

"Bien vivre Noël, avant, pendant, après"

L'importance du Sens :

- Noël participe d'un non-sens général dans tous les domaines, mais plus qu'évident pour cette fête chrétienne, censée célébrer la naissance d'un Etre aimant, généreux, altruiste, ... divin, s'intéressant plus aux pauvres qu'aux riches, aux malades qu'aux bien-portants, aux simples d'esprit qu'aux puissants, ... or nous en avons fait un débordement de cadeaux pour les riches (les pauvres ?), une orgie de mets chers et surabondants, au point de s'en rendre malades parfois (les pauvres ?), une fête familiale qui ne fête que les siens, sans considérer plus que cela les personnes isolées, malades, dans le besoin ... **L'envers même du sens de la venue sur terre de Jésus, donnant sa vie pour nous tous.** A cela, les non croyants ont le droit de ne pas être d'accord, mais alors pourquoi fêter Noël, si on ne croit pas en Jésus ? **Non sens à nouveau.**
- **Le Sens des choses, évènements ... est bien plus fondamental qu'on ne le croit.** Avoir du sens signifie : "être cohérent, relever de la logique, se conformer à la réalité", et donc **une chose qui n'a pas de sens**, ou est contraire au sens, dans notre cas, **signifie qu'elle est incohérente et non conforme à la réalité". Or nous sommes des êtres cohérents, et en recherche permanente de cohérence**, consciemment ou pas. Ce qui nous pousse à essayer de comprendre ce qui nous arrive, qui on est, ce pourquoi on est fait, pourquoi on est sur terre ... **Nous ne pouvons donc pas être équilibrés, en paix, dans l'incohérence, quelle qu'elle soit.**
- **Pourquoi minimise-t-on le non-sens ou contre-sens :**
Nous vivons à la surface des choses, des relations, ..., par l'éducation et la société de l'image, qui n'est quasiment que superficielle. Mais nous sommes paradoxalement tous, des êtres profonds, avec des émotions, sentiments, ressentis, une humanité prête à se réveiller à tout moment ... **Mais tout est fait actuellement, et de plus en plus - d'où un besoin de réagir - pour nous transformer en des êtres mécaniques, pour travailler, aimer, obéir, ne plus réfléchir, pressés par le temps, l'envahissement médiatique, administratif...**
Sans temps pour se retrouver, ni intériorisation, ni expression de soi (émotionnelle, artistique, thérapeutique ...), ni réflexion, nous n'avons aucune idée du non-sens que nous vivons en permanence, encore moins des conséquences sur notre être de cet état de fait. Dès l'instant que nous nous intériorisons la question du sens se pose, et cherche à se solutionner.
Nous sommes par nature en perte de sens, tous, ayant souffert depuis notre enfance, sans compréhension, explication, libération ; mais la société a grandement exagéré cela, en disséquant tout ce qui fait notre vie, rompant ainsi le(s) lien(s) qui fait (font) Sens.
- **Quelles en sont les conséquences ?**
Il est évident qu'incompréhension, manque de lien(s), incohérence, irréalité ... génèrent du stress, des angoisses = messages omniprésents dans le paysage médiatique. Ceci, nous le savons bien, finit par créer fatigues, maladies, pessimisme, abattement, sentiment d'impuissance ... un Grand MAL ETRE très perceptible, dans nos cabinets, et autour de nous.

Perte de Sens générale dans la société : décentrage, stress, angoisse, perte de ses repères propres, de soi, du sens de son existence ...

- **Familles :** éclatées par des séparations ou géographiquement, monoparentales, homosexuelles ...
- **Ecole :** apprentissage de choses dont on ne voit pas l'utilité, très souvent, apportant une démotivation
- **Travail :** robotisation exponentielle, virtualisation, rémunérations injustes, alimentant une économie virtuelle, de plus en plus déconnectée de la nature, non relié à nos aspirations, qualités ..., non reconnu ...
- **Argent :** instrument de mesure, censé représenter la justesse d'une valeur marchande, mais les débordements excessifs en trop = paradis fiscaux, PDG milliardaires, stars, certains sportifs ..., ou en "pas assez" = chômage, RSA, SDF, mendiants, prouvent qu'il ne mesure plus rien.
- **Sexe :** censé représenter le rapport amoureux, mais étalé comme si l'humain était un objet sexuel, comme s'il s'agissait seulement de prendre du plaisir, comme pour un bon repas.
- **Communication :** virtuelle (mail, sms, internet, site de rencontres ...) de plus en plus envahissante, par téléphone, mails, panneaux publicitaires, prospectus, internet, pubs, qui plus est, pleine de mensonges et manipulations.
- **Spiritualité :** désaffection des religions, qui par leurs rituels et ouverture à plus grand que soi, apportaient du sens, de la sécurité et paix, à ses adeptes.

Arguments à apporter à nos visiteurs pour l'animation : faut-il céder aux multinationales qui ont fait de Noël une fête commerciale ?

- **L'argent est une forme de reconnaissance importante dans notre société, mais il y a des reconnaissances plus importantes encore :**
 - ✓ le temps accordé à une personne avec une attention pleine et sincère
 - ✓ un cadeau qui touche particulièrement la personne
 - ✓ un cadeau utile, qui ne viendra pas encombrer un peu plus l'espace, et ne restera pas dans un placard
 - ✓ ... *ajouter vos propres idées*
- **Les repas : faut-il y mettre là aussi beaucoup d'argent ?**
 - ✓ penser à ne pas cumuler apéritif et entrée
 - ✓ éviter les mélanges de vins (pour la digestion, et le porte-monnaie)
 - ✓ pas de préparation pour les crustacés froids
 - ✓ une belle présentation remplace avantageusement la complexité d'un plat
 - ✓ ... *ajouter vos propres idées*
- **Conseils généraux** pour discuter avec les gens :
 - ✓ leur proposer de trouver leur propre sens de Noël, pas celui imposé sournoisement
 - ✓ poser des questions pour les guider vers ce qui ne leur convient pas dans Noël
 - ✓ leur soumettre un questionnaire pour avancer en conscience.
 - ✓ mot d'ordre : "ne pas subir", mettre sa touche personnelle en assumant "qui je suis"