





Bonheur d'agir !





Martin Rieussec

BONHEUR D'AGIR !

préface

Thierry Janssen

illustrations

Adrien Rérat

Les éditions Fischbacher

&

Astobelarra / Le Grand Chardon





Du même auteur

*Ouvrages collectifs sous la coordination
de Martin Rieussec :*

Vous avez dit cancer ?
Des causes environnementales à la prévention,
Jouvence, 2010

Moment d'agir ! Un appel de la jeunesse,
Jouvence, 2012

Aux femmes et aux hommes
qui tentent de mettre leurs actes en
cohérence avec leurs valeurs.

L'ambition de la jeunesse se mesure ici à
l'audace de leurs rêves, et leur valeur à la
ferveur que nous mettrons à les réaliser.

*Gilles-Éric Séralini, Professeur des
universités, chercheur et auteur.*

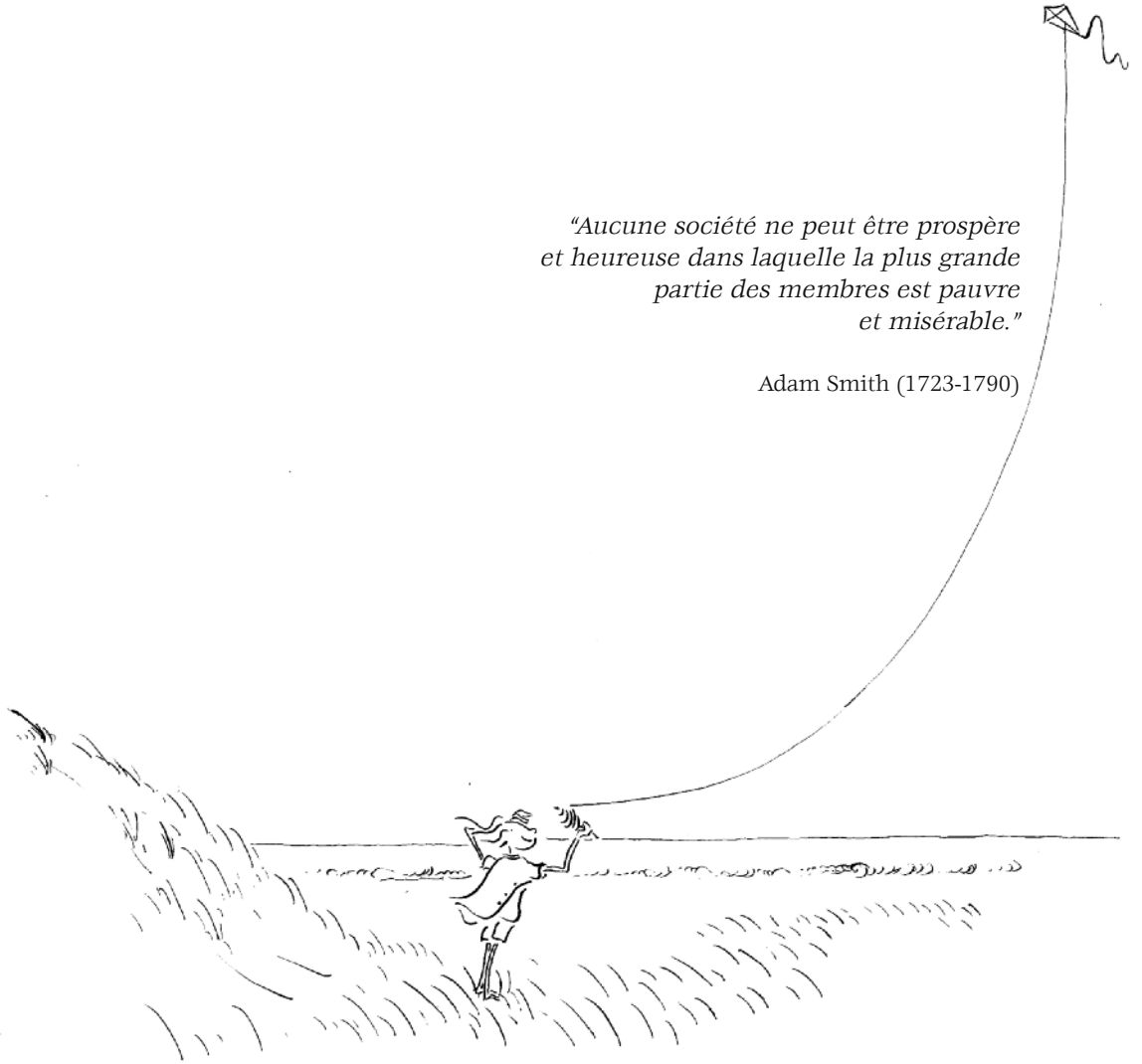
Isbn Les éditions Fischbacher :
978 - 2 - 7179 - 0144 - 3

Isbn Le Grand Chardon/Astobelarra
979 - 10 - 90126 - 04 - 6



*"Aucune société ne peut être prospère
et heureuse dans laquelle la plus grande
partie des membres est pauvre
et misérable."*

Adam Smith (1723-1790)





SOMMAIRE

PRÉFACE	13
PRÉAMBULE.....	17
CHAPITRE 1_DU CORPS HUMAIN AU CORPS SOCIAL	21
De l'embryon à l'être humain	
Le corps humain, différentes parties reliées entre elles	
De la médecine ostéopathique au corps social	
CHAPITRE 2_REGARDS SUR LES DÉFIS	33
Observer la Terre	
Les Hommes et la Terre	
CHAPITRE 3_POURQUOI EN SOMMES-NOUS LÀ ?	59
Sommes-nous en lien avec la nature ?	
Sommes-nous en lien avec notre nature ?	
CHAPITRE 4__TENTER DE VIVRE SES RÊVES	81
“Vivez les rêves que la vie vous défie de rêver”	
Témoignage de mon aventure associative	
“Lorsqu'il n'y a pas de vision, le peuple meurt”	
CONCLUSION	99
Merci au Conseil National de la Résistance	
Demain, serons-nous des héros ordinaires ?	
REMERCIEMENTS	109
RÉFÉRENCES	112
NOTES	115
ANNEXES	119



PRÉFACE

En achevant la lecture de ce livre, je n'ai pas eu le sentiment d'avoir appris grand-chose de nouveau. Les faits souvent alarmants que Martin Rieussec y rapporte sont connus. Ils ont été publiés, commentés, contestés ou au contraire confirmés à maintes reprises. Pourtant, je crois que ce livre est un livre important car, au-delà des informations qu'il contient, il témoigne d'une prise de conscience, d'une réflexion, d'une indignation et d'une motivation qui sont, à mon sens, absolument nécessaires pour la bonne santé de nos sociétés.

Cet ouvrage est un cri, un appel à ne pas se résigner.

La résignation est un poison. Elle habitue nos esprits à l'impuissance, nous cantonne dans un rôle de victime et nous empêche de recourir à toute forme d'expression. La résignation est à l'origine de bon nombre de dépressions. Elle est le contraire de la vie. Tant que nous la refusons, nous avons l'énergie indispensable pour combattre la fatalité, nous sommes capables de nous

adapter et nous trouvons des solutions pour rester vivants. Refuser de se résigner est une preuve de vitalité, un acte de santé, un signe de jeunesse au sens le plus noble et le plus sain du terme.

Il est inquiétant de constater à quel point nous sommes résignés, anesthésiés par le confort dans lequel nous vivons, si peu enclins à nous remettre en question, obnubilés par la volonté de nous divertir afin d'oublier notre dépression. Cela apparaît particulièrement vrai au sein des jeunes générations dont la capacité à dire "non" est sacrifiée sur l'autel du matérialisme et de l'hyperconsommation. Comme si la jeunesse n'appartenait plus à ceux qui devraient l'incarner. Le fait que l'auteur de ce livre n'ait que vingt-six ans me paraît donc très rassurant. Se fondant sur son expérience personnelle, notamment en tant que jeune ostéopathe, Martin Rieussec nous invite à nous souvenir de certains principes fondamentaux. Et, usant de métaphores comme le font les enseignants de la tradition, il nous rappelle que rien ne peut changer tant que ces principes ne sont pas manifestés d'une manière concrète à travers nos actions. Le bonheur est d'agir. L'action est la condition de notre bonheur.

Oui, le livre de Martin Rieussec est un livre important. Je tiens à lui témoigner ma gratitude pour l'avoir écrit. Car j'ai deux fois son âge et je n'ai pas envie de vieillir dans le monde qu'à force de nous résigner nous conspirons à construire. Je veux croire qu'une autre réalité est possible mais je sais que celle-ci n'existera pas sans le réveil de la jeunesse.

Thierry Janssen

Docteur en médecine, chirurgien
devenu psychothérapeute spécialisé
dans l'accompagnement des malades,
auteur de nombreux ouvrages
dont *La Solution intérieure*,
La maladie a-t-elle un sens ?
et *Le Défi positif*.



PRÉAMBULE

J'ai perdu un cousin d'un cancer, une leucémie. Sylvain avait dix-neuf ans. Une cousine aussi. Marie en avait dix-huit. Une tumeur au cerveau. Un camarade de classe et un copain ont aussi été atteints de leucémie. Le premier en est mort.

En 1992 tous les États de la planète se sont réunis à Rio de Janeiro pour énoncer les principes d'un développement durable. L'une des idées principales est que les modes de vie d'une génération ne doivent pas compromettre la possibilité des générations futures à vivre. J'ai 26 ans et je fais parti de la première "génération future" depuis 1992. Une génération qui paye aujourd'hui un lourd tribut à l'insuffisance d'ambition réelle pour préserver la Terre. En effet, il y a un lien étroit entre notre santé et l'environnement.

Cet ouvrage est le reflet de mon parcours. J'ai eu la chance de vivre dans la nature, avec la nature, de me découvrir grâce à elle et de me bâtir avec elle. J'ai grandi dans une ferme, parcouru les montagnes environnantes à pied et à VTT, descendu les torrents, vécu au rythme des saisons, vu butiner les abeilles, récolté leur miel,

coupé à la faucille la lavande, cueilli des coquelicots, des roses et distillé ces fleurs aux propriétés médicinales avec mes parents. Et, le soir, lorsque nous rentrions du cinéma et que les portières de la voiture se fermaient, la lumière de celle-ci s'éteignait, et d'autres apparaissaient, par dizaines, par milliers. Il suffisait de lever la tête pour découvrir les étoiles. Pas d'éclairages urbains masquant l'univers. L'accès à la beauté de la voûte céleste était direct. Regarder le ciel, c'est prendre du recul ; la Terre et les Hommes, quel mystère, quel miracle.

Dans ce court ouvrage, il est question d'un bonheur possible - celui d'agir pour ce qui nous tient le plus à cœur. Mais j'aborde aussi un autre thème : les liens entre le corps humain, le corps social et la Terre. Enfin, j'ai la chance et la joie qu'un ami, Adrien Rérat, illustre ce livre.

Je vous souhaite une excellente lecture.

Bien à vous,

Martin Rieussec
Oloron Sainte-Marie, juin 2012

chapitre 1

DU CORPS HUMAIN AU CORPS SOCIAL

De l'embryon à l'être humain

Durant mes études d'ostéopathie, assis face à mes professeurs, j'avais les yeux grands ouverts. Ce qui me revient à l'esprit, c'est l'étonnement de découvrir l'intelligence de notre corps. Sa capacité à gérer à chaque instant un très grand nombre de tâches pour perpétuer au mieux un état d'équilibre indispensable pour sa survie. Qu'il s'agisse de la teneur en sucre dans le sang, de la température ou des battements du cœur, le corps met en place des mécanismes complexes pour réguler ces différents paramètres. Cette régulation nous permet de vivre, elle est nommée homéostasie.

Parmi les matières que j'ai particulièrement appréciées, il y a eu l'embryologie. C'est l'étude du développement de la première cellule née de la rencontre d'un spermatozoïde et d'un ovule à un être humain complet neuf mois plus tard. Un développement qui s'effectue au sein d'une matrice, l'utérus. Dès

le début, tout va très vite. Au quatrième jour, l'embryon est constitué de trente-deux cellules. Il a l'aspect d'une petite mûre et c'est pour cela qu'il est appelé morula. Au vingt et unième jour de vie, le cœur bat déjà et pendant la troisième semaine le futur bébé prend la forme d'un disque constitué de différentes couches planes. Elles sont au nombre de trois. Il va alors se produire une véritable métamorphose à partir de la troisième et de la quatrième semaine. Les trois feuillets vont de plicatures en plicatures passer d'un plan à un volume. L'embryon a sa forme presque définitive à la fin de la période embryonnaire, à deux mois¹. Cette période a une très grande importance pour la future vie de l'enfant, car c'est durant ces deux premiers mois que vont se construire les principales ébauches des organes. Il est à ce moment-là très vulnérable à la pollution chimique dont un grand nombre de mères sont imprégnées à leur insu. Ces polluants ne s'arrêtent pas au placenta, mais atteignent le futur enfant. Malheureusement, car ils font des dégâts.

À partir de ces trois feuillets, différents tissus et organes se développent. À partir du feuillet supérieur se forment le système nerveux et la couche superficielle de la peau. Le feuillet du milieu devient une partie de la colonne vertébrale, du système urinaire, cardio-vasculaire et les muscles.

Enfin, le feuillet inférieur, qui se retrouve au centre lors des plicatures, se développe en tube digestif et glandes annexes, foie, pancréas, glandes salivaires et thyroïde, ainsi qu'en une partie des poumonsⁱⁱ. Mais ces différents organes fonctionnent-ils de manière isolée les uns des autres ou en constantes interactions ?



Le corps humain, différentes parties reliées entre elles ?

Les liens entre les différentes parties du corps sont de plusieurs ordres, anatomiques et physiologiques. Anatomiquement, toutes les parties sont intimement reliées les unes aux autres. Par exemple, le bassin est relié aux épaules par les muscles grands dorsaux. Ce sont eux que nous voyons dans le dos des nageurs et qui dessinent un V.

Sur le plan physiologique, les liens sont particulièrement importants. Parmi nos nombreuses glandes, la thyroïdeⁱⁱⁱ, qui se trouve à la base du cou, déverse des hormones dans le sang qui influencent le fonctionnement de toutes nos cellules. Elles sont tout de même 60 000 milliards ! Cette glande régle notre métabolisme, c'est-à-dire le niveau d'activité de nos cellules. Si la glande est en surfonctionnement, le métabolisme s'emballe, la personne a chaud et perd du poids. Et, cela a aussi un impact sur le psychisme. L'hyperthyroïdie entraîne en effet souvent une irritabilité, de la nervosité et de l'anxiété. À l'inverse, si cette glande fonctionne trop peu, le corps se met au ralenti, la personne a tendance à prendre du poids et à être dans un état de léthargie avec un ralentissement des fonctions cérébrales.

Le bon fonctionnement du corps dans son ensemble n'est possible que si cette glande a une activité optimale. L'équilibre est fragile. Différentes causes peuvent amener à un dysfonctionnement, notamment un choc émotionnel, un environnement social anxiogène, un taux de radioactivité anormalement élevé, comme à Tchernobyl et Fukushima, ou encore des polluants chimiques perturbateurs endocriniens.

Les exemples ne manquent pas au sein du corps pour témoigner que le bon fonction-

nement de l'ensemble passe par un bon fonctionnement de chacune de ses parties. Enlevons le foie et nous ne pouvons plus vivre. C'est identique pour le cœur, les reins, les poumons. Bien sûr, nous pouvons vivre sans certaines parties - un bras ou une jambe par exemple - mais il y a toujours des conséquences à cela et la qualité de vie s'en trouve affectée.

Ainsi, non seulement le corps est fait de différentes parties reliées entre elles, mais chacune joue un rôle dans le bon fonctionnement de l'ensemble. En serait-il de même sur la Terre ? Les différentes espèces animales et végétales vivent-elles isolées les unes des autres ou sont-elles au contraire en constantes interactions ?

