survécu** ».

Cette phrase, riche en sens et en implications, nous invite à réfléchir sur la manière dont les contraintes du quotidien et les habitudes peuvent devenir des obstacles à notre créativité et notre perception du monde.

La créativité est souvent associée à l'enfance, une période où l'imagination n'a pas de limites et où chaque jour est une nouvelle aventure. Les enfants voient le monde avec des yeux neufs, ils s'émerveillent des petites choses et sont capables de transformer le banal en extraordinaire. Mais en grandissant, nous sommes confrontés à des responsabilités et des attentes qui tendent à restreindre notre champ de vision et à enfermer notre esprit dans des schémas répétitifs.

Les adultes se retrouvent souvent piégés dans la routine et les conventions sociales. Le travail, les obligations familiales, les soucis financiers et les pressions sociales forment un carcan qui étouffe progressivement la spontanéité et la capacité à rêver. Les contraintes du quotidien, bien qu'elles soient nécessaires à une certaine stabilité, peuvent devenir une véritable prison pour l'esprit créatif.

Pour échapper à ces schémas répétitifs, il est essentiel de cultiver une attitude de curiosité et d'ouverture, similaires à celles que nous avons enfants. Cela peut se manifester par de petites actions quotidiennes : essayer de nouvelles activités, voyager, lire des genres littéraires différents, ou simplement prendre le temps d'observer et d'apprécier notre environnement.

Le message de Le Guin rappelle l'importance de préserver l'enfant en nous. Ce n'est pas seulement une question de nostalgie, mais une nécessité pour maintenir vivante notre créativité et notre capacité à voir le monde sous des angles nouveaux. Les adultes créatifs sont ceux qui ont su préserver cette étincelle enfantine, cette capacité à s'émerveiller et à questionner les évidences.

**Être un adulte créatif, c'est être un enfant qui a survécu aux contraintes de la vie adulte. C'est savoir trouver un équilibre entre les exigences du quotidien et la liberté de penser autrement. C'est continuer à rêver, à explorer, et à voir le monde avec les yeux de celui qui découvre pour la première fois. En adoptant cette perspective, nous pouvons non seulement enrichir notre propre vie, mais aussi inspirer ceux qui nous entourent à faire de même.**

Vivre sa Vie vous encourage à renouer avec votre enfant intérieur et à laisser libre cours à votre créativité. Ne laissez pas la routine étouffer votre esprit, osez voir le monde autrement.

## À la Rencontre du Monde et de l'Avenir

----- GERARD TREMEREL

En explorant les ruines de Carthage, des cités grecques de Sicile et de la campagne de Rome, j'ai ressenti le poids du temps sur ces lieux autrefois vibrants. Ces vestiges m'ont plongé dans une réflexion profonde sur la destinée humaine, les passions et les luttes qui ont marqué ces civilisations. Pourquoi tant d'efforts pour aboutir à des sépulcres silencieux ? Où va l'homme dans sa course ? Vers le néant ou une lumière inconnue ? La nature, éternelle, encadre les débris des empires, rappelant que rien ne meurt vraiment, mais renaît. Les lois profondes guident ces évolutions. Face à la mort, la question de la vie après la mort devient plus poignante. Notre époque, malgré ses progrès matériels, cherche en vain un remède à ses maux. Cependant, il existe une solution plus grande, basée sur le témoignage des sens et la raison, révélant des formes d'existence inattendues. Ces réflexions s'adressent surtout aux travailleurs, dont l'existence est difficile. Elles n'expliquent pas tout, mais offrent une compréhension plus profonde de la vie, montrant qu'elle n'est pas le fruit du hasard, mais la conséquence d'une loi juste et équitable. Cela peut illuminer un rayon d'espérance dans vos incertitudes et alléger vos épreuves.

L'histoire humaine, vue à travers les ruines, offre un miroir de nos vies.

Chaque monument en ruine est une page de leçons et de réflexions. En comprenant les forces qui ont façonné ces civilisations, nous trouvons des réponses aux questions profondes de notre existence. Embrasser cette perspective historique et spirituelle nous permet de trouver une nouvelle direction et une lumière dans l'obscurité.

