

Extrait 15 - Opus 1

# Franchir les Murs de Verre

Problématique du négatif dominant

# 1

Opus

Monthome

## Franchir les Murs de Verre

Comment le système détourne  
l'esprit de la démocratie

Auteur : Monthome - ISBN 9791023701470

0.50€

BOOKINER 



Auteur : Monthome

[www.bookiner.com](http://www.bookiner.com)

Usage libre de droit (non marchand) avec mention «Bookiner.com»

# Franchir les Murs de Verre

## Extrait 15 - Opus 1

### Problématique du négatif dominant

- 49. Malgré les apparences, la politique tire l'homme et la société vers le bas**
- 50. Comment malgré les évidences, le politique insiste lourdement**
- 51. C'est l'irresponsabilité du système qui rend l'homme involontairement responsable de ses malheurs**
- 52. L'expérience est une lanterne accrochée dans le dos qui n'éclaire que le chemin parcouru**
- 53. La plupart des libertés humaines sont conditionnelles ou en sursis comme les points du permis de conduire**

***«Le véritable ennemi n'est pas l'autre mais tout ce que je ne sais pas comprendre et dompter en moi.»***

#### Conditions d'usage libre de droits

Tout contenu gratuit ou payant peut être utilisé avec l'obligation d'indiquer la mention «Bookiner.com». L'acquéreur sur le site bénéficie d'un usage libre de droits à titre **PERSONNEL** (individuel, familial et privatif) dans un cadre exclusivement non marchand, non concurrentiel et non grand public. Il est autorisé à installer ce fichier sur tout équipement informatique et télécoms dont il est propriétaire ainsi que pratiquer éventuellement une duplication, un téléchargement, ou un envoi sous forme de fichier, à un maximum de 5 postes/utilisateurs internes. Ce droit ne s'applique pas à l'utilisateur qui reçoit gratuitement un contenu payant, lequel ne peut aucunement le diffuser autour de lui sans risquer de tomber sous le coup de la loi portant sur le copyright et/ou s'exposer aux conditions restrictives du droit d'auteur et de la protection intellectuelle.

## **49. Malgré les apparences, la politique tire l'homme et la société vers le bas**

Dans le prolongement du monde animal, les groupes humains et les individus ont tendance à s'opposer, s'entre-tuer (arriver le premier), se pourchasser (se cibler) ou se combattre (compétition, concurrence), lorsque la contrainte environnementale «primaire» devient forte : survie économique, prévalence sociale, territoire ou ressources à protéger, gestion de l'impact des crises, protection des biens et des personnes contre les aléas climatiques, les catastrophes naturelles, la prédation, le danger... La contrainte environnementale primaire comprend aussi bien l'interaction du milieu naturel sur l'homme que le bain sociétal pour le citoyen. Aucun individu ne peut vivre ou survivre sans une relation interactive avec le milieu ambiant et l'environnement extérieur. Lorsque celui-ci est vécu de manière positive, la vie collective et individuelle en est favorablement influencée en qualifiant automatiquement les comportements du plus grand nombre. L'inverse est symétriquement identique. La relation est exactement la même entre le fait d'être en bonne santé et disposer d'un moral d'enfer et d'une énergie intense ou de subir la maladie et déprimer dans un état de fatigue et de démoralisation permanent.

Il est évident que la polarité positive au sein d'un environnement donné influence et améliore directement la mentalité ambiante, l'attitude générale, les comportements au quotidien, les décisions prises, ainsi que les relations à autrui. Autant dire que cette observation est validée depuis des millénaires au travers de la biochimie issue de la foi, de la croyance, de la motivation et de la récompense. Il suffit dorénavant d'en appliquer les principes dans le cadre d'un exercice plus adulte, plus abouti et plus épanoui, en faveur des conditions humaine et citoyenne pour que le rapport à l'environnement global (collectif, social, nature...) change positivement. C'est en agissant sur l'amont qualitatif de la personnalité que l'on peut espérer un aval qualitatif dans l'existence individuelle et collective mais jamais le contraire, ou alors de manière temporaire et imparfaite. On ne peut également tromper durablement l'homme éduqué et affirmé, par des références édulcorées, virtuelles, fausses, ce qui a été pourtant longtemps le cas (religion, idéologie, mysticisme, ésotérisme, histoire...).