De la médecine ostéopathique au corps social

L'ostéopathie est une médecine manuelle originale. Les idées principales sont que le plein état de santé, qui est un état de bien-être, nécessite le bon fonctionnement de chaque zone du corps, des zones entre elles et que le corps et l'esprit sont liés. Elle part du constat que le corps a en lui les ressources pour être et rester en forme jusqu'à un certain âge. C'est la capacité d'autoguérison. Elle nous permet de retrouver un état d'équilibre lorsqu'il a été rompu. Le processus de cicatrisation d'une coupure en est

une illustration. Mais parfois, le corps, face à un traumatisme important, n'arrive pas seul à retrouver un état d'équilibre. Le rôle de l'ostéopathe est alors d'agir pour que les tissus qui en ont besoin bénéficient d'un "coup de pouce". L'un de mes enseignants, Jean-Pierre Guillaume, dit que pratiquer l'ostéopathie équivaut à danser. En effet, il y a un aller-retour constant entre l'ostéopathe et le patient. L'intelligence de son corps est à l'œuvre. L'ostéopathe facilite le déploiement du potentiel d'auto-guérison, rien de plus. L'un des points essentiels de cette médecine est la finesse du diagnostic. Pour cela, nous utilisons plusieurs grilles de lectures : l'observation, la forme, la densité, le mouvement respiratoire tissulaire, l'attraction tissulaire et les tests de mobilité^{iv}. Toutes permettent d'évaluer l'état de mobilité du corps, mais de différentes manières.

Un jour, une jeune retraitée vint me voir. Elle souffrait d'hémorroïdes. Le bilan montra des dysfonctions ostéopathiques du bassin, de l'abdomen et de la mâchoire. Je fis un traitement de ces zones sauf de la mâchoire par manque de temps. Mais je lui demandais tout de même si sur cette zone elle n'avait pas une gêne quelconque. J'appris qu'effectivement elle n'arrivait pas à ouvrir en grand la bouche à cause de tensions musculaires. Elle vivait ainsi, selon ses mots,

"depuis toujours". Un an plus tard, elle prit rendez-vous. Ses hémorroïdes avaient mis plusieurs mois à partir, pour elle l'ostéopathie n'y avait sûrement pas contribué. Elle était revenue pour que nous travaillions sur sa mâchoire. J'effectuais un traitement et lui dis de revenir. Au début de la séance suivante, elle me raconta avoir ressenti de la légèreté et davantage d'ouverture de sa mâchoire. J'étais content. Mais cela n'avait malheureusement duré que quelques jours ! Et, rapidement l'état de tension qu'elle connaissait depuis si longtemps avait été de nouveau présent. Puis, après un moment de silence, elle me raconta avoir fait un cauchemar suite au précédent soin. Elle était cachée, des soldats la cherchaient. Elle me dit aussi que plus jeune elle faisait souvent ce cauchemar. Ne comprenant pas pourquoi, elle en avait parlé à sa mère. Celle-ci lui avait alors raconté le contexte dans lequel elle avait été conçue. C'était durant la Seconde Guerre Mondiale, son père était un résistant.

Je l'ai revue encore une fois pour sa mâchoire. Cela fut suffisant pour que l'état de tension ressenti dans la mâchoire depuis toujours s'apaise, pour qu'elle vive avec un certain relâchement de cet espace et puisse mieux ouvrir sa bouche. Pour elle, il y avait vraisemblablement un lien entre les ten-

sions dans la mâchoire et le contexte dans lequel elle avait été conçue. Elle est ensuite revenue pour d'autres raisons au cabinet. Cela m'a permis de constater que, depuis six mois, la détente est toujours là. Et ce, alors que la première fois que je lui avais dit qu'éventuellement sa mâchoire pourrait mieux fonctionner, elle avait été étonnée. Pour elle, cette difficulté à ouvrir la bouche, cet état de tension, faisaient partie de sa vie. Il ne pouvait en être autrement.

Ces différentes séances illustrent que la médecine ostéopathique ne peut pas tout soigner, loin de là. Mais l'ostéopathie a sa raison d'être au sein d'un système de santé. Elle a des limites. Par exemple, elle ne soigne pas les maladies graves comme le cancer. Mais elle offre des possibilités intéressantes. Nous pouvons imaginer le corps comme un livre. Un livre, où est écrite une partie de notre histoire. Des toutes premières cellules de notre corps à aujourd'hui, il nous est arrivé à chacun un grand nombre d'événements. Parmi les événements que nous vivons, certains ont été traumatisants, que ce soit au niveau physique ou psychique. Cela peut être une chute de la balançoire ou une séparation affective par exemple. Face à un traumatisme qui nous déstabilise, nous avons, ou pas, en nous les ressources pour faire face et retrouver un état d'équilibre.

Parfois, ce traumatisme reste inscrit dans le corps et nous allons vivre avec ce qu'il génère. Cela peut aller de la gêne occasionnelle au mal-être ou à des maladies parfois graves. L'éventail des impacts négatifs est grand. Les différentes grilles de lecture en ostéopathie permettent de chercher dans le corps ces traumatismes ou tensions. Les traitements consistent à agir pour que les zones en perte de mobilité, qui ont été comme figées par le traumatisme, soient de nouveau en mouvement. Les dysfonctions du corps portent en elles leur solution que l'ostéopathe aide à faire émerger. Il est intéressant de noter que Gandhi disait : "*Là où se trouvent les problèmes se trouvent aussi les solutions*". Lorsque la personne ne présente aucune perte de mobilité, en général elle est dans son plein état de santé qui est un état de bien-être. Le mouvement, la mobilité est le reflet de la vie. L'objectif de l'ostéopathe est d'aider chacun à retrouver toute sa mobilité, son plein état de santé, avec le plus simple des outils : la main.

Lorsque j'ai lu le livre "*Conversation avec moi-même*" de Nelson Mandela, un passage m'a interpellé. Il est question du rôle des leaders, de la société, du climat dans laquelle elle est, et de ce que cela engendre sur ses membres.

“De bons leaders apprécient à sa juste mesure le fait que l'apaisement des tensions dans la société, de quelque nature que ce soit, mette en avant les esprits créatifs en réunissant les conditions d'un environnement idéal pour que les hommes et les femmes de vision puissent avoir une influence sur la société. À l'inverse, les extrémistes ne produisent que de la tension et des défiances réciproques. Un raisonnement clair et un plan bien conçu ne furent jamais leurs armes de prédilection.”^{vi}

Ne trouvez-vous pas, à la lecture de ce texte, que même si les niveaux d'organisation du corps humain et du corps social sont très différents, il semble que des processus similaires soient à l'œuvre ? L'apaisement des tensions s'accompagne dans les deux cas de l'émergence d'élans pour le bénéfice de l'ensemble. Pour chaque niveau, il y a la confiance dans les ressources : les cellules au sein du corps humain, les femmes et les hommes pour la société. Nelson Mandela insiste sur la responsabilité des leaders dans ce passage. Ce qui me conduit à plusieurs questions. Nos gouvernements français, européens et à travers le monde ont-ils un raisonnement clair et un plan bien conçu pour favoriser l'apaisement des tensions sociales afin de construire les conditions d'un environnement idéal pour l'épanouissement du

plus grand nombre ? Bien sûr, nous avons la chance de vivre dans des démocraties et qu'il n'y ait pas d'extrémistes au pouvoir, mais nos responsables politiques ont-ils vraiment conscience des défis sanitaires et écologiques du XXI^e siècle ? Ont-ils mesuré leurs implications pour les générations actuelles et à venir ?

chapitre 2

REGARDS SUR LES DÉFIS

Observer la Terre

En mai 2010, j'étais, sous une pluie battante, sur les berges de l'Ardèche, une rivière sauvage dans le sud de la France. Écoutant un professeur de géologie, j'ai voyagé dans le temps. Avec un peu d'imagination bien sûr ! C'était une expérience très forte : mettre en perspective ce lieu où j'étais déjà venu de nombreuses fois. Où j'étais venu en aveugle - le terme est fort car j'avais été touché par la beauté du lieu, l'eau qui scintille et les gorges au loin - mais je n'avais pas vu les traces du passé qui constituent la trame de ce lieu, ce qui a fait ce paysage unique. Ce professeur nous a parlé en ramassant des cailloux, des différentes glaciations, d'époques où la mer était venue et repartie. Il nous a appris que la mer Méditerranée fut jadis presque à sec. Cela avait entraîné la création de galeries qui écoulaient l'eau de surface en Ardèche jusqu'à son niveau. Ces galeries sont aujourd'hui sous le niveau de la Méditerranée car la mer est depuis bien remontée^{vii}. Les pay-

sages sont constitués par différentes époques, chacune ayant laissé une trace parfois minime qu'un regard attentif pourra souvent percevoir ou deviner. Ils ont cela en commun avec notre corps, leur histoire les constitue. La Terre et le corps humain sont des mémoires. Avec attention, découvrir un peu de leur passé est possible.

En regardant le film *"Nos enfants nous accuseront"* de Jean-Paul Jaud, je me suis posé une question. Dans l'approche ostéopathique nous évaluons la densité du corps et celle-ci est un élément du diagnostic. Par exemple, une zone d'hyperdensité a pu être causée par un traumatisme et devient une gêne au bon fonctionnement général de l'être humain. Un passage du film montre un paysan équipé d'une bêche. Il retourne la terre d'un champ cultivé en agriculture biologique puis il fait de même dans un champ situé à quelques mètres qui reçoit des produits chimiques de synthèse. La comparaison est édifiante. D'un côté la terre est aérée, friable, il y a des vers de terre, des galeries, de la vie. Alors que de l'autre, elle est dense et forme des plaques très compactes. Et surtout, les champs bien qu'étant côte à côte ne sont pas à la même hauteur. Et la différence est grande ! Dans le champ cultivé en agriculture intensive le sol est beaucoup plus bas. Pourquoi cela ?

Car la terre a peu de vers de terre en elle, et d'autres formes de vie à cause des produits chimiques et des lourds tracteurs qui la tassent. Lorsqu'il pleut, l'eau ruisselle à la surface, alors que le sol vivant l'absorbe grâce à la multitude de petites galeries qui le constituent. Au final, en ruisselant à la surface du champ cultivé avec des produits chimiques de synthèse, l'eau emporte de la terre sur son passage. Ce qui est très ennuyeux car la couche de terre fertile est peu épaisse...

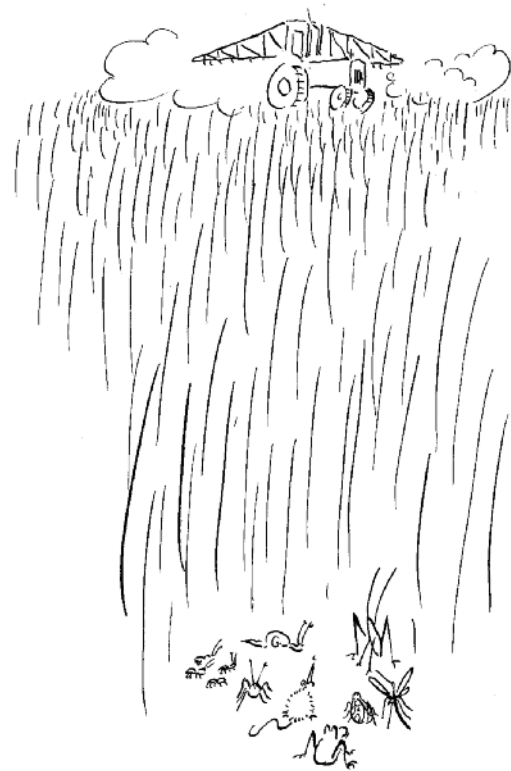
Si nous ne cultivons pas rapidement toutes les terres dans le respect des sols, des vers de terre et des autres formes de vie qui les composent, comment allons-nous faire ? Sur une terre morte, seule la désolation peut régner. Aurions-nous oublié que la fine couche de terre est une oasis de vie dont la nôtre dépend ? Aurions-nous oublié que la Terre fait partie d'un vaste ballet cosmique aux innombrables galaxies où tout est en mouvement continu, en évolution perpétuelle ? Aurions-nous oublié que nous ne connaissons pas à ce jour de planète avec une vie telle que nous la connaissons sur Terre ? Je retiens une image qui illustre notre condition - celle d'une orange. L'atmosphère clémentine et la fine couche de terre fertile sont représentées par sa peau. Celle-ci est très fine, infiniment mince alors que

nous croyons souvent à tort à notre échelle d'être humain qu'elle est vaste, sans limite, et que nous pouvons nous permettre de la négliger.

En ostéopathie la densité est un indicateur du fonctionnement du corps humain et il semble en être un aussi pour la Terre. Y a-t-il d'autres points communs ?

Au cours des XIX^e et XX^e siècles, les sols en France ont beaucoup changé. Alors que depuis la nuit des temps et jusqu'au début du XIX^e siècle, seule existait l'agriculture biologique ou naturelle et que les agriculteurs avaient des exploitations de taille petite à moyenne, aujourd'hui, les agriculteurs utilisent majoritairement des pesticides et autres produits chimiques de synthèse et la taille des fermes a énormément augmenté. Les haies ont été coupées en nombre lors du remembrement. Enfin, les engins agricoles ont vu leur poids augmenter continuellement. Une bonne partie des terres cultivées en France est donc aujourd'hui plutôt de type dense qu'aéré et riche en matières organiques, comme c'était encore le cas il y a deux siècles.

Et d'ailleurs, globalement, notre environnement, en deux siècles, mais surtout depuis cinquante ans, est devenu de plus en plus dense. Nous avons construit des maisons en



béton, matériau qui ne respire pas, à la différence du bois, des briques ou des murs en pierre et chaux. Nous nous déplaçons souvent dans des "boîtes en fer" avec la voiture et le métro tandis que nos aînés se déplaçaient essentiellement à pied, à vélo ou à cheval. Nous avons mis du goudron tant et plus dans nos villes et agrandi celles-ci avec des zones pavillonnaires et commerciales là où, avant, il y avait des fleurs, de l'herbe et des paysans.

Un environnement de plus en plus dense va-t-il dans le sens d'une bonne qualité de vie pour l'individu ? Et par extension, cela favorise-t-il l'épanouissement de l'ensemble des membres de la société ? Au niveau du corps humain en tout cas, les zones d'hyperdensité sont souvent dues à des traumatismes. Elles gênent son bon fonctionnement.

Ce qui est fait est fait. Il ne s'agit pas de revenir en arrière, ni de s'apitoyer sur quoi que ce soit. L'important est de regarder devant, d'imaginer et de mettre en place le meilleur scénario pour la suite.

Les Hommes et la Terre

"Lorsque vous ne vous occupez pas de l'environnement, l'environnement s'occupe de vous."

Hubert Reeves

Qui aujourd'hui n'est pas touché par le cancer ou n'a pas un proche atteint ? Mon entourage proche a été touché par cette terrible maladie. Un cousin, une cousine et un camarade de classe ne sont plus là. Ce qu'ils ont vécu, nous sommes nombreux à le vivre. De plus en plus. Beaucoup trop nombreux. Pourquoi « trop » ? Car il peut en être autrement !

Le cancer n'est pas une fatalité. L'augmentation sans précédent du nombre de nouveaux cas non plus. Elle peut être stoppée si une vraie volonté d'agir sur les causes connues et suspectées de cette maladie voit le jour. Depuis trente ans, en Europe chaque année le nombre de nouveaux cas de cancers augmente chez les enfants et les adolescents^{viii}. Et cette tendance s'accélère ! Alors qu'il y avait en 1980 en France 170 000 nouveaux cas de cancers, il y en a eu 320 000 en 2005. Une augmentation de +93% chez les hommes et de +88% chez les femmes^{ix}. D'autres maladies chroniques sont en pleine expansion : les allergies, l'asthme, le surpoids, l'obésité, le diabète, les maladies auto-immunes, les maladies dégénératives et les affections mentales au point que nous pouvons parler d'une véritable épidémie^x. Un Français sur six est aujourd'hui atteint d'une maladie chronique grave^{xi}. Souvent, j'interviens dans des lycées, des facultés et des colloques. Je demande la

plupart du temps aux personnes présentes de lever la main si elles sont touchées par une des maladies chroniques citées ci-dessus ou si l'un de leurs proches l'est. Et malheureusement, invariablement, la quasi totalité des personnes présentes ou un de leurs proches sont concernés par ce qu'il faut bien appeler une crise sanitaire. Il y a beaucoup de souffrances évitables.