**En fin de compte, c'est notre quête de sens et de compréhension qui donne un véritable sens à notre existence. En réfléchissant sur les vestiges du passé, nous trouvons la force de forger un avenir plus éclairé et plus juste, pour nous et les générations futures.**

## Redécouvrons la Vérité Spirituelle

### Le Devoir d'Aujourd'hui

----- GERARD TREMEREL  
GERALDINE BONNIN

Aujourd'hui, notre mission n'est pas de combattre les croyances, mais de les revisiter pour offrir aux individus ce qu'ils n'ont pas reçu des institutions traditionnelles. Ces croyances, aux enseignements variés et contradictoires, ne semblent pas détenir la Vérité absolue. Alors, où se trouve-t-elle ?

La Vérité ne réside-t-elle pas dans les dogmes, les réformes, ou les principes de diverses traditions spirituelles ? Toutes ces croyances sont marquées par des contradictions et des mystères. Peut-être que la véritable réponse se trouve au fond de nous-mêmes.

Il a été dit qu'une force de Vérité viendra pour rétablir toutes choses. Cette Vérité pourrait-elle être un enseignement global, basé sur la justice et la bonté universelles ? La justice et la bonté ne sont-elles pas des valeurs fondamentales pour toute existence humaine ? Tous les êtres humains sont égaux, et l'amour doit être l'élément essentiel de notre existence.

Cependant, le monde actuel est marqué par des luttes, la recherche du profit, et la destruction de la nature. Le progrès matériel, mal utilisé, nous mène à notre perte. La perte de confiance en des idéaux supérieurs est évidente. Il est temps de faire évoluer notre pensée.

Les croyances traditionnelles n'apportant plus de réponses concrètes, il est crucial de reconnaître une Vérité universelle parmi nous. Des groupes de réflexion et de spiritualité se forment partout pour unir les individus de bonne volonté et apporter l'espoir d'un avenir meilleur.

Nous devons dépasser les barrières dogmatiques et reconnaître l'importance d'une évolution continue de l'âme. En acceptant l'idée d'une progression spirituelle, nous voyons que l'évolution personnelle est possible.

**Secouons les certitudes établies, instruisons-nous en spiritualité, et cherchons ce qui nous unit. Cultivons l'amour et la compréhension mutuelle, continuons à apprendre et à partager ensemble.**



Comme les jardiniers dévoués qui veillent sur leurs plantes avec amour et dévouement, "Vivre Sa Vie" cultive un terrain fertile où les idées fleurissent et où les actions prennent racine. Ensemble, éduquons, agissons et transformons notre monde pour le rendre plus juste, plus équitable et plus harmonieux.

## Les champs d'actions de «VIVRE SA VIE»

### La Liberté et la Grande Vérité : Un Chemin Vers l'Équilibre Universel

----- DANY BEAUCHAMP  
GERARD TREMEREL

La liberté, bien que précieuse, ne peut être absolue dans notre monde, car tous les individus, peu importe leur statut, sont interconnectés et dépendent les uns des autres. Cependant, chaque être humain possède un droit naturel à l'autonomie, un droit de s'appartenir. Ce droit est accompagné de la responsabilité d'utiliser cette liberté de manière judicieuse, car comprendre les lois naturelles sans les appliquer pleinement serait inutile.

Chaque personne doit être un exemple vivant, à travers ses paroles et ses actions, en s'abstenant de faire aux autres ce qu'elle ne voudrait pas qu'on lui fasse. La sincérité et l'authenticité de l'homme simple sont plus proches de la grande vérité que les artifices de ceux qui cherchent à paraître ce qu'ils ne sont pas.

La véritable liberté réside dans une pensée libre, inaltérable par aucune contrainte extérieure. Les lois matérielles peuvent restreindre l'expression de cette pensée, mais elles ne peuvent jamais l'éteindre. Ce qui est considéré comme une erreur aujourd'hui pourrait être reconnu comme vérité demain, car la pensée évolue avec le progrès. La conscience est cette voix intérieure qui guide l'homme dans ses actions et ses réflexions. Elle est un refuge sacré et inaliénable, et personne ne devrait être forcé d'agir contre ses convictions profondes, car cela engendre l'hypocrisie et freine le progrès personnel et collectif. Atteindre la liberté de conscience, c'est manquer de respect et de charité. Il est légitime de dénoncer les actes qui déstabilisent la foi ou les convictions naturelles, mais la

croissance intime doit rester libre et accessible.