Ce type de problématique survient lorsque le politique et les gouvernants, croyant bien faire, pipent et altèrent à la racine cette évidence en imposant au plus grand nombre leurs limites mentales et intellectuelles, leurs règles et leur moral, leur mode de gestion et de décision, sous la pression conservatrice et culturelle dominante. A vouloir tout contrôler, dominer, régenter, influencer, orienter, l'excès politique comme l'excès marketing ont tendance à «nitratiser» (rendre stérile) et rendre improductif le terrain sur lequel chacun d'eux s'applique. En déstructurant progressivement les tropismes humains (orientation naturelle) pour des raisons d'asservissement partiel, de rendement civique et d'efficacité citoyenne, se mettent en place des espaces de vie collective à la fois forcés, relativement dénaturés, voire artificiels. Même si chacun s'en accommode faute de mieux, cet abus politique dénature le lien social, casse l'envie, malmène l'espérance.

En abusant de la communication et du marketing politique, le milieu politicien, ses services de presse et ses officines, ne respectent plus vraiment l'intégrité du citoyen en essayant de lui vendre tout et n'importe quoi, si ce n'est le manipuler en douceur et profondeur. A force de produire du bruit, du vent et de l'agitation médiatique, ce type de processus politique fabrique davantage de rejet, doute, stress, démoralisation, passivité, schizophrénie, inconstance, repli, que d'énergie mobilisatrice. C'est le négatif qui frappe nos démocraties modernes dans lesquelles l'artificiel politique tend à supplanter le naturel citoyen. Lorsqu'au climat politique s'ajoute l'intervention de tiers privés ou publics interagissant de manière plus ou moins hostile sur l'individu, sa famille, ses biens, son lieu de travail..., alors le mécontentement et la frustration deviennent des constantes négatives dans l'ensemble du corps social.

La pratique politique est perçue comme coresponsable des multiples parasitages et contraintes anxigènes vécus par le citoyen : difficultés financières, incidences sur l'emploi, affaires judiciairisées, trasseries administratives, contributions/prélèvements, frustration dans le défaut de consommation ou d'acquisition, atteintes aux biens matériels et immatériels, déstabilisation du couple, de la famille... A ce stade, c'est l'influence directement exercée par les contraintes primaires du milieu qui oriente les principales réponses comportementales du citoyen face à des hommes politiques souvent dépassés et impuissants.

A cela, s'ajoute la contrainte économique directe et quotidienne devenue majeure dans nos sociétés modernes en régulant, en partie, l'état d'esprit et l'état psychologique de la plupart des individus, ménages et entreprises.

**Contraintes primaires :** Ensemble des obligations et situations vécues quotidiennement de manière imposée, coercitive et/ou déplaisante au sein de la sphère publique, collective et administrative, par une majorité d'individus devant s'y soumettre. La tutelle politique et sa gouvernance sont jugées coresponsables de l'inefficacité, dureté et/ou non qualité constatée dans tous les corps, institutions et domaines intermédiaires placés entre l'Etat et le citoyen. La somme répétitive de ces contraintes (règles, procédures, obligations administratives et fiscales, sanctions, interdictions...) interagit directement sur les réponses comportementales neutres ou négatives des individus, ainsi que sur celles des organisations privées. La grande problématique des contraintes primaires est que si l'intention de départ peut être jugée bonne et nécessaire, c'est souvent la méthode appliquée qui est perçue comme mauvaise en devenant rapidement un processus aveugle à produire du négatif en continu.

## 50. Comment malgré les évidences, le politique insiste lourdement

Aux contraintes primaires s'ajoutent les contraintes secondaires provenant de la gestion même de l'Etat, des institutions et du collectif. Ces dernières amplifient d'ailleurs souvent les premières. Elles se présentent d'abord dans le discours politique courant par une tendance morbide à voir principalement le pire, la difficulté, le risque, comme à moraliser, dramatiser, culpabiliser. Les contraintes secondaires intègrent également toutes les formes d'interactions exercées sur le cerveau humain en amont des réponses comportementales. En cela, le formatage et le matricage sociétal procèdent des contraintes secondaires en conditionnant et en déformant plus qu'ils ne forment l'individu en le rendant souvent plus «mauvais» que «bon», plus «médiocre» qu'«efficace», plus suiveur et docile qu'affirmé et engagé. La production sociale, politique et culturelle de mythes et croyances, de valeurs morales, de codes et usages, de lois et réglementations, de moule éducatif et professionnel, d'informations plus ou moins orientées... forment la plate-forme habituelle des contraintes secondaires préfigurant les mœurs du pays considéré.