S'il est vrai que l'état sanitaire se dégrade - en témoigne la croissance de ces maladies -, il est vrai aussi que la médecine a fait des progrès. Elle a notamment contribué à faire en sorte que les maladies infectieuses, premières causes de mortalité en 1906 en France, se soignent désormais beaucoup mieux et représentent actuellement moins de 2% des causes de décès^{xii}. Elle a aussi participé à l'allongement de la durée de vie. Mais la médecine allopathique ou conventionnelle se trouve aujourd'hui dans une impasse. Face à l'augmentation des cancers, de l'obésité, du diabète et de l'ensemble de ces maladies chroniques, la réponse proposée actuellement est insuffisante. Pour le Président du Réseau Environnement Santé, André Cicoella, *"notre système de soin est malade d'une conception de la santé qui marginalise l'action sur les causes des maladies"* Un exemple illustre bien l'absence de politique publique de prévention ambitieuse. A propos des dépenses annuelles

liées aux cancers en France, l'Institut National du Cancer annonce que sur les 12 milliards de dépenses globales, 10 milliards sont affectés aux soins, 780 millions à la recherche, 350 millions au dépistage et seulement 120 millions à la prévention^{xiii}. Pourquoi si peu de prévention ? N'est-il pas plus simple de prévenir une maladie que d'essayer de la guérir ?

A l'échelle de la Terre, même si l'on peut se réjouir d'une augmentation de 20 ans de l'espérance de vie moyenne durant la seconde moitié du XX^e siècle^{xiv}, la situation n'est pas brillante. Loin de là. C'est une honte. Tandis que les pays riches économiquement sont affectés par le surpoids et l'obésité, ailleurs dans le monde ils sont de plus en plus nombreux à souffrir de la faim. Près d'un milliard en 2010^{xv} ! En 2008, selon l'OMS, il y avait 1,5 milliard de personnes en surpoids ou obèses dans le monde^{xvi}. Et en 2009, 6 millions de Français étaient obèses et plus de 16 millions en surpoids^{xvii}. Il y a de quoi avoir la nausée. Les mots de Jean Ziegler, ancien rapporteur spécial pour le droit à l'alimentation du Conseil des droits de l'homme de l'ONU, me questionnent : *"Toutes les cinq secondes, un enfant meurt de faim. Il n'y a pas d'argent, car l'argent sert à renflouer les banques"*^{xviii}. Je me rappellerai toujours mes premières impressions ressenties lors d'un voyage à

Madagascar. De la stupeur et de la tristesse. Une jeune femme, un bébé dans le dos tenu à elle par un tissu, penchée en avant, arpentant un tas de déchets sur le bas-côté de la route à la recherche de *je-ne-sais-quoi* dans la banlieue de la capitale, Tananarive. L'Humanité est aujourd'hui profondément injuste. L'accès à l'essentiel : manger, boire, s'habiller, se former, travailler, bénéficier d'un système de soins n'est possible que pour certains. Et pourtant, ce serait possible pour tous. Mais les dirigeants du G8 sont-ils élus sur ces critères d'accès pour tous aux besoins essentiels ?

Une autre découverte sur le plan sanitaire m'a profondément affecté. En 50 ans, la qualité des spermatozoïdes dans le monde a chuté de 50%. Elle baisse de manière constante de 1% par an en moyenne^{xix}. Où allons-nous en continuant comme cela ? Nos enfants pourront-ils être parents ?

L'une des raisons de cette croissance des maladies chroniques est la dégradation de notre environnement physique. La pollution par les produits chimiques de synthèse est généralisée. Nous en trouvons dans l'eau, dans l'air et dans un grand nombre d'aliments. Il n'y a rien d'étonnant au fait que nos corps en contiennent par dizaines. Les conséquences néfastes pour notre santé



sont nombreuses. L'espèce humaine a quarante mille ans d'existence, elle n'avait jamais été au contact de ces molécules. Nous les avons diffusées largement dans l'environnement au cours de ces cinquante dernières années et nous sommes en train de constater le résultat d'une telle manière d'agir. Il y a des dégâts. C'est indéniable.

Un exemple emblématique est le Bisphénol A, ou BPA, une molécule que l'on retrouve notamment dans les boîtes de conserve, les bouilloires en plastique et les cannettes. Elle migre du contenant au contenu pour finir dans notre organisme. Elle est facteur de cancers, surpoids, diabète, obésité, troubles du comportement et d'infertilité. Le spectre de dysfonctionnements induits est très large car cette molécule gêne non pas un organe spécifique, mais le système hormonal et donc le corps tout entier. Elle fait partie d'une grande classe de molécules chimiques de synthèse nommées perturbateurs endocriniens. Des études montrent que plus de 90% des Nord-Américains sont imprégnés par le BPA à des doses qui favorisent chez l'animal le déclenchement de l'ensemble des maladies citées précédemment.^{xx} Les modes de vie européens étant similaires, il est fort probable que nous soyons contaminés dans la même mesure.

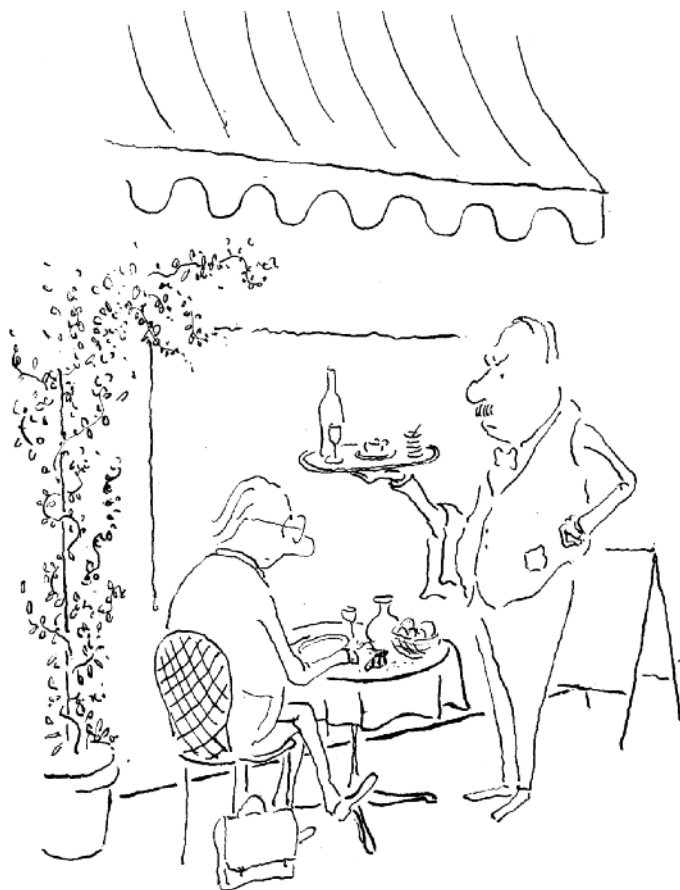
Au cours du XX^e siècle, il y a également eu une dégradation de notre environnement au sens large, en France. Elle peut être source d'agressions pour l'individu et par conséquent cause de stress chronique et de maladies. Ces agressions sont de nature variée : la peur du lendemain car les conditions de travail sont précaires ou alors parce qu'il n'y a pas de travail, l'absence de sens investi au niveau professionnel, l'insalubrité d'un logement ou la difficulté à en trouver un, l'accélération du temps perçu avec les nouveaux moyens de communication, l'anxiété induite par l'impossibilité de payer ses factures ou encore l'isolement social. Un éditorial de Philippe Thureau-Dangin dans le magazine Courrier International pose des questions intéressantes : *"Peut-on imaginer des sociétés durablement enfoncées dans le chômage de masse ? Peut-on accepter de faire de la précarité un style de vie ?"*^{xxi}

La liste des sources possibles de stress chronique est longue. Ce sont elles qui expliquent en partie que les ouvriers ont une espérance de vie de sept ans inférieure aux cadres supérieurs à l'heure actuelle en France^{xxii} ! Plus nous sommes pauvres, plus nous sommes exposés à un environnement dégradé, source de stress, et aussi malheureusement plus nous sommes vulnérables ! C'est "la double peine" qui se traduit par



une différence très nette d'espérance de vie mais aussi en termes de qualité de vie. En effet, si on prend comme indicateur l'espérance de vie en bonne santé, c'est à dire sans aucune incapacité, la différence entre les cadres supérieurs et les ouvriers passe à dix ans^{xxiii} ! Ce n'est pas rien. C'est même un scandale ! Ces inégalités sociales de santé ne sont-elles pas un enjeu majeur de cohésion sociale ? Depuis vingt ans, elles ne cessent d'augmenter ! L'injustice sociale tue à grande échelle ! Ce n'est pas nouveau, mais cela peut changer. Je le souhaite de tout cœur.

Nous l'avons vu, notre biologie la plus intime, notre qualité de vie, sont influencées par tout ce qui nous entoure. Notre environnement social et physique influence considérablement notre santé. C'est pourquoi, dans une nouvelle approche de la santé, il est nécessaire d'améliorer le système de soin. Cela passe par un égal accès pour tous à une médecine de qualité. Mais il faut aussi, et surtout, veiller à améliorer la prévention et donc notre environnement. Et plus particulièrement, pour les plus pauvres, car ce sont eux les plus concernés par les inégalités environnementales : ils habitent le plus près des autoroutes à fort trafic, des usines ou encore des sites d'incinération et les ouvriers sont généralement surexposés aux produits chimiques.^{xxiv}



"LA PLANÈTE TOURNE À 311 M/S, AINSI JE GRAVITE AUTOUR DU SOLEIL À 3 KM/S ET AUTOUR DE LA GALAXIE À 25KM/S QUI ELLE MÊME VOYAGE À LA VITESSE DE 600KM/S ... ET VOUS ME DEMANDEZ D'ALLER PLUS VITE ? "

“Une injustice commise quelque part est une menace pour la justice dans le monde entier.”

Martin Luther King (1929-1968)

Si nous voulons que notre idéal de justice ne reste pas seulement un idéal, relever les manches et travailler est nécessaire. Et si nous tolérons à l'inverse, que les injustices que ce soit au niveau environnemental, sanitaire ou dans d'autres domaines s'accroissent, tant en France que sur la planète, alors elles feront le lit de tensions sociales majeures dans les années à venir. Les révoltes, les actes de terrorismes ont pour terreau les inégalités, l'injustice et la misère. Faisons en sorte que chacun, où qu'il soit, puisse être digne. C'est une question de valeur, mais c'est aussi dans l'intérêt de tous. La sécurité physique de chaque membre de la communauté humaine, premier élément de la qualité de vie, est à la base d'une stabilité et d'une prospérité de l'Humanité. Ne doit-elle pas être notre premier objectif ?

“Protéger l'environnement coûte cher. Rien faire coûtera beaucoup plus cher.”

Kofi Annan

Non seulement en un siècle nous avons tant pollué la Terre que nous en payons aujourd'hui les conséquences, mais nous avons aussi été très gourmands. En poisson

et en viande. Nous, ce sont essentiellement les pays riches économiquement. Pour ce qui est du poisson, les stocks fondent comme neige au soleil. Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, la moitié des stocks sont pleinement exploités, un quart surexploité, épuisé ou en phase de reconstitution, et un quart seulement pourrait supporter une hausse de production^{xxv}. Par ailleurs, plus un pays est riche, plus sa population mange de la viande. Avant la seconde guerre mondiale nous connaissions l'expression populaire “gagner sa croûte”. Nous découvrons après guerre la formule “gagner son bifteck”. Mais le coût environnemental du bifteck et de la viande en général est considérable. Pour nourrir le bétail, nous détruisons les forêts et leurs habitants disparaissent. Cela contribue au fait que l'Homme est en train de provoquer la 6e grande crise d'extinction d'espèces^{xxvi}. Le taux d'extinction des espèces est aujourd'hui 100 à 1000 fois plus élevé que le taux d'extinction naturel, en raison de l'impact des activités humaines^{xxvii}. Et selon le Programme des Nations unies pour l'environnement près de 25 % des mammifères et 12 % des espèces d'oiseaux sont menacés de disparition^{xxviii}. Cela représente un oiseau sur huit et un mammifère sur quatre. J'ai vécu en direct la chute de la biodiversité, et cela a été très douloureux. Mes parents sont apiculteurs. Souvent à la sortie de

l'hiver, lors des premières visites de ruches les nouvelles étaient mauvaises. Un tiers des abeilles sont mortes une année. La moitié une autre année. Et ainsi de suite. Les activités humaines sont pour une large part responsable de cette disparition, qui, heureusement, n'est pas totale !

"Tout sert à tout et rien ne sert à rien."

Au début de l'ouvrage, je formulais cette question : les différentes espèces animales et végétales vivent-elles isolées les unes des autres ou au contraire en constante interaction ? Un jour un ostéopathe m'a dit : *"dans le corps humain tout sert à tout et rien ne sert à rien"*. Par conséquent, chaque partie doit être finement étudiée pour la compréhension de l'ensemble. Du fait de mes connaissances limitées, je ne peux pas affirmer qu'effectivement tout sert à tout et que rien ne sert à rien dans le corps et qu'il en est de même pour les différentes espèces animales et végétales. Mais, je garde quoi qu'il en soit de cette maxime une idée pertinente : l'interdépendance. Elle est à l'œuvre tant au sein de notre corps entre les différents organes qu'entre les différentes espèces végétales et animales sur Terre. Un exemple l'illustre bien : si un jour il n'y a plus d'abeilles, il n'y aura presque plus de pollinisation et donc de fruits sur Terre. Ce qui montre qu'une seule espèce d'insectes

peut jouer un rôle considérable et que sa disparition peut mettre en péril un nombre important d'autres espèces. Quand bien même nous ne connaissons pas les relations entre une plante ou un animal et son environnement, être la cause de sa disparition, c'est prendre le risque important d'avoir ignoré qu'il ou elle joue sûrement un rôle dans l'équilibre général. C'est prendre le risque que cette disparition nous soit néfaste.

Mesurons l'importance de cette donnée. N'oublions pas que notre vie dépend d'un équilibre général dont le climat et sa stabilité sont l'une des composantes. N'oublions pas aussi qu'au sein du corps, il n'y a pas d'un côté des organes importants et de l'autre, d'autres qui ne le sont pas. Tous ont leur raison d'être. Il est peu probable qu'il y est, au sein des espèces animales et végétales, une partie qui, en disparaissant, n'aurait aucun impact sur l'ensemble des espèces.

De plus, depuis toujours, les Hommes se soignent avec les plantes. En réduire la diversité comme c'est le cas de nos jours, c'est diminuer les possibilités de traitements. Alors comment justifier la chute de la biodiversité ? Comment justifier que les abeilles mais aussi les baleines, les pandas et les ours blancs voient sans cesse leur nombre s'amenuiser ? Au nom de quoi ces

espèces voient leur fin se dessiner à l'horizon prématurément? À cause de cette compétitivité économique tant recherchée? À cause de la recherche du profit de quelques uns qui s'accompagne d'un chômage de masse et d'une précarisation de la vie du plus grand nombre? Au nom d'un confort fait d'une accumulation de biens matériels dont nous ne savons, souvent, que faire? Au nom de notre paresse qui ne nous pousse pas à adopter des modes de vie qui les respectent? Ces questions n'ont pas un grand intérêt, mieux vaut se concentrer sur le meilleur qui est en nous afin de le faire briller. Mieux vaut ouvrir des débats porteurs d'espoirs.

