

MAGMA



Le magazine du Lycée Français International Gustave Eiffel de Maputo

LIBERTÉ 

N°0 - Décembre 2022



Lycée Français International

Gustave Eiffel

SOMMAIRE

Éditorial.....	3
Dans la rue.....	4
Critique.....	5
Le genre divise-t-il la société?.....	6
Les songes d'une <i>empregada</i>	10
La femme mise en valeur au Mozambique.....	14
Telenovelas : moins superficielles qu'elles ne paraissent?.....	18
K-Pop.....	20
Danse thérapie.....	24
Avant je détestais les mangas.....	28
Boxe, jupon et gants sur le ring.....	30
Rugby version féminine.....	34
Inspiration : un léopard a mangé notre chien.....	36
La photo humaniste de Denis Rion.....	42
COVID 19 et santé mentale : un effet désastreux?.....	44
Nous l'avons tous vécu.....	48
La santé mentale en Afrique.....	50
Les réseaux sociaux sont-ils une drogue?.....	52
Les émojis.....	56
Tu rêves.....	57
Notre vie en temps que lycéens.....	58
Le mépris du bonheur dans les films.....	64
Chemins vers le bonheur?.....	66
La liberté : un mot à reconquérir.....	70
Illettrisme.....	74
Un au revoir.....	75
Marche finale.....	76
Horoscope.....	78

MAGMA

n° 0

Le magazine du Lycée Français International Gustave Eiffel de Maputo

Chers lecteurs,

Nous entrons dans une nouvelle aventure avec le magazine culturel Magma (Magazine Maputo). En tant que rédactrice en chef, je vous invite à découvrir notre marche vers la liberté. Pendant cette balade, nous allons nous exprimer librement et honnêtement sur des sujets qui nous tiennent particulièrement à cœur. Ne soyez donc pas surpris si l'on dévoile toutes sortes de tabous...

Notre "équipage" est composé d'élèves de différentes classes d'âges : des sixièmes, des premières et des terminales. Motivés, nous avons rejoint le Club Journal parce que c'est une nouvelle expérience qui s'est offerte à nous et, de surcroît, elle permet de mettre en pratique nos talents et nos envies. Nos principaux moteurs de travail sont : notre motivation, notre énergie, notre inspiration et notre synergie. Notre ambiance de travail est aussi un aspect qui nous stimule et qui nous encourage à aller plus loin, elle nous donne la possibilité de travailler sans pression et ainsi de penser autrement (think out of the box). C'est avec cet esprit de groupe que chacun a les moyens de s'épanouir. Nous avons eu la chance avec ce Club Journal d'effectuer des tâches polyvalentes et enrichissantes : l'écriture, le design numérique, la musique, la mise en page, des interviews, qui nous permettent d'expérimenter de nouvelles choses et qui nous donnent une idée de ce qui convient le mieux à chacun. C'est donc une activité qui est prête à accueillir tout le monde. C'est aussi la chance pour nous de nous exprimer librement et de forger un esprit de groupe.

Notre envie?

Exposer des sujets qui nous préoccupent, nous les jeunes, et qui dénoncent les injustices du monde. Mon "équipage" et moi, nous opposons ardemment aux inégalités de genres qui répriment injustement l'autonomie de la femme. Nous voulons un monde plus inclusif, plus ouvert d'esprit, qui encourage la diversité et moins de discriminations, un monde qui supprime l'idée du "une taille pour tous". Portant un regard moderne, nous abordons aussi des thèmes suscitant l'intérêt de notre génération comme par exemple le K-pop ou la crise climatique...

Notre périple passera par plusieurs points d'arrêts, notamment les problèmes concernant la société comme les inégalités de genre, la culture avec des "télénovelas", une critique de livre, la danse en tant que thérapie, le phénomène du K-pop, le sport féminin dans un contexte masculin, les métiers, la psychologie avec les conséquences mentales liées au Covid-19, les réseaux sociaux avec leurs effets et les conséquences sur leurs adeptes, et finalement la philosophie, avec l'illettrisme, le bonheur et la liberté.