**Contraintes secondaires :** Elles sont produites directement par le système en place sous forme d'orientation massive, stressante et/ou culpabilisante des comportements par le formatage, le matricage et le conditionnement, de façon à interagir directement sur le cerveau humain et/ou à la source même des attitudes et des comportements. Le sens, la dominance, l'intensité de ces contraintes, façonnent plus ou moins la nature humaine dans son rapport au social donc, par extension, déforment la matrice sociétale. Aussi lorsque l'intelligence humaine se couple, en plus, au politiquement correct se produit alors une grave déviance : la maladie de l'intelligence qui consiste à tout rationaliser et justifier, même l'évidence du pire, par l'usage abusif du vocabulaire, des mots, des raisonnements et autres formules.

L'addition des contraintes primaires et secondaires influence directement la condition humaine, donc citoyenne, donc sociétale. Même dans une société de consommation, il est clair que l'impact psychique de la religion, des usages, de l'ordre moral, légal et sécuritaire, associé à la communication d'Etat, produit une adhésion collective par effet de mimétisme. Toutefois cette cohésion d'ensemble se paie au prix fort par des rigidités communautaristes, ethniques, raciales, sexistes..., ainsi que par le développement du politiquement correct en interne et une intolérance latente envers l'étranger. En cela, la cohésion par le ciment politique et systémique produit de la dissociation entre individus différents dès lors que le milieu sociétal supporte de nombreuses contraintes primaires et secondaires.

**1+1 = 4 :** Contraintes primaires + contraintes secondaires = impacts psychiques + impacts comportementaux + limites objectives à la démocratie + freins à l'évolution des conditions humaine, citoyenne et sociétale.

## 51. C'est l'irresponsabilité du système qui rend l'homme involontairement responsable de ses malheurs

Dans le constat historique, il est possible de dire que c'est la société elle-même qui rend l'homme dépendant, inhibé, mauvais, agressif, rebelle ou dans le meilleur des cas affirmé, responsable et discerné. Le système a une responsabilité directe et une influence certaine sur les individus agissant en son sein et non l'inverse. Dans un cadre systémique, c'est l'environnement sociétal qui façonne l'environnement humain (relationnel, collectif) qui façonne ensuite le fonctionnement l'humain (comportement, besoins). Plus le système est irresponsable de lui-même, moins il favorise la responsabilité individuelle. Pire, il déplace sa propre responsabilité sur celle du citoyen déviant qu'il a contribué à formater et influencé, à la source, pour se comporter ainsi. Il est observable que lorsque la pression du système et du collectif (y compris familial) courbe trop, de manière directive, la trajectoire naturelle du développement individuel vers telle ou telle forme non positive dans l'attitude et le comportement, il s'ensuit alors forcément des lignes de conduite propices à l'expression de la déviance, à la présence d'une mentalité inaboutie et/ou à des actes non qualitatifs relevant de l'animal en nous.

Le pire est atteint lorsque l'intelligence s'empare du phénomène à vouloir tout justifier par des raisonnements fallacieux et des logiques apparentes jouant sur l'émotionnel ou la morale, afin de tromper sciemment sur la réalité source des faits. Lorsque le matricage du cerveau humain s'associe à la médiocratie du comportement on atteint vite les limites de la démocratie. Une déformation sociétale dont personne n'est vraiment responsable mais tout le monde coupable. En ne changeant rien, en ne faisant rien, il est certain que cela peut durer longtemps. A l'inverse, lorsque le peuple ou des minorités influentes manifestent fermement leur mécontentement, il est observable que le système s'oblige alors à adapter son offre politique en fonction des grands courants et tendances du moment. Il s'agit là d'un forçage démocratique que le système en place va assurément s'employer à compenser autrement.