Dans le journal *Le Monde*, un article^{xxix} lève tout doute au sujet de l'interdépendance à l'œuvre dans la nature au sein des différentes espèces. Le titre est "*Les grands prédateurs, protecteurs de la nature*". Nous y apprenons qu'en "*Afrique subsaharienne, le déclin des lions et des léopards a conduit, dans certaines régions, à une explosion des colonies de babouins olives qui, poussés par la faim, se sont rabattus sur les champs cultivés et ce sont approchés des villages, transmettant à leurs habitants leurs parasites intestinaux.*" Cet exemple parmi bien d'autres, illustre "*le fonctionnement en cascade de la chaîne alimentaire et ses impli-*

cations multiples pour l'ensemble des écosystèmes, hommes compris." Il souligne aussi "*le rôle capital que jouent, sur terre, en mer ou dans les airs, les espèces placées au sommet de ce réseau trophique : les prédateurs supérieurs, clés de voûte de l'équilibre des milieux naturels. Or, cet assemblage complexe, dont les différents étages sont interdépendants, est mis à mal par la raréfaction des grands prédateurs, alerte, [...] un groupe de 24 chercheurs de six pays. [...] Pendant des millions d'années et jusqu'à récemment, les prédateurs supérieurs ont été omniprésents sur le globe. La perte de ces animaux est peut-être l'influence la plus profonde de l'Humanité sur le monde naturel. À leurs yeux, la préservation de ces espèces emblématiques ne relève pas d'une démarche purement "éthique ou esthétique". Il s'agit d'un enjeu "fondamental" pour la planète.*" La dernière phrase a le mérite d'être claire. Notre avenir est lié à celui des grands prédateurs. A nous de prendre la mesure de ces liens avec les espèces animales et végétales qui sous-tendent notre possibilité de vivre. A nous d'agir pour que la biodiversité soit préservée. La diversité, des Hommes, notamment en termes de culture, comme celle des espèces animales et végétales, est plus que précieuse - elle est vitale.

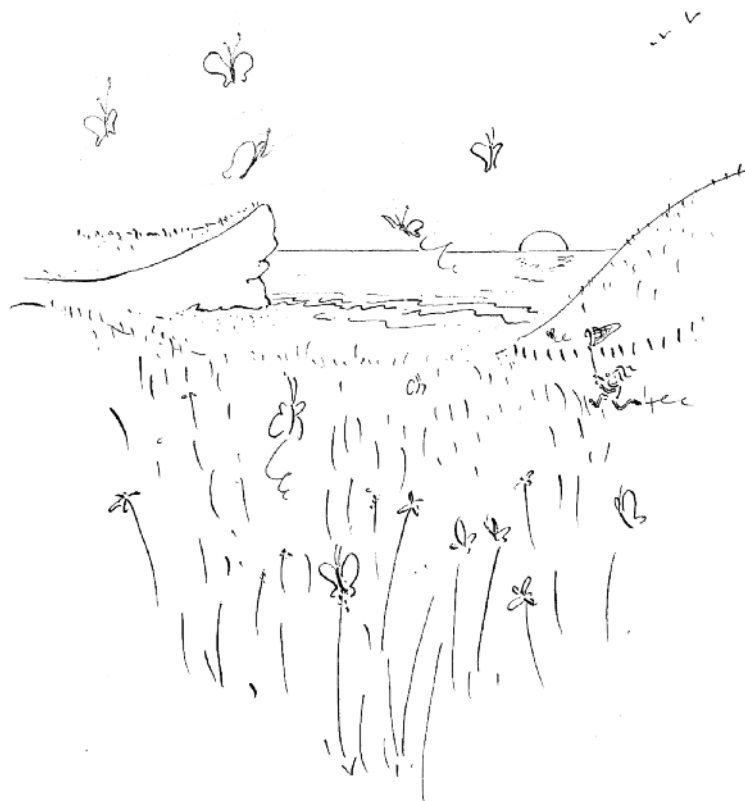
Les "sociétés hors sols", conséquences de l'usage de l'or noir.

Avec la découverte du moteur à explosion, nous avons également inventé le concept de "sociétés hors sols". Dans toute l'histoire de l'Humanité, les Hommes ont toujours essentiellement vécu de la nourriture qu'ils trouvaient et produisaient à proximité. Avec un pétrole bon marché, nous dégustons un yaourt qui a parcouru trois mille kilomètres. Nous mangeons du jambon dans les Pyrénées qui a été élevé en Bretagne grâce à du soja cultivé en Argentine. L'eau en bouteille qui arrive de France se trouve très facilement dans les magasins d'alimentation de l'île d'Hokkaido au Japon ! Et conséquence de tout cela, la terre se réchauffe avec des impacts considérables. En un demi-siècle, la température a augmenté de près de 1° et le phénomène va en s'accéléralant.^{xxx} Ce qui entraîne une multiplication des événements climatiques violents comme les inondations et les cyclones. Leur nombre est passé de vingt en 1950 à quatre-vingt-dix dans les années 1990.^{xxxi}

Lire des rapports sur la crise écologique est intéressant pour acquérir une vision d'ensemble de la situation, mais donner une importance à notre regard de tous les jours sur ce qui nous environne l'est aussi. Durant

plusieurs années, j'ai eu la chance de partir en vacances à Belle-Ile en mer, magnifique île, aux plages toutes plus différentes et belles les unes que les autres, aux eaux généreuses en algues comestibles, en poissons et araignées de mer. À première vue la nature semble bien se porter. Et puis, de discussions en discussions, j'apprends qu'il y a vingt ans de nombreux papillons étaient là. Les enfants jouaient avec eux. Aujourd'hui, il n'y a presque plus de papillons. Et puis, j'ai aussi découvert qu'avant les habitants mangeaient des huîtres et des moules sans se poser de question. Désormais, il faut se renseigner car la pollution est parfois telle qu'en manger est dangereux.

Il n'est pas trop tard pour agir ! Lorsque nous respectons les écosystèmes et les espèces en voie d'extinction, cela permet dans un bon nombre de cas à l'ordre naturel de reprendre son cours. Un cours dont le notre dépend.



chapitre 3

POURQUOI EN SOMMES-NOUS LÀ ?

Comment avons-nous pu à ce point dégrader notre environnement et notre santé ? Cela serait-il dû à un manque de lien de l'Homme avec la nature et avec sa nature ?

Sommes-nous en lien avec la nature ?

Fin mai 2011, je suis sorti d'une réunion dont l'ordre du jour était "la restauration scolaire et l'alimentation responsable" le sourire aux lèvres et perplexe. L'une des personnes présente avait raconté un souvenir de montagne avec sa petite fille. Au cours de la randonnée, elle lui avait dit toute contente "regarde le chat !". Ce n'était en fait pas un chat mais une marmotte ! Nuance. Une autre personne, paysan de métier, nous fit part d'une anecdote. Alors qu'il faisait visiter sa ferme à des enfants et qu'il leur montrait son âne l'un d'eux dit : "il y en a un autre là-bas !". En réalité, c'était une vache dans le champ d'à côté. Et puis, il y a aussi cette histoire de dessins d'enfants : ils devaient dessiner des poissons, ils ont fait des rectangles avec un œil, des pois-

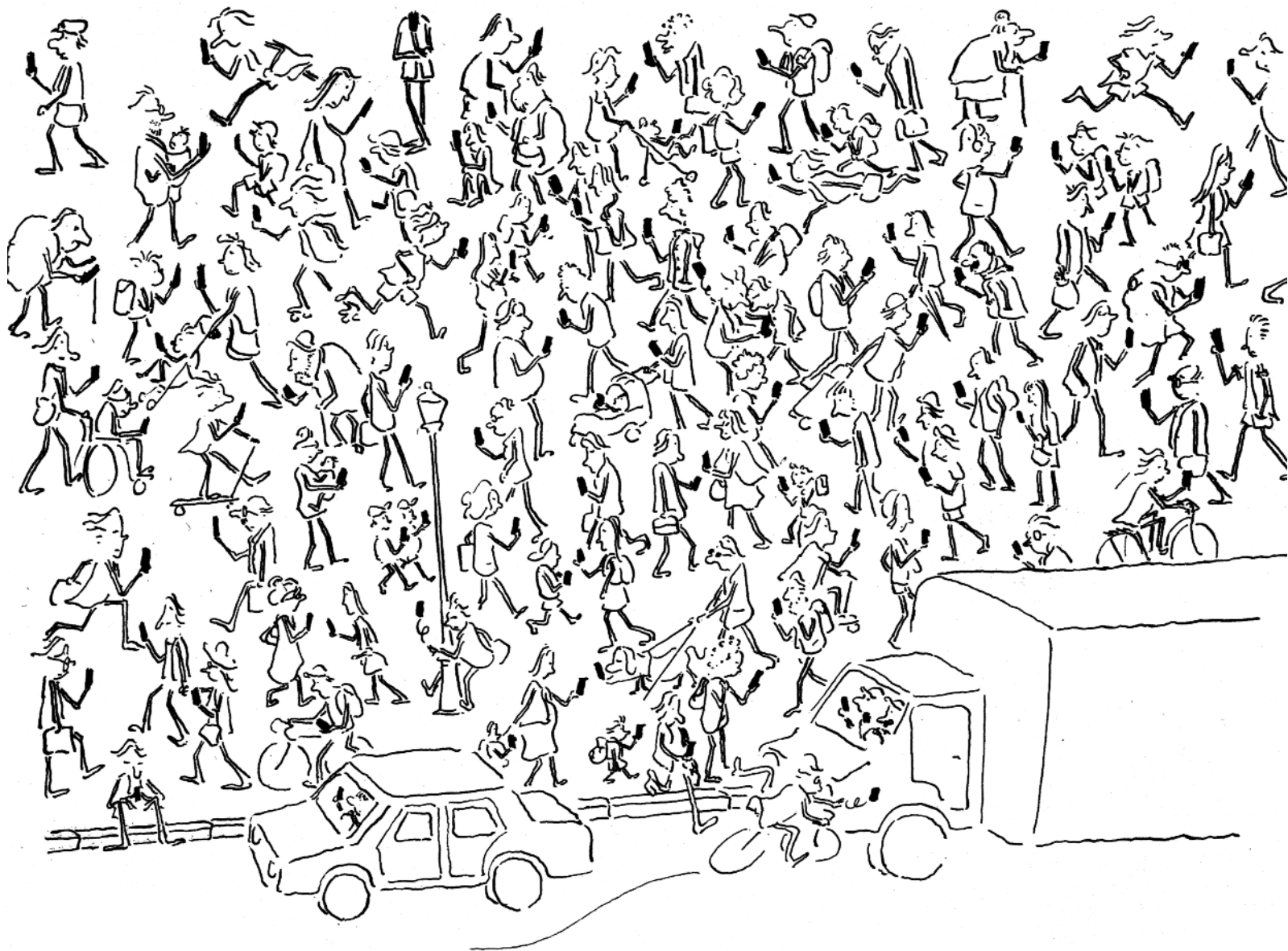
sons panés. Une nouvelle espèce ? Bonne nouvelle, en ce moment elles ont tendance à disparaître.

Les enfants ont vécu loin de la nature et beaucoup ne la connaissent pas ou peu. Je suis sorti de la réunion le sourire aux lèvres car il y avait vraiment de quoi rire. Confondre une vache avec un âne est impressionnant ! Mais je suis aussi sorti perplexe. Combien de temps des sociétés qui ne connaissent pas leur environnement, la nature, peuvent-elles exister ? Si les trois exemples cités précédemment sont caricaturaux, ils mettent en lumière une évolution de la société.

Lorsque nous passons du temps dans la nature, un sens des limites émerge. Nous prenons conscience de notre vulnérabilité. Dans la rencontre avec elle, nous nous découvrons. Nos sens constamment sollicités se développent. Les pieds sur la terre. L'air frais dans les poumons. Les oiseaux. L'eau qui coule à côté du chemin. Nous nous sentons vivants. Et nos sens, le goût, le toucher, l'ouïe, l'odorat, la vue ne font-ils pas partie de notre essence ? Ne sont-ils pas ce par quoi nous entrons en contact avec l'extérieur ? J'ai un souvenir d'enfance. Il faisait froid et je rentrais chez moi à vélo. L'eau ruisselait de toute part, avec la vitesse, rester sur la route était difficile. Il faisait nuit.

De temps en temps le ciel s'illuminait et des éclairs le révélait. Je filais dans cette ambiance. A pédaler, à perdre haleine en espérant que la foudre n'ait pas l'idée de fondre sur moi. Une fois à la maison, il fit bon se réchauffer au coin de la cheminée avec un bol de thé ! Actuellement, quelle place laisse-t-on au développement de nos sens dans une société où l'environnement est de plus en plus dense, bétonné, goudronné ? Dans une société où les écrans de téléphones, d'ordinateurs, de télévisions et de publicités dans les couloirs du métro sont de plus en plus présents ? Et le manque de développement de nos sens ne serait-il pas à mettre en lien avec le manque de sens de nos sociétés ?

L'exode rural a amené la plupart d'entre nous à vivre à la ville. Les métiers d'aujourd'hui ne sont plus ceux d'hier. La mécanisation de l'agriculture et les deux guerres mondiales ont considérablement réduit le nombre de paysans. Le développement des secteurs secondaires et tertiaires fait qu'un très grand nombre d'entre nous travaille à l'intérieur. Ainsi, éloignés de la nature par de nouveaux modes de vies, faire en sorte qu'un lien fort s'établisse avec elle est un défi. Mais, il est en train d'être relevé ! Il peut passer par l'augmentation de la taille des espaces verts en centre ville, la création



de jardins au sein des quartiers, le fait que les enfants partent chaque année en classe verte, la visite de fermes lors de journées portes ouvertes, la mise en place dans les écoles primaires d'un potager ou encore par la réalisation de couronnes vertes sans pesticides sur le pourtour des villes pour préserver les terres agricoles et les nappes phréatiques. Ces initiatives montrent la voie d'une réconciliation possible.

A parcourir les montagnes, les campagnes ou les mers, nous apprenons vite ce que nous pouvons couvrir comme distance et ce qui nous est impossible. Nous savons ce qui va nous mettre en péril où ce qui risque de nous y conduire. La prise de conscience de ses limites dans la nature est immédiate, sinon très rapide. Notre société, elle, n'a pas le sens des limites. Elle est dans la démesure. Nous pouvons l'observer dans son rapport à l'environnement : les crises climatique, énergétique et de la biodiversité en témoignent. Mais nous pouvons aussi le voir dans d'autres domaines, comme si le même processus était à l'œuvre. Il y a de la démesure par exemple avec les nouvelles technologies. Mentionnons juste pour illustrer ce point que pour la première fois dans l'histoire de l'Humanité nous transformons les gènes des plantes avec les OGM. Cela à la vitesse industrielle sans prendre un minimum de précaution. J'ai découvert cette

folie grâce au Pr Gilles-Éric Séralini, le Président du conseil scientifique du CRII-GEN^{xxxii}. Il est important de savoir qu'aucun gouvernement du monde n'a exigé des tests de plus de trois mois sur des animaux de laboratoire avec analyse de sang pour évaluer la toxicité de ces plantes^{xxxiii}. Un scandale ! Nous ne sommes ni plus ni moins que des cobayes ! Merci aux responsables politiques qui ont laissé faire cela et qui continuent à le faire...

Nous observons également de la démesure dans un tout autre domaine, celui de la dette. La nouvelle génération découvre ce cadeau. Merci là encore ! Pour la France en 2010, la dette atteint 1700 milliards d'euros. Et, Jacques Attali, dans le livre *"Tous ruinés dans dix ans ?"*^{xxxiv}, nous apprend que *"depuis 1980, la dette publique a été multipliée par cinq"* Elle *"s'établit à 78,1 % du PIB en 2009"*. *"Aujourd'hui, chaque Français, parce qu'il est souverain, doit aux créanciers du pays neuf mois de ses revenus"*. Pour information, les créanciers sont des banques et des fonds de pensions. Et qui va payer le prix de cette démesure ? Les nouvelles générations principalement ? Oui, sans aucun doute !