Rejoignez-nous dans cette quête de l'**EX-PRESSION** ! C'est-à-dire s'exprimer librement et laisser derrière soi toutes les pressions sociales qui nous oppriment au quotidien.

Bonne lecture !

Yara Antão

Je regarde la prévision météo d'aujourd'hui sur mon téléphone et m'habille en jupe crayon et en cache-cœur. Mais j'hésite en me regardant dans le miroir dans ma chambre. Je me rappelle de ce conseil : "Ne porte surtout pas de jupe quand tu marches dans la rue et particulièrement la nuit", et change rapidement de tenue. Finalement, je m'habille en baggie et t-shirt oversized. Je me regarde dans la glace et voit l'image d'une personne mal à l'aise avec ce qu'elle porte. Je suis raide et crispée. En tout cas je me rassure en me disant que c'est ce qu'il faut faire pour qu'on me laisse tranquille.

Maintenant, je suis dans la salle de bain et j'attache mes cheveux avec une pince. Mon rendez-vous chez le coiffeur demain me revient en tête à ce moment. Je souhaite faire une coupe garçonnette dégradée. Pourquoi pas, si j'en ai envie ? Revenons à ce que je faisais : mes cheveux. Je vérifie mon reflet dans le miroir en gardant en tête que mon apparence doit rester simple et ne doit surtout pas attirer l'attention.

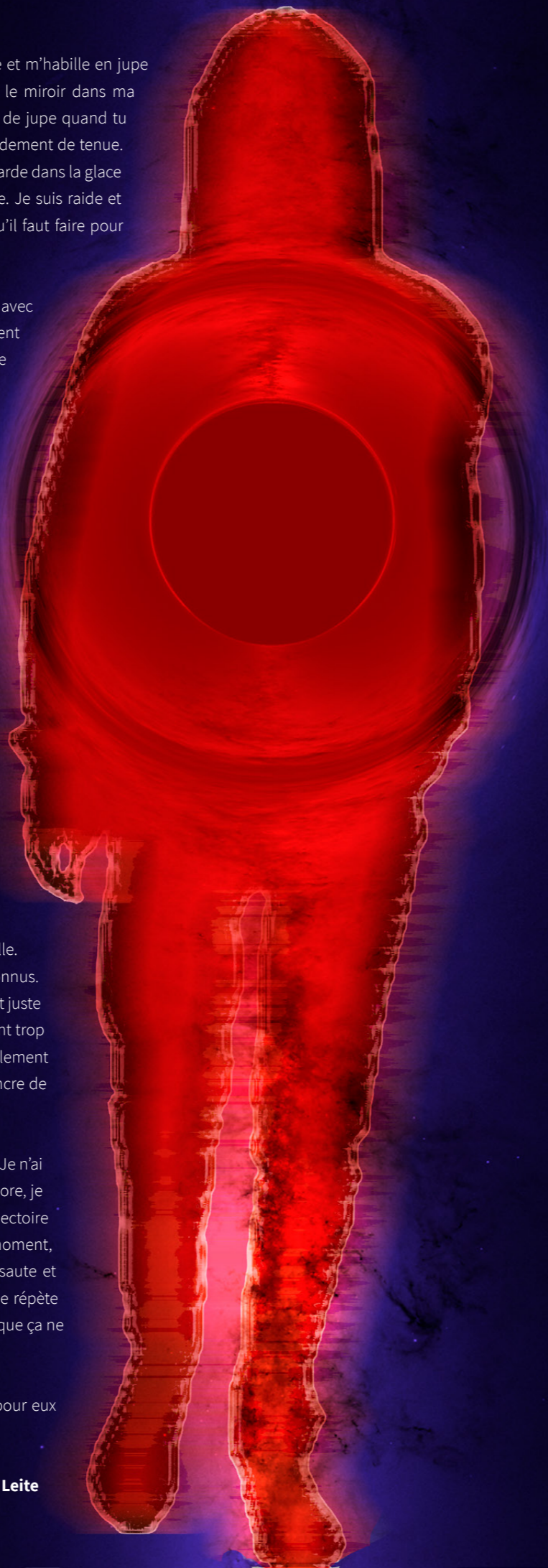
Je sors de la maison et en fermant la porte derrière moi à clés, j'ai l'étrange sensation que quelqu'un me regarde. Mon cœur cogne dans ma poitrine. Je me dépêche et je me mets en marche, comme si j'étais pressée. Je n'aime pas marcher toute seule dans la rue car j'ai peur d'être chahutée et que quelque chose puisse m'arriver. C'est à ce moment précis que j'entends des sifflements. Je sais que c'est à moi que ce groupe de jeunes hommes s'adresse, car ce n'est pas la première fois que je l'entends. Ils doivent se dire : "Elle est bonne celle-là !".