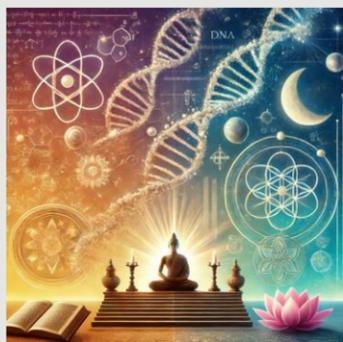
L'évolution humaine est inévitable, comme en témoigne la diminution des superstitions à travers les âges.

Il ne peut y avoir qu'une seule grande vérité universelle, transcendant les différences culturelles et religieuses. Cette vérité doit être spiritualiste, respectueuse des consciences et des libertés individuelles, et capable de rassembler tous les humains, indépendamment de leur origine ou de leur couleur de peau. La conviction ne peut être imposée de force ; elle doit être enseignée par la douceur et la persuasion.

La grandeur d'une doctrine réside dans la cohérence entre les paroles et les actions. Prêcher l'amour et la fraternité sans les pratiquer est vain. Chercher la paix tout en se préparant à la guerre est un paradoxe. Une doctrine qui n'applique pas les principes d'amour et de charité ne peut être sincère ni porteuse de progrès. Dès l'enfance, les parents ont la responsabilité d'enseigner les valeurs du bien, tout en respectant la liberté de conscience de leurs enfants. Ils ne doivent pas imposer leur vision spirituelle, car rien ne garantit que l'esprit de l'enfant ne soit pas plus évolué que le leur. Ils pourraient regretter d'avoir restreint la liberté de conscience de leur enfant.

**Pour que la paix règne sur terre et qu'un bonheur plus grand s'installe, il est essentiel de vivre dans la liberté, avec une conscience éclairée et respectueuse des autres. Ce chemin vers un équilibre universel repose sur l'application des lois naturelles d'amour, de charité et de respect des libertés individuelles.**

### Pour une Réconciliation de la Science et de la Religion L'Évolution de la Pensée



----- GERARD TREMEREL - 06.14.09.50.73

L'évolution de la pensée humaine est gouvernée par une loi similaire à celle qui régit l'évolution physique. La compréhension de l'univers se développe au fur et à mesure que l'esprit humain progresse. Cette conception a été exprimée de multiples façons à travers les âges et continue de s'élargir à mesure que l'humanité avance.

La science, bien qu'incertaine et changeante, permet à l'esprit humain de progresser dans la connaissance de l'être et de l'univers. En présence de nombreux phénomènes constatés expérimentalement, nul esprit clairvoyant ne peut nier la réalité de la survivance et les conséquences morales qu'elle entraîne.

Les religions ont puissamment contribué à l'éducation humaine, freinant les passions violentes et gravant la notion morale au fond des consciences. Leur apport esthétique est indéniable, ayant créé des chefs-d'œuvre qui se poursuivent à travers les siècles. Cependant, l'erreur des religions, notamment du catholicisme, réside dans leur enfermement en des dogmes rigides, immobilisant ainsi la pensée.

Le matérialisme a gagné du terrain, proclamant une morale qui prône la lutte pour la vie et la sélection des forts.

Cette philosophie, en l'absence d'entraînement moral et de discipline, a engendré un malaise et une discorde dans la société. Malgré tout, rien ne meurt ;

tout se transforme et se renouvelle, préparant la voie à une foi intelligente et éclairée.

La séparation des domaines intellectuels entre science et religion a compliqué, rétréci et divisé notre compréhension du monde. Il est nécessaire de dépasser ces classifications arbitraires pour concilier et réconcilier ces domaines dans une vision plus haute. Le spiritualisme moderne accentue cette tendance, liant deux humanités par sa démarche scientifique et son objectif de rechercher les sources éternelles de force et de vie.

**Appel à l'Action :** Nous encourageons tous les groupes et individus intéressés par la spiritualité à étudier ces textes et à partager ces connaissances avec leurs membres et la communauté.