Pourquoi en sommes-nous là ? : peut être du fait du manque de lien à la nature, mais certainement aussi du fait du déficit de lien de l'Homme avec lui-même. Et la question

pourrait se poser en d'autres termes : sommes-nous conscients de ce que nous sommes ?

Sommes-nous en lien avec notre nature ?

Nous existons grâce à la nature. L'eau qui coule dans les rivières, est celle que nous retrouvons dans nos robinets et qui nous permet de vivre. Dans l'ignorance de cette réalité, nous pouvons polluer la terre et l'eau, causer la disparition de milliers d'espèces animales et végétales, nous dire, ce n'est pas grave, nos destins ne sont pas liés. Mais c'est une erreur, tel un boomerang, lorsque nous détruisons la nature cela nous revient en pleine face.

En m'interrogeant sur la nature de l'Homme, une foule d'impressions me sont venues à l'esprit. La beauté. La laideur. La créativité. Le courage. Le goût pour la tranquillité et le partage. La difficulté de regarder ce qui est dérangeant. La cupidité. Et surtout l'amour. Ce dont nous sommes porteurs est vaste. Vaste dans la grandeur des possibles et vaste dans la médiocrité. Et nos actes sont le reflet de ce qui se passe en nous. Il y a des choses que nous partageons et d'autres qui nous sont propres et font de nous des êtres singuliers. Nos natures sont riches de nos parcours, tous différents et uniques.

Parmi ce qui est commun, je pense à la possibilité d'être émerveillé. Cette faculté de se réjouir est une source dans laquelle il est bon de se rafraîchir. *"Certains regardent la vase au fond de l'étang, d'autres contemplent la fleur de lotus à la surface de l'eau ; il s'agit d'un choix"* pour le XIV^e Dalai-lama. Regarder ce qui nous émeut, apprécier un instant avec des amis, un repas savoureux, une tâche menée à bien, ne sont-ils pas des moments où nous sommes comblés ? Ce qui importe est le regard que nous portons sur les choses. L'émerveillement est une porte ouverte vers l'enthousiasme et l'inspiration. Une porte qui s'ouvre ou se ferme, instant après instant, une faculté qui peut sans cesse grandir.

"L'acceptation n'empêche pas d'agir."^{xxxv}

Arnaud Desjardins (1925-2011)

Il est beaucoup plus facile de savourer la réussite que l'échec, d'apprécier une émotion telle que la joie plutôt que la colère. Mais la propension à mettre de côté ce qui nous dérange coûte cher, car à chaque fois que nous refusons quelque chose, une émotion ou une situation, un conflit naît en nous. Entre ce qui est, et ce que nous voudrions. Non seulement ce conflit est inconfortable, source de tensions parfois physiques mais il est aussi un frein au changement. Lorsque

nous refusons quelque chose, nous lui donnons une place, et finalement il reste en nous aussi longtemps que nous le refusons. Le fait d'accepter pleinement permet aux informations, états d'âmes, sentiments, émotions de partir comme elles sont venues et de laisser alors briller ce qui nous tient le plus à cœur. Il y a des choses très dures à accepter et cela prend parfois du temps, parfois toute une vie.

Le sens donné ici à "accepter" est celui de reconnaître ce qui est. Il s'agit d'observer finement que ce soit plaisant ou déplaisant. Il ne s'agit pas une fois ce temps d'observation passé de se résigner face à des situations injustes, dramatiques, ni de les tolérer. Bien au contraire ! Accepter évite d'une part une lutte de tous les instants dont nous sortirions fatigués, et d'autre part que nous n'ayons qu'une partie de la situation à l'esprit. En refusant une partie des données d'un problème, nous ne pouvons pas lui trouver de solutions. Accepter, c'est se relâcher et agir dans un climat de tranquillité. Il peut y avoir une tempête, l'accepter nous permettra de l'observer complètement et, dans cette lucidité, des actions justes pourront voir le jour. D'ailleurs, n'est-ce pas une tempête que l'Humanité vit en ce moment ?

"Les faits ne sont pas effrayants, mais si vous voulez les éviter, leur tourner le dos et fuir, c'est cela qui est effrayant."

Jiddu Krishnamurti (1895-1986)

En mars 2010 à Parme, j'ai représenté les jeunes Français lors d'une conférence Ministérielle organisée par l'Organisation Mondiale de la Santé. Le thème était "Protéger la santé des enfants dans un environnement en mutation". Avec des jeunes de chaque pays de la région Europe de l'OMS qui comprend la Russie et les pays de l'ex Union Soviétique nous avons rédigé une déclaration. Nous avons écrit que nos pays vivaient une crise sanitaire. Chiffres et sources à l'appui ! La nuit qui a précédé la signature de cette déclaration par les ministres présents et par la directrice régionale de l'OMS les phrases détaillées au sujet de l'état sanitaire ont été rayées. Par qui ? Par le responsable de l'OMS pour la participation des jeunes. Il ne nous a pas été possible de contester !

Comment l'OMS peut-elle se conduire de la sorte devant la nouvelle génération ? Quelle honte de ne pas avoir le courage de regarder les défis en face ! Quelle honte d'intituler une conférence "Protéger la santé des enfants (...)" quand les modalités d'organisation de la dite conférence piétinent des valeurs de base comme le respect. La confé-

rence s'est achevée autour de grandes déclarations d'intention sans plan précis pour réduire la crise sanitaire avec des indicateurs et des objectifs. Nous avons mangé comme des rois, les buffets étaient très copieux. Nous avons reçu de l'argent en liquide afin de découvrir la ville. Nombreux sont ceux qui sont venus en avion, même depuis des pays limitrophes, c'était fortement encouragé. Nous avons été dans un splendide théâtre. Nous nous sommes bien amusés. Mais je ne pense pas que l'on ait beaucoup avancé pour protéger la santé des enfants ! C'était d'une grande violence et doux à la fois. Violente, cette attitude de déni à l'égard de la situation sanitaire et cette absence de respect, et doux les divertissements qu'ils ont financés. Merci à l'OMS ! Ce que nous avons vécu est insensé ! Je pense, et espère, que l'OMS a une marge de progression dans son fonctionnement car son rôle est très important. Cette organisation doit devenir un exemple à suivre pour les membres de la communauté internationale.

Je me suis rendu compte de failles sérieuses au sein de l'OMS et face à ce constat que faire d'autre que s'engager encore davantage ? Se résigner et perdre cet élan de vie qui consiste à avoir confiance en ses ressources pour améliorer une situation ?

Oui, c'est dur de regarder ce qui dérange ! Tant au niveau personnel que collectif. D'autant plus quand les défis sont importants. Mais si nous n'avons pas l'audace de regarder les situations en face, comment les solutions peuvent-elles voir le jour ? Et les solutions qui existent déjà, se généraliser ? Actuellement, les crises sont multiples. Elles sont écologiques, sanitaires, sociales, économiques et financières. Toutes sont intimement liées les unes aux autres. Si elles ne sont pas prises pour ce qu'elles sont - une opportunité de changement mais aussi un véritable danger -, alors nous risquons de voir continuellement notre qualité de vie se dégrader. Ni plus ni moins. Heureux sur une planète malade n'est pas possible longtemps. Nous devenons vite malades, de nous même.

Comme en ostéopathie où nous évaluons le fonctionnement des différentes parties du corps et des interactions entre elles pour avoir un diagnostic juste, et donc un traitement juste, il est nécessaire d'aborder les questions de société avec un regard transversal pour pouvoir relever les défis. Un regard qui ose tenter la compréhension de la complexité des interactions entre l'économie, la géopolitique, le social, le logement, la santé, la nature, l'agriculture, la culture, la gouvernance, les loisirs et bien d'autres

domaines. C'est une condition *sine qua non* pour que de profonds et durables changements bénéfiques voient le jour. Lorsque nous avons l'audace de regarder ainsi, de vraies solutions se dessinent. Elles sont nombreuses et à portée de main. À portée de volonté. Beaucoup de voies parfois méconnues ont déjà été tracées et fonctionnent. Il y en a d'autres à inventer.

"Tout le monde veut sauver la planète mais personne ne veut descendre les poubelles."

Jean Yanne (1933-2003)

De l'intention aux actes, il y a souvent un espace. Et mettre en cohérence ses actes avec ses plus hautes aspirations est difficile. Les mots de Stéphane Hessel lorsqu'il dit *"Il nous appartient de veiller tous ensemble à ce que notre société reste une société dont nous soyons fiers"*^{xxxvi} sont une source d'inspiration. Se forger une éthique qui servira de guide pour orienter ses choix est une affaire personnelle. Le titre de ce livre *"Bonheur d'agir !"* est un clin d'œil à cette idée qu'il y a une grande joie possible dans l'accord entre ce que l'on fait et nos plus hautes aspirations, nos valeurs. Que le bonheur, s'il a une composante matérielle de l'ordre de l'avoir, en a aussi une de l'ordre de l'être. Une composante où la qualité de relation à l'égard de ce qui nous entoure et de nous mêmes est primordiale.

"Vivre simplement, pour que d'autres puissent simplement vivre."

Mohandas Gandhi (1869-1948)

Pas une journée ne passe sans que nous ne soyons la cible de publicités. Elles sont, comme le dit le philosophe Patrick Viveret, pour un grand nombre, dans le rapport au beau, à l'amour, à l'authentique. Bref, liées à des valeurs. Elles nous suggèrent que par un acte d'achat qui est de l'ordre de l'avoir, nous allons être comblés dans l'ordre de l'être. Avec tel parfum, c'est le grand amour. Avec tel café, c'est le bonheur en famille. Avec telle voiture, c'est la liberté. Il n'y a rien de plus faux. L'authenticité, l'amour, comme la liberté ne s'achètent pas. Ni le bonheur d'ailleurs. Nous le saurions !

Pourtant, parce que les publicitaires connaissent nos cordes sensibles, ils nous touchent, et nous achetons. Nous achetons beaucoup trop. Si toutes les sociétés adoptaient les modes de consommation des Européens, trois planètes seraient nécessaires^{xxxvii}. Nos modes de consommation actuels ne sont pas généralisables aux autres nations et ne sont pas durables ! Par rapport à la lourde empreinte écologique que nous laissons au quotidien, nous n'avons pas tous les mêmes niveaux de responsabilité. En effet, les classes sociales les plus aisées par leurs comportements ont une influence impor-

tante sur les modes de consommation de l'ensemble des citoyens. Nous avons parfois envie d'avoir les attributs des personnes juste au-dessus de notre classe sociale afin de leur ressembler. Cela peut se traduire par des choix de vacances à l'autre bout de la Terre, par l'acquisition du dernier téléphone à la mode ou encore par le type de voiture que nous achetons. Peut-être qu'en imitant les modes de consommations des personnes plus riches que nous, nous nous sentons plus proche d'eux, et alors notre estime personnelle s'améliore ? Heureusement, d'autres composantes de l'estime de soi existent. Nous pouvons être heureux avec peu. Il n'est évidemment pas nécessaire de se comparer les uns les autres, mais l'actuelle influence des modes de vie de ceux qui sont les plus riches est un fait. C'est pourquoi, j'aimerais que les plus riches d'entre nous adoptent des modes de vie socialement et écologiquement vertueux ! Une partie a déjà prit cette direction. C'est une bonne nouvelle !

Mais revenons au rôle si important de la publicité dans notre motivation à acheter. La publicité nous pousse à confondre besoins et désirs pour le plus grand bonheur de quelques uns, pour le plus grand malheur de la Terre et des générations futures. Nos besoins sont par définition limités. Ce sont eux qui conditionnent notre survie. Respi-

rer, manger, se loger, se vêtir en font partie, à la différence de nos désirs dont nous pouvons nous passer et qui sont illimités. Notre soif de toujours plus n'est jamais étanchée. Une voiture toujours plus grande. Une grande maison. Un frigo qui fait des glaçons. Un voyage à l'étranger, toujours plus loin. Et cette attitude, stimulée par la publicité, du toujours plus pour quelques-uns conduit invariablement au toujours moins pour beaucoup d'autres. Par exemple, nous mangeons en France beaucoup plus de viande qu'il n'en faut et cela nous est permis, entre autres, grâce à l'importation pour nourrir notre bétail de soja venant du Brésil. Un peuple dont une partie des habitants souffre de la faim.

Il revient à chacun de veiller à un mode de vie permettant aux autres de vivre dignement aujourd'hui et demain. Un mode de vie qui sera assez simple sur le plan matériel. Ce n'est pas facile, car des moyens colossaux sont mis en œuvre pour que nous pensions nos désirs d'achats et leurs réalisations comme étant vitaux. Souvent un désir d'achat assouvi ne nous comble pas longtemps, un autre voit le jour, et ainsi de suite. Un tel fonctionnement n'est-il pas générateur d'une frustration perpétuelle ? Le budget annuel mondial de la publicité est de 800 milliards de dollars^{xxxviii}. Vingt-cinq fois plus qu'il n'est nécessaire pour que

cesse la faim dans le monde^{xxxix}. Les mots de Patrick Le Lay^{xl} en 2004 alors Président directeur général de TF1 laissent songeur :

“Il y a beaucoup de façons de parler de la télévision. Mais dans une perspective ‘business’, soyons réaliste : à la base, le métier de TF1, c’est d’aider Coca-Cola, par exemple, à vendre son produit. [...] Or, pour qu’un message publicitaire soit perçu, il faut que le cerveau du téléspectateur soit disponible. Nos émissions ont pour vocation de le rendre disponible : c’est-à-dire de le divertir, de le détendre pour le préparer entre deux messages. Ce que nous vendons à Coca-Cola, c’est du temps de cerveau humain disponible. [...] Rien n’est plus difficile que d’obtenir cette disponibilité. C’est là que se trouve le changement permanent. Il faut chercher en permanence les programmes qui marchent, suivre les modes, surfer sur les tendances, dans un contexte où l’information s’accélère, se multiplie et se banalise.”

La bonne nouvelle dans ce contexte lourd nous vient de Balou dans le dessin animé "Le livre de la jungle"

*“Il en faut peu pour être heureux
Vraiment très peu pour être heureux
Il faut se satisfaire du nécessaire*

*Un peu d'eau fraîche et de verdure
Que nous prodigue la nature
Quelques rayons de miel et de soleil.*

*Je dors d'ordinaire sous les frondaisons
Et toute la jungle est ma maison
Toutes les abeilles de la forêt
Butinent pour moi dans les bosquets
Et quand je retourne un gros caillou
Je sais trouver des fourmis dessous.*

[...]

*Il en faut peu pour être heureux
Vraiment très peu pour être heureux
Chassez de votre esprit tous vos soucis
Prenez la vie du bon côté
Riez, sautez, dansez, chantez
Et vous serez un ours très bien léché !*

[...]

*Et tu verras qu' tout est résolu
Lorsque l'on se passe
Des choses superflues
Alors tu ne t'en fais plus.*

*Il en faut vraiment peu, très peu, pour
être heureux.*

[...]"

Plus sérieusement, un vrai courant se développe. C'est celui de la sobriété heureuse chère à l'écrivain et agriculteur Pierre Rabhi. Une sobriété volontaire qui passe par moins de biens et laisse par conséquent plus de place au développement des qualités humaines.

En abordant cette partie sur la nature de l'Homme, il a été question de notre dépendance à l'égard de la nature. Nous avons une autre caractéristique importante dont nous n'avons pas toujours conscience, l'interdépendance avec nos semblables. Elle est profondément vitale.

"Il est important de percevoir combien votre propre bonheur est lié à celui des autres."

Le XIV^e Dalai-lama

Du matin au soir, nous existons grâce aux phénomènes d'interdépendances. Prendre le petit déjeuner nous est permis par l'agriculteur qui cultive le blé, par le meunier, le boulanger et bien d'autres personnes. Alors que nous pouvons nous penser séparés les uns des autres, nous existons grâce aux uns et aux autres. Le courant dominant, le capitalisme dans sa forme actuelle, propose une vision de la société où l'individu est roi. Où l'individualisme est encouragé et la compétition, plutôt que la coopération, valorisée ; et ce à tous les niveaux, de l'individu durant la scolarité aux nations entre elles sur le plan économique. Ce cloisonnement des individus ne peut rien amener de bon. Il ne correspond pas à ce que nous sommes. Des êtres biologiques oui, psychologiques oui mais surtout sociaux.