Dans une démarche plus démagogique que fondatrice, tout système contraint dans son modèle (sans présence d'un autre modèle fort et alternatif) use de multiples leviers pour tenter de contrôler le mouvement, bien plus que pour le qualifier de l'intérieur. Même dans le changement, la référence au négatif est monnaie courante dans l'interventionnisme d'Etat. Il est clair que le négativisme «hard ou soft» est une pratique d'Etat constante (dramatisation, répression, sanction, emprisonnement, harcèlement administratif et fiscal...) lorsque celui-ci se sent en danger. Que le danger soit interne ou externe, réel ou possible, le système voit plus dans le citoyen résistant, non politiquement correct, non collaborant, un déviant, un délinquant et/ou un ennemi intérieur dont il faut se méfier, qu'une ressource utile dont il faut apprendre de la différence ou un allié patriote à considérer.

C'est la raison pour laquelle il existe, dans toutes les sociétés actuelles, une forte pente entropique fondée sur une conduite et une gestion des masses bien plus directive que libertaire, bien plus normative que favorisant le discernement et le libre arbitre, bien plus autoritaire que tolérante. Il est également observable que la nourriture cognitive (information sous toutes ses formes) provenant des services publics et relayée par une majorité de médias est plus centrée sur l'actualité «négative», politiquement correcte, anxiogène et/ou émotionnelle, afin de mieux impressionner les comportements ou, au contraire, se présente de manière très superficielle, ludique, people ou festive, pour distraire et canaliser les pulsions du bon peuple.

**L'image en 3D de la démocratie :** Tout espace démocratique est foncièrement à géométrie variable. Chacun a sa propre interprétation et/ou représentation officielle de l'espace démocratique dans la nation où il vit. Il s'agit souvent d'une représentation culturelle, voire imaginaire, reposant sur des mots, des symboles, des valeurs magnifiées, dont l'application concrète dans le monde du réel est souvent limitée, restreinte, déficitaire, orientée. Il en va ainsi de l'usage «abusif» des mots liberté, égalité, fraternité, paix, sécurité, droit, justice... remplis de promesse, de rêve et d'espérance, ou encore de références à un Dieu et ses prophètes, donnant là une dimension mystique à la notion de démocratie. En fait, l'idée de démocratie est une image en 3D formée à partir de nos propres illusions.

## **52. L'expérience est une lanterne accrochée dans le dos... qui n'éclaire que le chemin parcouru (Confucius)**

En démocratie, comme avec l'iceberg, il existe une petite partie émergée et une grande partie immergée. En surface, la vie réelle et anonyme des gens côtoie énormément de virtualité sous forme de grand barnum médiatique, de théâtralisation people, de bain émotionnel télévisuel ou encore de communication politico-médiatique, économique, publicitaire... dans un flux d'information continu. Tout cela donne l'impression au citoyen lambda d'être intellectuellement agile, d'être bien informé, de tout savoir sur tout et que le progrès sociétal est en marche. Pourtant, au-delà de cette illusion d'optique collective, préexiste en profondeur une force inertielle puissante bridant à la racine l'ensemble de nos comportements et modes d'action par l'emprise culturelle, le formatage éducatif, moral et religieux, adossé à un labyrinthe quasi inextricable de murs de verre et de murs de pierres.

Cet encrassement sociétal, comme celui d'un moteur de voiture, provient de la manière dont nous conduisons : à mauvais conducteur, mauvaises performances, mauvaises conditions routières. Ce n'est pas parce que le véhicule est doté d'une technologie avancée que le conducteur est plus compétent ou meilleur dans ses réflexes, bien au contraire. Il reste toujours aussi faible dans la maîtrise instinctive mais sans le savoir. En s'entêtant à pratiquer dans la bonne conscience d'une longue habitude, on ne s'aperçoit pas que plus l'expérience est longue dans la durée, plus elle devient routinière en se concentrant sur une fraction de plus en plus solide mais aussi réduite de compétences réelles. Elle limite de facto le niveau de maîtrise à ce qui est connu et utile en affaiblissant, parallèlement, la capacité d'anticipation, de vigilance et autres réflexes, pour tout ce qui n'est plus pratiqué, nouveau, changeant, imprévisible, inconnu.

A l'échelle individuelle, collective et sociétale, l'expérience porte en elle la garantie de certitudes mais aussi le danger et l'insécurité pour ce qu'elle ne connaît pas ou plus. En fait, l'insécurité provient souvent d'une haute idée de sa propre expérience associée à trop de prudence et/ou pas assez de maîtrise du risque. Etre bon dans une méthode ou une activité quelconque et médiocre dans d'autres, n'est pas vraiment le signe de l'excellence tant que préexiste une incapacité à gérer les situations inattendues.