Je retiens mon envie de leur dire d'aller se faire... Je les ignore. Je continue à marcher encore plus vite. J'entends des voix d'hommes derrière moi et mon cœur commence à battre la chamade. Soudain apparaît une jeune femme avec son enfant devant moi. Je la rejoins l'air de rien et marche à côté d'elle. Ca me rassure, je n'ai pas peur d'elle. En revanche je suis terrifiée de marcher à côté des hommes inconnus. Des femmes jamais. Ensuite, un homme qui vient d'en face me dit juste comme ça : "Salut, ça va ?". J'essaie de ne pas porter un jugement trop hâtif en croyant qu'il veut me draguer. Peut-être qu'il veut seulement être respectueux et me saluer. Mais, je n'arrive pas à me convaincre de ça, par expérience.

Puis, un homme dit : "Tu veux être ma femme ?", juste comme ça ! Je n'ai même pas son âge ! Il n'a pas honte ce vieux dégoûtant ! Je l'ignore, je lui lance un regard noir et poursuis mon chemin. Pendant ma trajectoire je filtre tous les commentaires lointains que je reçois. Mais à ce moment, j'entends des klaxons de voiture qui s'adressent à moi. Je sursaute et montre mon doigt sans trop réfléchir. J'essaie de me calmer. Je répète en boucle dans ma tête que ce sont eux qui ont un problème et que ça ne peut pas venir de moi...

Ils doivent penser qu'on est des poupées Barbies qui défilent pour eux ou quoi ?

Yara Antão et Knysna Leite



CRITIQUE !

par Yara Antão et Knysna Leite

Toute à vous est un roman épistolaire de Maïa Brami publié en 2020 et fait partie de la collection "L'Ardeur" de Thiery Magnier. Ce roman sensuel, érotique et humoristique met en scène une jeune femme qui a un coup de foudre pour son voisin d'en face.

Au début, on a trouvé ça bizarre que Stella soit tellement obsédée par son voisin et ait une attitude de "stalkeuse". Stella étant tombée éperdument amoureuse de son voisin ne s'empêche pas de constamment le surveiller et l'observer en secret. Elle utilise même des jumelles. Et c'est ce qu'on adore : la belle plume de Maïa, qui est remplie d'humour et d'hyperboles. C'est donc un roman adapté pour la jeunesse car ce n'est pas un roman sensuel et lourd, il est plutôt divertissant. On est sûr de ne pas s'ennuyer car chaque page est remplie de moments drôles et amusants qui entraînent le lecteur avec lui.