Le système économique majoritaire actuel détricote les liens humains, le tissu social, car ce à quoi il s'intéresse surtout, c'est à la recherche du profit et non à l'Homme. Mais le monde marche ainsi parce que nous en sommes les rouages, sans toujours en avoir conscience. Nos premières contributions passent par nos choix de consommation et le type de banque que nous choisissons, éthiques ou pas, avec toutes les nuances qui existent et dans la mesure de nos finances. Les bulletins de vote durant les élections façonnent la face du monde, mais peut-être pas autant que la somme de nos actes quotidiens.

Les différentes crises actuelles "*secouent le cocotier*" de la communauté humaine et l'ensemble des espèces vivantes sur la Terre. Le Printemps Arabe et la Révolution des Jasmins ont montré la volonté de peuples de reprendre en main leur destin et d'écrire leur histoire. Ce contexte n'est-il pas l'occasion d'une redistribution des cartes où nous ferions briller ce que nous avons de meilleur pour que l'aventure humaine continue dans la dignité ?

chapitre 4

TENTER DE VIVRE SES RÊVES

“Vivez les rêves que la vie vous défie de rêver.”

Martin Luther King (1929-1968)

Jamais les défis n'ont été aussi grands – notamment pour ce qui est de l'état de la Terre. Et donc jamais la nécessité de rêver n'a été aussi forte ! Afin de s'évader quelques instants pour concevoir un bel avenir. Un avenir qui nous donne très envie pour ensuite, revenu dans le présent, le quotidien, agir avec une grande détermination.

Parfois, l'être humain dans la conscience de sa finitude se rend compte du caractère précieux de chaque instant et change alors des priorités dans sa vie. La crise écologique nous rappelle notre communauté de destins. Marocain, tailleur de pierre, Japonais, écolier, Canadien, secrétaire, Italien, jeune mère ou grand-père, Péruvien, sans papier, Haïtien ou médecin, notre avenir est lié, comme sont liées entre elles les différentes cellules qui forment notre corps. Les

nuages de Tchernobyl et de Fukushima ne connaissaient pas les frontières. La tornade Katrina aux États-Unis n'a pas fait de distinction entre les quartiers riches et pauvres de la Nouvelle-Orléans.

Le pire des scénarios possibles, celui de continuer comme nous le faisons depuis cinquante ans à l'égard de la Terre, n'en est qu'un parmi tous ceux qui sont possibles. Les crises écologiques, économiques, sociales et financières actuelles sont l'occasion de définir des essentiels et de les mettre en œuvre. De quelles sociétés pourrions-nous être fiers ? Des sociétés où les droits de l'Homme sont respectés et qui respectent la nature ? Des sociétés où nous pouvons tous manger, nous loger, travailler et nous former, participer à la vie politique, bénéficier d'un système de soin, d'un accès à la culture ? Des sociétés de l'entraide avec une forte cohésion sociale ?

Souvent, lors de discussions sur ces sujets, nous entendons : "il y a trop à faire, nous n'y arriverons pas". Mais dire et penser cela, c'est ne pas mesurer le chemin qui a déjà été fait pour aller dans le sens de sociétés décrites précédemment. C'est ne pas percevoir ce qui se fait actuellement. C'est ne pas connaître ce qui est en projet. Enfin et surtout, c'est ne pas mesurer ce dont nous sommes porteurs. Nos ressources sont

vastes. De l'intelligence à la solidarité. Du respect à la créativité. De l'émerveillement à la persévérance et au courage. De la tendresse à l'amour. Nous sommes loin d'avoir fait le tour de ce dont nous sommes dépositaires. L'Humanité a de beaux jours devant elle ! Avec de la volonté.

Dans chaque domaine : la santé, l'économie, les relations internationales, la démocratie, les énergies, le transport, les banques des initiatives ont fait la preuve de leur efficacité. Souvent ce qui se fait de bien ne fait pas de bruit. Ces initiatives sont là, fonctionnent, se développent. Il faut prendre appui sur toutes ces actions porteuses d'espoir. Les connaître donne confiance en l'avenir. L'excellent livre *"80 Hommes pour changer le monde"*^{xxi} raconte les bâtisseurs d'une Humanité socialement et écologiquement responsable. Au fur et à mesure de mon engagement associatif, je suis passé du sentiment d'impuissance face aux défis écologiques au sentiment que l'avenir est essentiellement incertain car il dépend de chacun d'entre nous. J'y ai découvert des hommes et des femmes qui par leurs actions m'ont donné confiance en l'avenir.

Témoignage de mon aventure associative

Un soir, après avoir vu le film *"Une vérité qui dérange"* d'Al Gore je suis rentré à la

maison bousculé. Mon cœur battait si fort de colère de voir ce que nous faisons subir à la Terre et par conséquent à nous-mêmes et à nos enfants, que je ne suis pas arrivé à m'endormir. Les battements se sont apaisés lorsque je me suis levé pour écrire ma souffrance et mon espérance. À partir de ce moment-là, je me suis lancé dans une aventure qui a changé le cours de ma vie. Je me suis dit deux choses. Tout d'abord, que lorsque nous sommes de plus en plus lucides, naturellement des changements positifs voient le jour. Et ensuite, que la beauté est une source d'émerveillement. Elle peut donner l'énergie d'entreprendre des changements dans sa vie. Fort de ces deux idées, j'ai acheté des films sur les questions écologiques, politiques et sociales ainsi que des documentaires dévoilant la beauté de la nature ou des initiatives porteuses d'espairs. Puis, je les ai prêtés à mes camarades de promotion du Collège Ostéopathique Européen à Cergy où j'étudiais. J'avais l'espoir que cela contribuerait à transformer la société en douceur et en profondeur.

De fil en aiguille, le nombre de films prêtés est devenu de plus en plus important. Non seulement les étudiants de ma promotion en bénéficiaient, mais aussi d'autres élèves de l'école ainsi que des professeurs. Face à ce large écho, il a fallu franchir un palier.

Ce qui fut fait avec la création de l'association Regards croisés, dont la vocation était de faciliter l'émergence de regards transversaux entre l'économie, l'écologie, le bien-être, la politique et la santé. Nous mettions en place des expositions, des projections de films, des prêts de films et de livres toujours plus nombreux, des séances de méditation avec un moine Zen, des dépôts de paniers de légumes, des goûters avec des produits biologiques et des conférences-débats. Et, bonne nouvelle ! Nous avons rencontré un vif succès ! Au bout d'un an d'existence, l'association comptait près de cent membres au sein d'une école de cinq cents étudiants. J'étais heureux de tout cela ! Les bénévoles de l'association et toute l'équipe du Collège Ostéopathique Européen m'ont offert ce que nous pouvons offrir de plus beau à quelqu'un : une aide pour la réalisation de ce qui lui tient à cœur. Rien n'aurait pu voir le jour sans eux. Je leur suis, pour toujours, reconnaissant.

De plus, la chance sourit souvent à l'association. Je me souviens notamment avoir été un jour dans un train, de retour de Bretagne. J'émergeais d'une sieste, légèrement endormi je regardais par la fenêtre. À côté de moi, un homme travaillait. Lorsque, je lus furtivement sur son ordinateur le mot "nutrition", étant passionné par le sujet,

j'engageai la conversation. Au bout de quelques minutes, je fis le rapprochement entre le visage au dos d'un livre de référence dans le milieu sportif que je lisais depuis peu et la personne à mes côtés. Et, je lui demandai : "Êtes-vous Denis Riché ?". C'était bien le cas ! Nous avons sympathisé et il est venu faire gratuitement plusieurs conférences à Cergy. Il fait toujours partie du mouvement aujourd'hui en nous aidant quand cela lui est possible. Pour ceux qui ne le connaissent pas, il a fait le suivi nutritionnel du club de foot de Chelsea, de Marie-José Pérec ou encore de l'équipe de France de natation. Nous étions honorés qu'il soutienne notre jeune association ! Et comme pour cette rencontre, il y a très souvent eu un facteur chance dans ce que nous mettions en place. C'était peut-être en partie dû au fait qu'en nous disant "*pourquoi pas ? Essayons de réaliser cette action !*" quelque chose s'ouvrait en nous et par résonance autour de nous : un nouveau champ de possible, l'espace du rêve.

En 2008, suite au décès d'un jeune de notre école atteint d'un cancer, nous avons décidé de faire venir des scientifiques pour comprendre les causes de cette maladie. Lorsque nous allions annoncer les conférences dans les salles de cours, un silence régnait. Pourquoi un tel silence ? Il y avait la perception que le sujet était grave. Nous

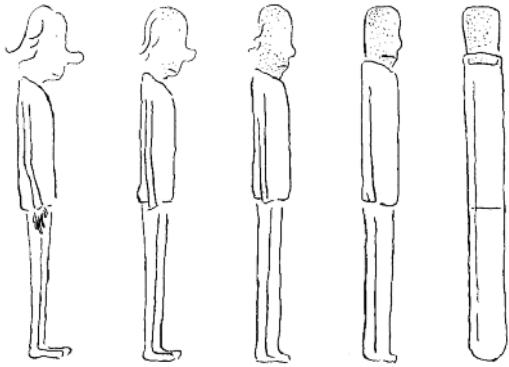
étions tous concernés. L'année précédente, quand je rentrais dans les salles pour annoncer des conférences comme celle sur le thème de l'empreinte écologique, il n'y avait que peu d'écoute. Mes camarades tendaient l'oreille distraitement tout en continuant à parler ou à écrire des sms. Du jour où le thème a été la santé, la leur ou celle de leurs proches, tout a changé. Il n'était plus question de la disparition des ours polaires, un lointain sujet, mais d'eux, de leurs vies.

Durant l'année scolaire 2008-2009, dix-huit conférenciers sont venus et près de mille personnes assistèrent à ces rencontres sur le thème du cancer. Rapidement, la conscience de la dégradation de l'état de santé de la population et du danger sanitaire qui pesait sur notre génération au-delà de la question du cancer nous amena à voir les limites des conférences mises en place pour changer cette situation. Il fallut dessiner un projet plus grand, à la mesure de l'enjeu. Ce fut fait avec la demande d'Etats Généraux de la santé et de l'environnement formulée dans la première version du texte de l'Appel de la jeunesse. Elle fut rendue publique lors d'une table ronde avec des scientifiques le 30 mai 2009. Un communiqué de presse fut envoyé, mais il ne trouva malheureusement aucun écho dans les médias. Chaque intervenant, avec son do-

maine de compétence, a enrichi notre regard sur les déterminants de la santé et les causes possibles de cancers. Furent abordés les influences des ondes électromagnétiques, de l'alimentation, de la pollution chimique, du psychisme, de la méditation, des OGM, de la radioactivité, mais aussi l'apport de la naturopathie et enfin, une approche économique du système de santé Français. Tous ces intervenants ont joué un rôle considérable dans ce qui était alors seulement en devenir : le collectif Appel de la jeunesse. La plupart d'entre eux ont écrit dans le livre *"Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention"*^{xliii} et nous ont donné de précieux conseils.

Je fis en 2009 deux rencontres décisives. La première avec Soléane Duplan, la coordinatrice du Réseau Environnement Santé. Lors d'un pique-nique sur les berges du canal Saint-Martin à Paris, nous avons eu l'idée de créer le collectif Appel de la jeunesse. Ce qui fut fait durant l'automne grâce à la rencontre de Gilles Vanderpooten. Un jeune homme très dynamique qui était alors en train de finir l'écriture d'un livre et avait lancé un Appel pour une France durable. Le but du collectif était de rassembler largement des associations et des individus pour réunir un grand nombre de signatures autour du texte de l'Appel de la jeunesse afin

que notre demande d'Etats Généraux de la santé et de l'environnement aboutisse. Les membres fondateurs du collectif sont les associations Fac Verte^{xliiii}, Vive la Terre^{xliiv}, le Réseau Environnement Santé^{xliv} et Regards croisés. Le Réseau Français des Etudiants en Développement Durable^{xlvi} nous rejoignit rapidement. Nous cherchions dans le calendrier politique un événement, comme la présentation du Plan cancer, pour organiser une opération spectaculaire afin de toucher les médias et faire connaître notre demande à un grand nombre de personnes. En connaissant notre organisation et son histoire, peut-être allaient-elles partager notre cause et signer l'Appel ? Nous avions pensé à nous raser la tête devant une agence sanitaire pour dénoncer l'insuffisance d'évaluation des risques des nouvelles technologies en disant un discours d'une grande violence : *"Un homme sur deux est touché par le cancer au cours de sa vie. Le nombre de nouveaux cas de cancer a presque doublé en France en vingt-cinq ans. La mode est d'une certaine manière au cancer. En nous rasant la tête, nous prenons de l'avance sur la mode ! Nous sommes indignés qu'il ne soit fait si peu de cas de ce que nous avons de plus précieux : la santé ! Nous ne voulons pas être des tubes à essais sur pattes !"*



Yorghos Remvikos, l'un des scientifiques membre du collectif, nous apprit l'existence d'une conférence Ministérielle organisée par l'Organisation Mondiale de la Santé sur le thème des enfants et de l'environnement en mars 2010 à Parme. Après quelques démarches administratives, le collectif fut reconnu par le ministère de l'écologie représentant des jeunes Français pour cette conférence. L'idée d'une opération médiatique spectaculaire s'est évanouie lorsque nous sommes rentrés d'un séminaire de préparation à la conférence, particulièrement amers. Ce séminaire a eu lieu à Bruxelles en janvier 2011.

Nous étions amers parce que le responsable de l'OMS pour la participation des jeunes nous avait proposé de partir tous frais payés par l'industrie chimique en Croatie afin de construire un réseau de jeunes européens

sur la santé et l'environnement en échange d'une présentation des pratiques environnementales de celle-ci. Cette tentative de corruption n'aboutit pas puisque, après débat, il fut décidé par tous les jeunes de ne pas cautionner ce hold-up à notre égard commis par l'industrie chimique sous l'autorité de l'OMS. Au passage quelques questions. L'OMS ne craint-elle pas les conflits d'intérêts en agissant de la sorte ? Que recherchait l'industrie chimique en finançant un séminaire de jeunes ? Voulait-elle ensuite communiquer sur cette action pour faire valoir ce que peut représenter la jeunesse, c'est-à-dire l'avenir, la santé, l'innocence et ainsi améliorer son image aux yeux du grand public ? Le séminaire se déroulait en face de la Commission européenne. Pour le jeune adulte que j'étais, les symboles de l'OMS et de cette conférence à laquelle nous allions participer, censés défendre les intérêts de tous et non ceux de quelques-uns, prirent un coup sur la tête !

La seconde raison pour laquelle nous sommes revenus amers du séminaire fut la découverte que lors de la précédente conférence de l'OMS sur la santé et l'environnement en 2004 à Budapest, les jeunes représentants des pays de toute l'Europe avaient écrit une déclaration signée par les représentants des différents pays dont le contenu n'avait pas été mis véritablement

en place. Ils demandaient par exemple un référendum sur les OGM, ce qui n'a jamais vu le jour. En découvrant cela, nos espoirs d'améliorer la situation sanitaire en France en essayant de rassembler des signatures autour d'un texte pour obtenir des Etats Généraux se volatilisèrent. Pourquoi aurions-nous réussi, là où nos aînés avaient échoué ?