**Expérience :** Le monde est guidé par l'expérience des uns et la croyance des autres. Dans un monde linéaire, routinier et prévisible, plus l'expérience adéquate est grande, plus elle se montre décisive. Dans un monde évolutif, changeant ou non linéaire, l'expérience acquise, non actualisée et non développée par ailleurs, est a contrario une source de risque par incapacité à prévoir l'improbable.

Pour une organisation ou une nation qui s'accroche à son expérience et aux certitudes passées, l'avenir n'est qu'un devenir dans le prolongement du présent. En cela, rien de vraiment évolutionnaire n'est à attendre constatant que le couplage entre expérience et passé devient plus une conduite au frein qu'une poussée dynamique.

**Référentiels négatifs issus du passé et de l'expérience :** Quatre exemples de référentiels négatifs appliqués dans les démocraties de système tout au long du passé comme au présent :

1. Rapport du fort au faible ou du dominant sur le dominé, sans exercice de la réciprocité.
2. Pouvoir des uns et soumission des autres, sans contrôle de la minorité des premiers ni valorisation de la majorité des seconds.
3. Légalité imposée et norme indifférenciée face à la légitimité et au discernement différencié.
4. Egalité dogmatique simplificatrice face à l'équité souhaitable dans la prise en compte de la diversité et de la complexité des cas et des situations.

## **53. La plupart des libertés humaines sont conditionnelles ou en sursis comme les points du permis de conduire !**

S'il faut apprécier à leur juste valeur les avancées historiques réalisées en matière de libertés collectives et individuelles, il ne faut pas non plus s'en aveugler. Sur le fond, c'est toujours le niveau le plus élevé

d'attente et de conscience globale du citoyen engagé qui doit étalonner la réalité de l'infrastructure sociétale et non la réalité de celle-ci (lorsqu'elle est coercitive) qui doit contraindre le niveau d'attente et de conscience globale du citoyen. Se satisfaire de ce qui est lorsque c'est imparfait, anachronique ou insuffisant, est un signe de faible maturité démocratique, d'aveuglement culturel et/ou d'inaboutissement psychologique. Evoquer la notion de liberté en démocratie, c'est aussi accepter l'idée que celle-ci est encadrée, surveillée, conditionnelle.

Un véritable paradoxe lorsque la notion de liberté porteuse d'ouverture, de tolérance, de non servitude, de capacité de décision, de choix, d'expression et d'action, est en sursis permanent sous l'égide de contraintes suspensives. Qu'on le veuille ou non, la montée en puissance de la modernité dans nos sociétés n'a pas vraiment inversé le rapport historique dans lequel les gens doivent se satisfaire de l'offre existante et la subir sans rien dire. Un comble, lorsque c'est normalement l'offre (de nature limitative) qui doit naturellement s'adapter à la demande (de nature expansive) au risque alors de la non satisfaire et produire, au sens psychosociologique, toute une chaîne de conséquences entropiques.

Face à cette évidence, le sociétal évolutionnaire est à l'économie de marché (adaptation raisonnée à la Demande) ce que le système classique est à l'économie de production (Offre dominante). Deux approches bien différentes dont la première représente une avancée certaine mettant en avant l'individu et le citoyen, alors que la seconde caractérise une inertie conservatrice dans laquelle le système reste dominant. Comme en économie, tant que l'offre sociétale s'impose dans une forme de dominance soumettant de manière plus ou moins forcée le citoyen, ce dernier se plie par pragmatisme, jusqu'à trouver d'autres solutions et/ou échappatoires le moment venu. Le rôle d'une vraie démocratie est d'éviter que ce déséquilibre ne perdure en cherchant à établir un gagnant-gagnant sociétal par le biais d'un équilibre sain entre l'offre et la demande.

Toutefois, tant que le poids des dogmes technocratiques, des idéologies politiques, des mythes religieux, des formatages culturels, des routines professionnelles, envahissent majoritairement l'espace mental du citoyen lambda, la dimension libertaire (5 libertés naturelles) ne peut s'épanouir correctement et libérer les potentiels disponibles en chaque individu mature. La finalité positive et évolutionnaire de la condition humaine est alors oubliée au profit de conséquences immédiates (économiques, politiques, sociales, sécuritaires...) produisant, en continu, toute une série d'effets collatéraux dommageables pour l'homme et l'humanité.