Stella passe son temps à écrire des lettres d'amour qui s'adressent à son voisin. Ces lettres démontrent l'effet de sa passion fervente, de son plaisir ardent, de ses fantasmes pour la plupart illusoire envers cet inconnu... Dans cette idée de fantasmes on se demande si ce qu'elle ressent est véritablement de l'amour ou si c'est plutôt une flamme passagère/éphémère car elle éprouve soudainement une forte attraction envers lui seulement parce qu'elle l'a surpris en train d'enlever son t-shirt en l'attrapant entre les épaules et le faisant passer par dessus la tête et ressemble à un "aigle royal en suspension". Peut-on vraiment tomber amoureux d'une personne juste parce qu'elle enlève son t-shirt et qu'on voit les muscles de ses épaules se contracter ?

L'héroïne de l'histoire est piégée dans une bulle de fantaisie/imagination alors qu'elle idéalise son histoire d'amour comme s'il s'agissait d'une histoire de princesse avec une fin heureuse. On a l'impression que Stella a du mal à rester sur terre et qu'elle crée sa propre histoire d'amour dans sa tête. Elle est consciente que sa passion la possède mais, malheureusement, elle ne peut la combattre.

Où le livre est très bien c'est que l'homme désiré par Stella est aveugle. Elle construit donc son histoire sans pression sociale car elle n'a pas besoin de validation visuelle. Et aussi elle ne le rejette pas pour sa cécité. Elle n'apparaît pas comme un handicap mais plutôt comme une force car il est un artiste talentueux.

La fin est peut-être une chute décevante pour le lecteur car elle contraste avec les lettres remplies d'amour de la part de Stella. C'est dommage que Stella n'ait pas eu le courage d'envoyer ses lettres. N'a-t-elle pas confiance en elle ou est-ce un problème d'estime de soi ? A la fin on se demande aussi si cette passion est partagée, si elle est réciproque.

Toute à vous de Maïa Brami



PARFOIS, IL SUFFIT DE RIEN, IL SUFFIT D'UN GESTE
UN SOIR DE CANICULE, STELLA SURPREND SON VOISIN D'EN FACE
EN TRAIN DE RETIRER SON TEE-SHIRT : L'ATTRAPANT ENTRE
LES ÉPAULES, IL LE FAIT PASSER PAR-DESSUS SA TÊTE.
LA VOILÀ RAIDE DINGUE DE DÉSIR. DÉSORMAIS AIMANTÉE
À SA FENÊTRE EN ESPÉRANT LE VOIR RÉAPPARAÎTRE,
ELLE DÉCIDE DE LUI ÉCRIRE. À UN INCONNU, ON PEUT TOUT DIRE,
DE SA RUPTURE TOUTE FRAÎCHE À SES FANTASMES LES PLUS FOUS.
SUCCOMBERA-T-IL À SON TOUR AU FEU RAVAGEUR QUI LA CONSOME ?

DIFFICILE D'ACCEPTER SON CORPS, DE VIVRE SA SEXUALITÉ
DANS UNE SOCIÉTÉ SATURÉE D'IMAGES ET DE STÉRÉOTYPES.
ET S'IL FALLAIT SIMPLEMENT LAISSER PARLER SON IMAGINATION ?

12,90 €



Avertissement :
Certaines scènes explicites
peuvent heurter la sensibilité
des plus jeunes.

Le genre divise-t-il la société ?

Yara Antão, Lea Antão, Knysna Leite, Dusan Zejak
Photos: Amminadab Jean, graphisme: Vincent Caudry



Les apparences suffisent largement à faire un monde. Il nous semble que la société est dominée par les hommes, c'est à dire que les femmes ont moins de pouvoir qu'eux. Prenons l'exemple de la différenciation des salaires, selon l'INSEE - institut de sondages français - les femmes, à compétences égales et à volume horaire équivalent, reçoivent un salaire inférieur de 16,8% à celui des hommes, pour un même travail. Selon Dares Analyses, "les inégalités entre les femmes et les hommes sont un trait marquant du marché du travail : elles se traduisent par une moindre participation des femmes, des rémunérations inférieures à celles des hommes, ou encore des trajectoires professionnelles moins ascendantes". L'étude ajoute que "ces inégalités résultent d'une forte ségrégation professionnelle (...) et les origines de ces différences sont multiples — économiques, culturelles, sociales".