Dans le TGV qui rentraient de Bruxelles, avec Pascal Congés qui représentait avec moi les jeunes Français, nous nous sommes dit : mettons en place des actions de sensibilisation au niveau local, dans les lycées, nous poserons alors de vraies pierres pour construire l'édifice qui nous tient à cœur. Avec un large soutien financier du Ministère de la santé, c'est ce qui fut fait. La thématique alimentation, santé et agriculture a été choisie et nous avons mis en place un cycle pédagogique dans trois classes de lycées des Pyrénées Atlantiques durant l'année scolaire 2010-2011. Cela a été possible grâce à l'élan de nombreux acteurs de la ville d'Oloron Sainte-Marie^{xlvii} où je venais de m'installer en tant qu'ostéopathe. Un centre permanent d'initiative à l'environnement habitué aux interventions scolaires fut d'une grande aide pour construire le projet pédagogique ; la Mairie permit la venue du réalisateur Jean-Paul Jaud ; le cinéma d'art et d'essai accueillit le projet avec

plaisir ; deux lycées publics nous ouvrirent leurs portes et des agriculteurs biologiques acceptèrent de faire visiter leurs fermes. En quelques mois, le projet fut construit et mis en place. Je garde d'excellents souvenirs de ces moments de partage et de découverte. Dans l'une des fermes, les agriculteurs, Simone et François, allaient partir à la retraite sans avoir de successeurs. De nombreux élèves n'étaient jamais allés dans une ferme. Lors de la visite, Simone avait préparé pour l'occasion un grand panier d'excellentes merveilles. Bien que ces moments furent brefs, j'espère qu'ils ont contribué au rapprochement de deux mondes éloignés ; la campagne, la nature et la ville.

En parallèle de ces interventions en milieu scolaire, nous avons aussi organisé des conférences-débats dans des universités à Paris, mis en place des formations aux liens entre la santé et l'environnement, lancé une campagne de lobbying et de sensibilisation du grand public intitulé "Génération cobayes, non merci !" avec pour premier volet la demande d'interdiction du BPA^{xlviii} dans les plastiques alimentaires, organisé un événement festif à Paris - la Greenpride^{xlix} - et continué à collaborer avec l'Organisation Mondiale de la Santé en se rendant notamment en Slovénie pour une réunion de préparation à la prochaine conférence Ministérielle sur la santé et l'environne-

ment. Nous avons aussi été invités dans des lieux prestigieux pour présenter le collectif Appel de la jeunesse, notamment lors de colloques au Conseil Régional d'Ile-de-France, au Sénat et au Parlement Européen. Grâce aux soutiens de l'ancien Ministre Yves Cochet et du député Gérard Bapt, nous avons organisé une conférence de presse et un colloque à l'Assemblée Nationale. Le collectif a pu réaliser ces différentes actions car il a bénéficié de très nombreux soutiens, tant au niveau financier qu'au niveau humain. Ces soutiens nous ont vraisemblablement aidé car ce à quoi nous aspirons est universel : partager des rêves qui dépassent nos propres personnes et, ensemble, essayer de les réaliser.

Grâce à ces différentes réalisations, les médias locaux et nationaux se firent le relais de notre aventure avec des articles dans *Le Monde*, *La Croix*, *Libération* et dans bien d'autres rédactions. Une anecdote à ce sujet, je me rappelle d'une interview pour *France Culture* dans une cabine téléphonique ! La journaliste n'était pas contente, car dès la fin d'une conférence de presse, j'étais parti en courant réserver un restaurant ! Elle avait dû partir à ma recherche dans la rue ! Se serrer à deux dans la cabine pour s'isoler du bruit de la rue était digne d'un sketch !

Au printemps 2011, je me suis questionné. C'est certain, nos actions ont un sens, une utilité. Même si le bilan des formations, des interventions en milieu scolaire et le lancement de la campagne "Génération cobayes, non merci !" n'est pas parfait, nous avons eu des échos positifs. Des opportunités se dessinent naturellement pour continuer et développer ces actions. Mais, je me rends compte des possibles et des limites de l'action associative. Je perçois bien que le mouvement associatif, s'il peut participer à une transformation de la société ne peut le faire que dans une certaine mesure et surtout avec le concours et le soutien de tous, des acteurs économiques et politiques.

Une amie Christine Breton m'a alors fortement encouragé à écrire un petit livre à partir des notes d'une intervention que j'avais faite sur le thème : "Du corps humain au corps social, comment faire pour faciliter l'émergence d'un fonctionnement optimal et la pérennité de celui-ci ?". Au printemps 2011, dans ce climat de questionnement sur les limites et les possibles de l'action associative, j'ai commencé à écrire ce livre. Je pense que chaque sphère de la société a un rôle irremplaçable à jouer pour relever les défis du XXI^e siècle. Je pense que chaque citoyen est dépositaire d'une partie de la solution. Et, je pense aussi que la sphère qui a la plus grande responsabilité est la sphère politique !

“(…) lorsqu’il n’y a pas de vision, le peuple meurt.”ⁱⁱ

Franklin Delano Roosevelt (1882-1945)

La sphère politique a la responsabilité de construire une vision de l’avenir qui rencontre l’approbation, après débats, des citoyens ! La responsabilité de proposer des étapes et des moyens, pour atteindre cette vision, qui soient réalistes et auxquelles adhèrent les citoyens ! La responsabilité, par-delà les divergences de surface entre ces différents acteurs, de trouver des dénominateurs communs suffisamment forts et partagés pour être unis, car seule l’union fait la force ! La responsabilité de mettre en place un cadre qui oriente vertueusement la sphère économique ! La responsabilité enfin et surtout, de mettre en place des politiques publiques ambitieuses au service de tous et des générations à venir !

Je pense que la démocratie, et donc la politique, est à la société ce que le cœur est à l’être humain : parmi ce qu’il y a de plus précieux. Précieux, car c’est un élément central de son bon fonctionnement. C’est le cœur qui donne à l’être humain sa puissance physique, mais aussi son intelligence émotionnelle. C’est la politique qui doit, avec puissance, orienter la marche de la société pour le meilleur de chacun de ses membres et des générations futures.

Dans un livre collectif qui prolonge cet ouvrage, il est question de réformes politiques afin que deux textes essentiels à la nation française, la Déclaration Universelle des Droits de l’Homme et la Charte de l’Environnement deviennent, petit à petit, une réalité. Mon rêve est que ces deux textes soient mis à leur juste place, c’est-à-dire au cœur de l’action politique. Mais ces textes ne doivent pas être figés dans le marbre et s’il s’avère pertinent de les améliorer, alors il faudra le faire.

De quoi est-il question dans ces textes ? Du droit pour tous à la dignité, à la vie, à la liberté, à un environnement sain, à un logement, à l’alimentation, au travail ou à une formation, à un système de santé, à une égale protection devant la loi et à prendre part à la direction des affaires publiques. Je recommande la lecture de ces textes dont je m’étonne que nous ayons si peu abordé le contenu durant le cursus scolaireⁱⁱⁱ. Nous dirigeons-nous aujourd’hui vers les paysages que dessinent ces deux textes ? Des paysages où chacun sur Terre bénéficie de tout ce dont a besoin un être humain pour être heureux, épanoui ? Si effectivement nous allons dans cette direction, est-ce de la meilleure manière et la plus directe ?

CONCLUSION

Merci au Conseil National de la Résistance !

La nouvelle génération dont je fais partie ne découvre pas que des crises, il y a aussi ce précieux héritage que nos aînés nous laissent. Celui de femmes et d'hommes qui se sont dressés, quelles que soient les circonstances, pour faire briller ce qu'ils avaient de meilleur. Ils ont été des lumières dans l'obscurité qui a assombri, à plusieurs reprises, l'histoire ancienne et récente des Hommes. Notre histoire n'est pas que répétitions, elle est aussi une spirale. Nous apprenons au fil du temps. La construction d'une éthique internationale avec la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme en est un témoignage. La création du Tribunal Pénal International de La Haye un autre. L'impunité n'est plus la même qu'au Moyen-âge, ni même qu'au début du XX^e siècle.

Je remercie le Conseil National de la Résistance qui avec le magnifique programme intitulé "*Les jours heureux*" écrit pendant la Seconde Guerre Mondiale nous donne un cadeau, un projet de société à faire vivre. Il

faut bien sûr le réactualiser, mais ce qu'il contient est d'une grande clarté et d'un grand humanisme. C'est une source d'inspiration pour faire en sorte que demain et après-demain les enfants de tous les continents puissent s'épanouir. Tout cela est possible. Pourquoi pas ? Jean Jaurès au sujet de la création de la République Française disait cela : *"L'audace même de la tentative a contribué au succès"*^{lii}.

Demain, serons-nous des héros ordinaires ?

Merci enfin à toutes celles et tous ceux qui tentent de mettre aujourd'hui leurs actes en cohérence avec leurs valeurs et leurs plus hautes aspirations. Ils sont des héros ordinaires. Ni plus, ni moins. Et ce n'est pas toujours facile d'être un héros ordinaire.

Certains nous ont accompagnés durant les débuts de l'aventure du collectif Appel de la jeunesse et nous accompagnent toujours. Ils ont l'âge d'être nos parents ou nos grands-parents. Ils le sont peut-être dans la transmission du goût d'agir au service d'une grande cause : celle d'une Terre et des Hommes en bonne santé aujourd'hui et qui le soient pour des générations et des générations. Cette transmission se passe de mots, ils sont des exemples. Ils peuvent être fiers de ce qu'ils nous laissent. Merci beaucoup. Merci mille fois !

Et merci aussi à Jean Jaurès, que je cite à nouveau : *"Rien n'est plus menteur que le vieil adage pessimiste et réactionnaire de l'Ecclésiaste désabusé : "Il n'y a rien de nouveau sous le soleil." Le soleil lui-même a été jadis une nouveauté, et la terre fut une nouveauté, et l'homme fut une nouveauté. L'histoire humaine n'est qu'un effort incessant d'invention, et la perpétuelle évolution est une perpétuelle création."*^{liii}

Dans le magnifique livre *"Poussières d'étoiles"*, Hubert Reeves dévoile les grandes lignes de la genèse de l'univers et de la nôtre. C'est fabuleux de découvrir l'organisation de la matière : une purée universelle qui va s'en cesser vers plus de complexité. Il nous apprend que *"tous les noyaux des atomes qui nous constituent ont été engendrés au centre d'étoiles mortes il y a plusieurs milliards d'années, bien avant la naissance du Soleil"*. Et que *"nous sommes en quelque sorte les enfants de ces étoiles"*^{liiv}. Nos dirigeants ont-ils conscience de cela ?

À ce jour, nos télescopes vont de plus en plus loin et nous n'avons pas encore découvert de vie telle que nous la connaissons sur Terre. Et pourtant, étrangement, tout n'est pas mis en œuvre à ce jour pour que l'aventure humaine continue dans la dignité. Le manque d'émerveillement à l'égard du caractère précieux de la vie est, vraisemblablement,



blement une des raisons principales qui explique cela. Ne serait-il pas bon de nous rappeler que par nos actes nous pouvons mettre en danger l'avenir de notre espèce et de bien d'autres sur la Terre ? Que notre espèce, Homo sapiens sapiens, est là depuis quarante mille ans ? Que notre responsabilité d'agir dans le respect de la Terre est à la mesure du temps qu'il a fallu pour que nous puissions vivre ? Comme nous le dit Hubert Reeves : *"Faut-il s'étonner que l'univers ait déjà quatorze milliards d'années ? Il ne lui en faut pas moins pour engendrer un être capable de conscience, capable de lui demander son âge."* Un temps considérable et donc une responsabilité considérable. Non ?

Lorsque je reçois des enfants en consultation d'ostéopathie qui ont quelques jours, quelques mois ou quelques années, une évidence s'impose : que souhaitent-ils d'autre que vivre ? Nous n'avons pas tous les mêmes niveaux de responsabilités. J'espère et je souhaite que ceux qui en ont le plus pensent souvent à ces jeunes enfants et que l'intérêt de ceux-ci guide leurs actes.

Aussi, je fais le rêve que ce que nous entendons par le mot progrès soit en premier lieu un bienfait pour la Terre et les Hommes. Pourquoi pas ? N'est-ce pas une évidence ?

"Tout le monde peut être important car tout le monde peut servir à quelque chose."

Martin Luther King (1929-1968)

Enfin, si l'histoire de l'espèce humaine était réduite à l'échelle d'une année, nous naissons le premier janvier, nous découvrons l'agriculture mi-septembre et nous mettons en place l'agro-industrie et la société de consommation le 31 décembre, tard dans la soirée. Durant le XX^e siècle les Hommes ont détruit la Terre comme jamais auparavant, mais cela ne représente qu'une petite fraction de notre histoire.

L'avenir n'est pas une destination où nous allons mais un paysage, une réalité, que nous créons. Nous avons les ressources pour relever les défis économiques, financiers, sociaux, écologiques et sanitaires actuels. Nous pouvons faire en sorte, par nos choix, d'être fiers de nos sociétés. Nous pouvons mettre nos actes en cohérence avec ce qui nous tient le plus à cœur. N'oublions pas Balou, *"il en faut peu pour être heureux"* ! Tenter d'être un héros ordinaire peut y contribuer. En donnant un sens à notre vie qui élargisse notre perception de ce par quoi nous sommes concernés et donc responsables. Un sens, résultant d'une somme d'actes, qui bénéficient à l'Humanité et aux générations à venir. Un sens universel parce que nous pouvons tous le partager. Un sens

qui vient enrichir notre vie et tout ce qui lui donne déjà du sens. Cela peut-être notre famille, notre travail, un projet en cours ou plus largement tout ce que nous aimons faire.

Serons-nous demain des héros ordinaires ? Les défis actuels nécessitent la participation de chacun pour êtres dépassés. Ensemble, nous pouvons y arriver.

Qu'en pensez-vous ?



Il existe d'ailleurs une suite à ce livre : il s'agit de "Moment d'agir !" – un ouvrage politique écrit par un collectif de jeunes conscients des enjeux actuels et des vastes ressources à portée de main pour les relever.

REMERCIEMENTS

Ce livre est une idée de Christine Breton. Je lui suis infiniment reconnaissant pour sa gentillesse, son aide, ses suggestions et sa confiance. Le Professeur Gilles-Éric Séralini par sa bienveillance constante a aussi joué un rôle majeur. Lui dire merci est peu au vu de tout ce qu'il m'a donné. Ils m'ont tous deux permis de mieux me connaître, et m'ont encouragé à oser faire ce qu'il me semblait impossible. Je les remercie de tout cœur.

Adrien Rérat a illustré le livre et a été le confident de mes craintes, peurs, doutes et espoirs. Il a su au premier coup de crayon mettre en image les mots et la variété des sentiments et thématiques abordées. Travailler ensemble a été une grande joie. Je suis honoré qu'il ait accepté de participer à ce livre. Merci Adrien !

Au premier pas du livre, alors que le manuscrit était presque aussi épais qu'une feuille recto-verso, le soutien de deux personnes de confiance, Patrick Juan et Yorghos Remvikos, a été décisif pour continuer. Merci d'avoir été présent à ce moment pivot.

J'ai rencontré Thierry Janssen lors des conférences organisées au Collège Ostéopathe Européen en 2009. Ce livre a été l'occasion de se revoir. Je suis très reconnaissant et heureux qu'il ai accepté d'en faire la préface mais aussi pour ses nombreux conseils durant les mois qui ont précédé la publication.

De nombreuses personnes ont accepté de lire le manuscrit et m'ont souvent fait des suggestions. Je remercie grandement : Justine Arnaud, Dorothée Benoit-Browaëys, Éric Cerdan, Philippe Desbrosses, Matthieu Calame, Pascal Congès, Soléane Duplan, Etienne Fournier, Jean-Pierre Guillaume, Éric Julien, Sarah Laffon, Jean-Pierre Madeuf, Jacques Maire, Charlotte Mareau, Claudia Mauco, Claire Montésinos, Malissa Phitthayaphone, Marina Poiroux, Cyrine Robert, Robin Rérat, Pauline Reybier, Marie-Monique Robin, Gilles Vanderpooten et Élise Vertier.