**Rapport sociétal / libertés :** Il existe 3 grands cas de figure permettant de savoir si la nation est démocratique ou pas :

- . Un rapport sociétal/libertés déséquilibré de type 80/20 ou 70/30
- . Un rapport sociétal/libertés équilibré de type 50/50
- . Un rapport libertés/sociétal majoritaire de type 60/40 ou 55/45

Toute véritable démocratie ne commence vraiment à s'appliquer qu'à partir d'un équilibre 50/50 et à devenir vraiment évolutionnaire lorsque les libertés sont majoritaires sur l'ensemble des contraintes, freins, blocages, inhibitions et conditionnements psychiques issus du système. Ainsi toute dominance politique, culturelle et/ou religieuse ne favorisant pas l'expansion démocratique est considérée comme négative en terme de finalité existentielle et doit disparaître ou s'adapter dans le nouveau évolutionnaire.

Pour éviter la poursuite d'un gâchis collectif plus ou moins frustrant, il est temps d'actualiser le rapport offre/demande sociétal et ses incidences sur chacun des espaces de liberté. Il est temps que l'architecture et l'«urbanisme» sociétal soient redessinés afin de faciliter une plus grande simplicité et fluidité libertaire. Une nouvelle positivité qui tienne compte des aspirations et des modes de vie des citoyens modernes.

Il est temps de déconstruire le négatif et de reconstruire sur de nouvelles bases optimisées. Il est temps de s'apercevoir que le «foncier» (héritage culturel, tradition judéo-chrétienne, islamisme...) et le patrimoine sociétal (république, laïcité...) doivent être réalignés sur de nouvelles lignes de perspectives et logiques de fonctionnement.

Il est temps de faire un grand ménage pacifiste (toilette) alors que chacun peut observer, derrière les vernis de façade, que la plupart des institutions et organisations sont mues par des modèles technocratiques encore trop ritualisés, hiérarchisés, déshumanisés, hyper administratifs, procéduriers et réglementés, qui ne sont plus vraiment à la hauteur des enjeux démocratiques modernes.

**5 grands espaces de liberté humaine :** En démocratie de système que signifie vraiment le mot liberté et l'adjectif libertaire ? Il existe, en réalité, 5 grands espaces de liberté dans les conditions humaine et citoyenne que chaque démocratie doit s'appliquer à évaluer sur une échelle de 1 à 10 dans chacun des 35 épiphénomènes de société :

. **Liberté d'existence :** Elle suppose la capacité pour l'individu de décider mûrement, et en toute conscience, de sa vie ou de sa mort, ainsi que de la signification générale de son existence. En général, cette liberté est réduite par le système par le biais de la législation, des interdits et tabous recouvrant, par exemple : l'avortement, l'euthanasie, le suicide, l'isolement... Des interdictions morales ou systémiques qui nient ou refusent à l'individu la capacité d'autodétermination donc de maîtrise de lui-même et de son destin.

. **Liberté de choix :** Elle suppose pour l'individu une capacité permanente à pouvoir choisir entre 2 ou plusieurs options/solutions, en ayant ainsi la possibilité de sortir volontairement de tout système fermé et/ou de toute forme de contrainte imposée, unilatérale, forcée, obligatoire. De la liberté de choix découle la capacité de décision (avec ou sans discernement) de faire, ne pas faire ou reporter, accepter ou refuser, dire Oui, Non ou s'abstenir, pratiquer ou pas le principe de réciprocité... Il ne peut y avoir d'esprit de responsabilité réel sans liberté de choix. Sans le caractère volontariste du choix il n'y a que suivisme, soumission et docilité, mais aucun sens de la responsabilité ou de courage d'agir.

. **Liberté d'action :** Elle suppose pour l'individu une large capacité d'agir et d'initiative de manière librement consentie en fonction de ses capacités, moyens et/ou ressources du moment. Plus la liberté d'action est grande, plus il est nécessaire que préexiste un minimum de discernement, maîtrise, libre arbitre, respect d'autrui et des biens d'autrui. La réduction de la liberté d'action est souvent corrélative de la liberté de pensée et/ou encadrée par le système via les lois, règles, morale, usages, procédures... L'affirmation de soi est l'exemple même de la liberté d'action. Elle suppose dans le processus d'évolution physique, perceptive, cognitive, conative (action) et affective, la plus large liberté d'initiative dans le domaine du vécu réel et sensoriel.