En comprenant et en diffusant ces principes, nous pouvons guider la société vers une ère de compréhension, d'harmonie et de progrès personnel.



Voici une illustration qui représente un monde où le travail et la dignité sont prioritaires pour tous. Elle met en scène des personnes diverses engagées dans des activités significatives, entourées d'éléments de durabilité, symbolisant une société harmonieuse et équitable.

# Pour un Monde Équitable

## La Priorité du Travail et de la Dignité

----- DANY BEAUCHAMP

Dans notre monde de plus en plus globalisé, la priorité absolue doit être de garantir à chaque être humain un travail décent qui lui permette de nourrir sa famille et de vivre dignement. Victor Hugo déclarait que « **la misère n'est pas une fatalité, elle est une création des hommes.** » Aujourd'hui, alors que la population mondiale croît sans cesse, il est impératif de trouver des solutions durables pour que chacun ait une place et un rôle valorisé dans la société.

En 2024, il est inacceptable que des millions de personnes meurent encore de faim et de soif, particulièrement en Afrique, tandis que d'autres, ailleurs, gaspillent des ressources alimentaires précieuses. La disparité entre ces deux réalités est révoltante.

Mahatma Gandhi affirmait que « **la terre offre suffisamment pour satisfaire aux besoins de chacun, mais pas à la cupidité de tous** ». Notre devoir de solidarité et de responsabilité envers notre humanité commune doit nous guider pour réduire ces inégalités.

Pour répondre à ces défis, il est essentiel de revenir à une alimentation saine et équilibrée, basée sur une éducation alimentaire qui enseigne comment se nourrir correctement et de manière durable. Cela nécessite une agriculture respectueuse de la nature, évitant au maximum les engrais et pesticides chimiques.

La souveraineté alimentaire devient alors centrale : chaque pays doit s'assurer que ses méthodes de production respectent des standards environnementaux élevés.

Le consommateur doit reprendre le pouvoir sur ses choix alimentaires et matériels. Il doit privilégier les produits locaux, réduire les gaspillages et soutenir les pratiques agricoles durables. Ce changement de consommation entraînera inévitablement des bouleversements économiques, mais c'est une condition nécessaire pour assurer à tous un emploi, un toit et une vie décente.

La consommation excessive de viande, particulièrement de bœuf, a des répercussions considérables sur l'environnement.

En 2017, selon la FAO, 323 millions de tonnes de viande ont été produites, et chaque année, 65 milliards d'animaux sont abattus pour la consommation humaine.

La production de viande est une source majeure de gaz à effet de serre, notamment le méthane (CH<sub>4</sub>) produit par la digestion des ruminants. Réduire cette consommation est non seulement une question de respect des animaux mais aussi une nécessité écologique.

La production de viande consomme également énormément de ressources en eau et en céréales. Près de 40 % des céréales cultivées dans le monde sont destinées à nourrir le bétail. Cette disproportion contribue à la déforestation et à la dégradation des sols. En ajustant nos habitudes alimentaires, nous pouvons libérer des terres agricoles pour des cultures plus directement utiles à l'alimentation humaine.

Cette réflexion s'étend au-delà de l'alimentation. Avons-nous réellement besoin de plusieurs voitures par famille ? Pouvons-nous privilégier les transports en commun ou la bicyclette ? La frénésie d'achat de vêtements et d'équipements électroniques est-elle justifiée ?

Le philosophe Henry David Thoreau nous invite à « **simplifier, simplifier** ».

Adopter des habitudes de consommation plus responsables et équilibrées est essentiel pour l'avenir de notre planète.

Nous devons reprendre le contrôle de notre consommation pour transformer notre monde économique, politique et social.

Cette transformation est cruciale pour garantir à chaque être humain une vie digne, en harmonie avec la nature et ses ressources limitées. En suivant les paroles de sagesse de Victor Hugo, Gandhi et Thoreau, nous pouvons construire un avenir plus juste et durable pour tous. Comme le disait Martin Luther King Jr., « **l'injustice, où qu'elle se produise, est une menace pour la justice partout ailleurs.** »

Il est temps d'agir ensemble pour un monde plus équitable.