Ce livre est aussi l'occasion de remercier toutes les personnes qui ont permis au collectif Appel de la jeunesse de voir le jour et de mettre en place des actions en faveur de la santé et de l'environnement. André Cicollella y a beaucoup contribué. Je le remercie pour son soutien et ses nombreuses suggestions. Je suis très reconnaissant à l'égard de l'ensemble des membres du collectif Appel

de la jeunesse, du conseil scientifique et du comité de soutien ainsi qu'à l'égard de nos financeurs et partenaires ; le Ministère de la santé, la Région Ile de France, la ville d'Oloron Sainte-Marie, la Fondation de France, la Fondation Léa Nature Jardin Bio, la Fondation Nature Vivante, la Fondation Ecocert, la Fondation Charles Léopold Meyer, les entreprises Lait 2 Vaches, Moulin Marion, Sevene Pharma, Alter Eco, le magazine Terra Eco, la Maison des Initiatives Etudiantes de Paris et le Collège Ostéopathe Européen. Début 2012, j'ai souhaité quitter la Présidence du collectif, Camille Marguin et Timothée Elkihel étaient motivés pour prendre la suite et ils m'ont fait là un très beau cadeau. Je leur souhaite ainsi qu'au nouveau bureau et conseil d'administration de belles réalisations. Avec les fidèles et enthousiastes Elise et Malissa en charge de la Greenpride, cette nouvelle équipe est promise à un bel avenir !

Je remercie également chaleureusement Catherine Aflalo des Éditions Fischbacher pour son écoute, son aide, ses encouragements et sa confiance dès le début de ce projet de livre. Aussi, c'est une joie et un grand plaisir que Laurent Caudine et Etienne H. Boyer des Éditions Astobelarra se soient associés avec les Éditions Fischbacher pour éditer cet ouvrage. Merci beaucoup pour votre confiance !

Mes parents, ma sœur et mon frère ont largement influencé cet ouvrage à travers ce qu'ils m'ont donné et témoigné, depuis mon enfance jusqu'à aujourd'hui : la légèreté, le courage, l'écoute, l'émerveillement et le goût du partage. Merci !

Enfin, j'ai la chance de vivre avec Claire, qui a accepté mes longues absences dues à l'écriture de ce livre. Ses encouragements et sa présence au quotidien sont un bonheur. Mille mercis.

RÉFÉRENCES

- Association Regards croisés, *Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention*, Jouvence, 2010
- Attali Jacques, *Tous ruinés dans dix ans ?*, Le Livre de Poche, 2009
- Cicolella André, *Le défi des épidémies modernes*, La Découverte, 2007
- Citoyens résistants d'hier et d'aujourd'hui, *Les jours heureux*, La Découverte, 2010
- Csikszentmihalyi Mihaly, *Vivre, La psychologie du bonheur*, Pocket, 2004
- Darnil Sylvain et Le Roux Mathieu, *80 hommes pour changer le monde : Entreprendre pour la planète*, Editions Jean Claude Lattès
- Desjardins Véronique, *Les formules de Swâmi Prajnepad*, La Table Ronde, 2003
- Guillaume Jean-Pierre, *Être vivant. L'ostéopathie, nouvelle médecine humaniste*, Anne Carrière, 2010
- Haut Conseil de la santé publique, Rapport, *Les inégalités sociales de santé : sortir de la fatalité*, décembre 2009
- Jamet Dominique, *"I have a dream" Ces discours qui ont changé le monde*, Archipoche, 2008
- Kempf Hervé, *L'oligarchie ça suffit, vive la démocratie*, Seuil, 2011
- Kempf Hervé, *Pour sauver la planète, sortez du capitalisme*, Seuil, 2009

Kempf Hervé, *Comment les riches détruisent la planète*, Seuil, 2007
 Mandela Nelson, "Conversation avec moi-même", De la Martinière, 2010
 Nicolas Hulot et le comité de veille écologique, *Evolution : chapitre 2*, juin 2009
 Truchmann-Duplessis, *Embryologie, Travaux pratiques et enseignement dirigé*, Masson, 1971
 Reeves Hubert, *Mal de Terre*, Seuil, 2003
 Reeves Hubert, *Poussières d'étoiles*, Seuil, 2008
 Ricard Matthieu, *L'art de la méditation*, NiL éditions, 2008
 Séralini Gilles-Éric, *Ces OGM qui changent le monde*, Flammarion, 2004
 Susana Jourdan et Jacques Mirenowicz, *La Revue Durable N°23*, 2006

NOTES

- ⁱ Larry R. Cochard, *Atlas d'embryologie humaine de Netter*, Masson, 2003
ⁱⁱ Truchmann-Duplessis, *Embryologie, Travaux pratiques et enseignement dirigé*, Masson, 1971
ⁱⁱⁱ Elaine N. Marieb, *Biologie Humaine Anatomie et Physiologie*, DeBoeck, 2000, p274
^{iv} Jean-Pierre Guillaume, *Être vivant. Lostéopathie, nouvelle médecine humaniste*, Anne Carrière, 2010
^v Alternatives Economiques, Mai 2011, numéro 302, p36
^{vi} Mandela Nelson, *Conversation avec moi-même*, De la Martinière, 2010, p387
^{vii} Hubert Reeves, *Mal de Terre*, Seuil, 2003, p40
^{viii} E. Steliavora-Foucher, C. Stiller, P. Kaatsh, F. Berrino, J.W. Coebergh, ACCIS Scientific Committee (2005), "Trends in childhood cancer incidence in Europe, 1970-99", *Lancet*, Jun. 18-24, 365(9477), 2088
^{ix} Présentation des dernières données d'incidence et de mortalité par cancer en France et des tendances des 25 dernières années (1980-2005) - Conférence de presse du 21.02.2008 - www.invs.sante.fr
^x André Cicoletta, *Le défi des épidémies modernes*, La Découverte, 2007
^{xi} Source : Le monde.fr et l'AFP le 29.06.2011
^{xii} Gérard Salem, Stéphane Rican et Éric Jouglà, *Atlas de la santé, vol. 1, Les causes de décès*, John Libbey Eurotext, Montrouge, 2000

^{xiii} Association Regards croisés, *Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention*, Jouvence, 2010, p259

^{xiv} OMS - Rapport sur la santé dans le monde – Chapitre 1 : Les défis actuels de la santé dans le monde -<http://www.who.int/whr/2003/chapter1/fr/index1.html>

^{xv} Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture – Département du développement économique et social – 09. 2010 - Portail de la faim de la FAO : www.fao.org/hunger

^{xvi} <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/fr/index.html>

^{xvii} Etude ObÉpi - Roche 2009 -<http://www.roche.fr>

^{xviii} Courrier international, n° 1082, 17.08.2011

^{xix} Shanna Swan, Éric Elkin et Laura Fenster (2000), "The question of declining sperm density revisited : an analyse of 101 studies published 1934-1996", *Environmental Health Perspectives*, vol. 108(10) : 961-966

^{xx} AM Calafat, X Ye, Wong Ly, JA Reidy, LL Needham (2008). Exposure of the U.S. population to bisphenol A and 4-tertiary-octylphenol : 2003-2004. *Environ Health Perspect*, 116(1), 39-44

^{xxi} Courrier international, n° 1075, du 9 au 15 juin 2011

^{xxii} Haut Conseil de la santé publique, Rapport, *Les inégalités sociales de santé : sortir de la fatalité*, décembre 2009, p30

^{xxiii} Ibid p32

^{xxiv} Ibid p38

^{xxv} www.fao.org/fishery/topic/3380/fr

^{xxvi} www.cnrs.fr/cw/dossiers/dosbiodiv/index.php?pid=decouv_chapA_p2_f1&zoom_id=zoom_a2_1

^{xxvii} Union Internationale pour la Conservation de la Nature. <http://www.uicn.fr/-Especies-menacees-.html>

^{xxviii} Programme des Nations Unies pour l'environnement - www.unep.org/geo/geo3/french/221.htm

^{xxix} Article de Pierre Le Hir, *Le Monde*, du 16 juillet 2011

^{xxx} Hubert Reeves, *Mal de Terre*, Seuil, 2003, p 41

^{xxxi} Ibid p15

^{xxxii} Comité de Recherche et d'Information Indépendantes sur le Génie Génétique. www.criigen.org

^{xxxiii} Association Regards croisés, *Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention*, Jouvence, 2010

^{xxxiv} Jacques Attali, *Tous ruinés dans dix ans ?*, Le Livre de Poche, 2009, p157

^{xxxv} Arnaud Desjardins, *Les formules de Swâmi Prajnânpad*, La Table Ronde, 2003, p32

^{xxxvi} Stéphane Hessel, *Indignez-vous !*, Indigène Editions, 2010, p9

^{xxxvii} Rapport Planète Vivante 2006

^{xxxviii} Association Regards croisés, *Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention*, Jouvence, 2010, p261

^{xxxix} *Le Monde* du 16.10.2008 - www.lemonde.fr/imprimer/article/2008/10/16/1107875.html

^{xl} Wikipédia. http://fr.wikipedia.org/wiki/Patrick_Le_Lay

^{xli} Sylvain Darnil et Mathieu Le Roux, *80 hommes pour changer le monde : Entreprendre pour la planète*, Editions Jean Claude Lattès

^{xlii} Association Regards croisés, *Vous avez dit cancer ? Des causes environnementales à la prévention*, Jouvence, 2010

^{xliiii} www.facverte.org

^{xliiv} www.vivelaterre.com

^{xlv} <http://reseau-environnement-sante.fr>

^{xlvi} www.refedd.org

^{xlvii} Je tiens à remercier chaleureusement Emmanuelle Thomazeau chef de projet à l'association Béarn Initiative Environnement, les agriculteurs Henri et Maritxu Castillon et François et Simone Chabalgoity, Bernard Uthurry, Maire et Marie-Lyse Gaston, Maire Adjointe de la ville d'Oloron Sainte-Marie, Florent et Cyrille Paris du cinéma Le Luxor, Eric Sayerce-Pon, Proviseur Adjoint, les Professeurs Laure Gutierrez et Patricia El Bounia du Lycée Gaston Fébus à Orthez, Caroline Miannay-Martias Proviseur Adjointe, les Professeurs Jérôme Ragnié et Laure Bonzom-Coubet du Lycée Jules Super-vielle à Oloron Sainte-Marie.

^{xlviii} <http://generationscobayes.org>

^{xlix} <http://www.greenpride.me>

ⁱ Franklin Delano Roosevelt, Congrès des Etats-Unis, 4 mars 1933, Jamet Dominique, *"I have a dream" Ces discours qui ont changé le monde*, Archipoche, 2008, p55

ⁱⁱ cf annexes

ⁱⁱⁱ Discours à la jeunesse, lycée d'Albi, 30 juillet 1903, Jamet Dominique, *"I have a dream" Ces discours qui ont changé le monde*, Archipoche, 2008, p23

ⁱⁱⁱⁱ Jean Jaurès, Discours à la jeunesse, lycée d'Albi, 30 juillet 1903, Jamet Dominique, *"I have a dream" Ces discours qui ont changé le monde*, Archipoche, 2008, p26

^{liv} Hubert Reeves, *Poussières d'étoiles*, Seuil, 2008, p16

ANNEXES

L'APPEL DE LA JEUNESSE

Nous, membres du collectif Appel de la jeunesse, n'acceptons pas :

- De voir autour de nous nos parents, nos proches et même de plus en plus souvent nos camarades de classe, touchés par le cancer ;
- De voir de plus en plus de jeunes rencontrer des difficultés à concevoir un enfant ;
- De voir se développer les allergies, l'asthme, le diabète, l'obésité et les maladies invalidantes que cela génère ;
- De consommer des produits qui traversent le monde, empoisonnant les populations et leur environnement, et exploitant plus particulièrement les populations des "pays du sud".
- D'entendre le discours qui veut nous faire croire que tout cela n'est qu'une fatalité ou ne relève que de la seule responsabilité individuelle ;

Nous considérons cet état de fait comme anormal !

- Parce que la pollution chimique généralisée imprègne nos organismes et ceux des enfants ;
- Parce que la publicité omniprésente nous pousse à être des consommateurs bouli-

miques de biens matériels jetables et de mal bouffe;

- Parce que les technologies nouvelles comme la téléphonie mobile, les OGM ou les nanotechnologies sont développées sans qu'elles aient été sérieusement évaluées au préalable.

- Parce que nous ne pensons pas que notre génération et celles à venir puissent être en bonne santé sur une planète malade

Nous lançons cet Appel de la jeunesse pour que le lien entre la santé et l'environnement soit au cœur des choix politiques.

- Nous avons bien conscience que l'avenir des sociétés est entre les mains des décideurs politiques ainsi que de tous les citoyens.

- Nous pensons qu'en chacun de nous il y a une partie de la réponse aux défis inédits que rencontre aujourd'hui l'Humanité.

- Nous avons confiance en la société, en ses valeurs, en son imagination, en son intelligence, en sa capacité à se mobiliser massivement et de manière déterminé pour construire un bel avenir, assurer sa pérennité et son épanouissement.

Nous pensons que la jeunesse à un rôle moteur à jouer pour inventer de nouveaux modes de vie et de consommations respectueux de sa santé, de la santé des sociétés et des écosystèmes.

LA CHARTE DE L'ENIRONNEMENT

Art1

Chacun a le droit de vivre dans un environnement équilibré et favorable à sa santé.

Art2

Toute personne a le devoir de prendre part à la préservation et à l'amélioration de l'environnement.

Art 3

Toute personne doit, dans les conditions définies par la loi, prévenir ou, à défaut, limiter les atteintes qu'elle est susceptible de porter à l'environnement.

Art 4

Toute personne doit contribuer à la réparation des dommages qu'elle cause à l'environnement, dans les conditions définies par la loi.

Art 5

Lorsque la réalisation d'un dommage, bien qu'incertaine en l'état des connaissances scientifiques, pourrait affecter de manière grave et irréversible l'environnement, les autorités publiques veillent, par l'application du principe de précaution, à l'adoption de mesures provisoires et proportionnées afin d'éviter la réalisation du dommage ainsi qu'à la mise en œuvre de procédures d'évaluation des risques encourus.

Art 6

Les politiques publiques doivent promouvoir un développement durable. À cet effet, elles prennent en compte la protection et la mise en valeur de l'environnement et les concilient avec le développement économique et social.

Art 7

Toute personne a le droit, dans les conditions et les limites définies par la loi, d'accéder aux informations relatives à l'environnement détenues par les autorités publiques et de participer à l'élaboration des décisions publiques ayant une incidence sur l'environnement.

Art 8

L'éducation et la formation à l'environnement doivent contribuer à l'exercice des droits et devoirs définis par la présente charte.

Art 9

La recherche et l'innovation doivent apporter leur concours à la préservation et à la mise en valeur de l'environnement.

Art 10

La présente charte de l'environnement inspire l'action européenne et internationale de la France.



Martin Rieussec

*est co-fondateur
et ancien Président du
collectif "Appel de
la jeunesse".*

*Il a représenté les jeunes
Français lors de la
cinquième conférence
ministérielle sur la santé
et l'environnement à
Parme en 2010.*

*Il est ostéopathe à Oloron
Sainte-Marie dans les
Pyrénées.*

Adrien Rérat

*est membre du collectif
"Appel de la jeunesse"
et de son conseil
d'administration*

*Il est architecte
et illustrateur à Paris.*





*"remettre l'humain au coeur de la nature et la
nature au coeur de l'humain"*

*"Izadiaren baitan gizakia eta gizakiaren baitan
izadia sartü"*

Centre Multiservices -
BP 66 64130 Mauléon Licharre
tel : 05 59 28 32 81

astobelarra@gmail.com

<http://astobelarra.over-blog.com/>
<http://astobelarra.fr/>

LES ÉDITIONS FISCHBACHER

5, rue Barbette, 75003 Paris, France
tel : 01 44 54 55 11 _ fax : 01 44 54 55 15
fischbacher@onciale.fr



www.editionsfischbacher.com



achevé d'imprimé
octobre 2012

sur les presses de
l'exprimeur

première édition

Dépot légal
octobre 2012