. **Liberté d'expression :** Ce processus pulsionnel et cognitif fait la différence entre l'homme courageux et les autres. Il suppose pour l'individu conscient de ses actes la possibilité d'exprimer par le verbe, la gestuelle, la pratique artistique et/ou l'écrit, ses opinions, ses idées, son raisonnement, sa foi, sa croyance, l'émotion ressentie, son intime sentiment, sa conviction profonde ou encore l'authenticité de ses pulsions et besoins, de manière plus ou moins naturelle, précise, générale, argumentée et/ou contradictoire. La liberté d'expression s'étalonne entre 0 et 100 à partir d'une triple «autorisation» en provenance de soi, des autres et des règles du milieu. Il s'agit d'abord de s'affranchir de l'inhibition, de la peur des conséquences, de la crainte du rejet d'autrui, d'une sanction ou d'une menace possible pour soi-même ou ses proches. Il s'agit ensuite de sortir du formatage culturel, du politiquement correct et/ou du bien pensant qui aseptisent et atténuent l'expression dans des formes plus ou moins stéréotypées, standardisées, policées. Il s'agit enfin, dans le domaine public, de s'exonérer de la censure, des freins techniques de diffusion, des interdictions réglementaires, lorsque ceux-ci s'y opposent directement. L'exercice de cette liberté est très important en constatant que plus l'individu s'exprime, plus les idées viennent, plus les schèmes mentaux sont élaborés et plus la conscience globale se développe. L'expression tend même à entraîner l'action, la motivation et la décision en tant que deal moral révélant clairement les attentes, les frustrations et/ou les intentions profondes. Sauf à dépasser naturellement des limites évidentes (injure, diffamation, désinformation, mensonge...), la censure technique ou morale, le politiquement correct, l'esprit partisan, l'intolérance ou encore la critique essentiellement négative, ne doivent pas être admis en démocratie, sans réciprocité appliquée, du fait de leur caractère régressif, d'asservissement et/ou de contrainte même légale, sur l'esprit humain. Tout ce qui bride l'expression humaine est un frein à la condition humaine.

**. Liberté de pensée :** Elle suppose que l'individu ne soit ni formaté, ni matricé, ni conditionné à la base de son éducation générale et/ou familiale, par son apprentissage et/ou par des expériences de vie qui lui seraient imposées de manière directive et étroite. Tout système, organisation et individus qui contrôlent l'accès à l'information, orientent les contenus, formatent le savoir transmissible, arrangent l'histoire ou la réalité, imposent des raisonnements préétablis et/ou influencent la dimension psychologique, sont autant de formes d'ingérence dans le sanctuaire cognitif. Ils interagissent directement sur la liberté de pensée «quand je veux, sur ce que je veux et comme je veux». Ce type de forçage, y compris technologique, télévisuel et publicitaire, déforme plus la pensée humaine qu'il ne l'enrichit à la source en créant, de manière consécutive, toute une chaîne de conséquences comportementales, attitudinaires et de mentalité. La vraie liberté de pensée est autodidacte au sens noble du terme en se fondant sur l'utile, le vrai, l'analyse et la synthèse ainsi que, et surtout, sur l'essentiel, sans gras ni artifices de communication. Elle est à l'origine de la véritable supériorité de l'homme lorsque celle-ci permet l'accès au discernement, au libre arbitre, au jugement critique, à l'élévation de la conscience individuelle par soi-même. Elle induit alors la capacité de plénitude de toutes les autres libertés humaines que celles-ci soient utilisées ou non.

En résumé, la démocratie s'accomplit parfaitement et complètement lorsque l'homme peut s'affirmer, se respecter et respecter autrui, dans une certaine plénitude d'esprit. Cela suppose, parallèlement, que le citoyen puisse lutter sans cesse contre toutes les formes d'intolérance, rigidités et mauvaises applications en matière de conservatisme, religion, politique, idéologie, ésotérisme, culture dominante. La vraie démocratie est un challenge permanent pour l'homme moderne, tout le contraire d'une rente de situation !