Un autre exemple, qui peut retenir notre attention est le schéma familial traditionnel où l'homme soutient financièrement la famille et il revient à la femme de rester à la maison pour s'occuper des enfants et à accomplir les tâches ménagères du foyer. Il ne faut bien sûr pas oublier que les femmes ont réussi à conquérir les mêmes droits que les hommes, mais plus tardivement. Elles ont, par exemple, accédé en France au droit de vote beaucoup plus tard que les hommes (en 1946) et elles ont dû lutter pour avoir leur propre compte bancaire. Aujourd'hui, ça nous paraît presque inimaginable cette différence de droits ! Et pourtant...

Pourtant, il ne faut pas penser d'un point de vue subjectif, cela serait déjà porter des préjugés.

Le point de vue que nous offre la sociologie ainsi que l'anthropologie nous montre un autre angle plus scientifique et nous ouvre l'esprit. Tout d'abord, il faut analyser les faits en fonction de leur contexte au lieu de juger en fonction de nos valeurs et pratiques. En effet, selon le sociologue mozambicain, Miguel Prista, il existe deux types différents de sociétés: la société traditionnelle et la société moderne.

SOCIÉTÉ MODERNE VS SOCIÉTÉ TRADITIONNELLE

Dans la société traditionnelle, la séparation des genres est plus naturelle, c'est-à-dire, que chaque individu se spécialise en fonction de ses forces, de ce qu'il arrive à faire le mieux, par rapport à ses prédispositions biologiques.

Seulement si la séparation des genres est plus visible dans la société traditionnelle, cela ne veut pas dire que ces sociétés sont basées sur des discriminations de sexe. Il faudrait plutôt penser que le monde nous présente une variété de réalités et de contextes. Ces réalités et ces contextes peuvent notamment être différents de nos propres conceptions et perceptions du monde qui nous entoure. Il faut donc éviter de juger en fonction de nos valeurs et de nos principes. Ensuite dans une société moderne et urbaine, on a l'impression d'une plus grande mixité, c'est-à-dire une moindre séparation des genres. Malgré tout, il existe tout de même des structures qui engendrent des discriminations. Prenons l'exemple du Mozambique, qui est une société qui arrive à donner des rôles majeurs à la femme au sein de la société malgré la présence de discriminations et de fortes traditions patriarcales. Miguel Prista explique qu'au sein même de la société mozambicaine, on trouve différentes conceptions du rôle de la femme entre le Nord islamique et matrimonial et le Sud chrétien et patrimonial du pays.

On se demande donc pourquoi il y a des discriminations ?

NAISSANCE DES DISCRIMINATIONS

Dans un premier temps, si l'on définit le pouvoir, c'est le fait d'avoir de l'autorité, la puissance de faire quelque chose. Il existe différents types de pouvoirs : économiques, politiques, d'expression... "Il faut partir du principe que lors de la construction d'un pays, la nation se crée une identité commune. Pourtant, qui a véritablement créé cette identité ? C'est le pouvoir (leaders politiques, ministres...) qui crée des structures en sa faveur. Donc logiquement ces pouvoirs vont mettre en place des règles qui leur sont avantageuses et parfois désavantageuses pour les autres." explique Miguel Prista.

Les choses mises en place par les pouvoirs vont se répandre avec beaucoup de force dans la société. Par exemple, les domestiques ont un salaire nettement inférieur à celui des employés des entreprises, parce qu'on pourrait supposer que la majorité sont des femmes. Le sociologue questionne : "si les domestiques ont moins d'avantages et un moins bon salaire que les employés des entreprises, pourquoi ? Parce que la majorité sont des femmes ? Est-ce pour que celui qui détient le pouvoir puisse contrôler les femmes ?".

C'est surtout en Afrique, qu'on retrouve la suprématie des pouvoirs coloniaux qui sont encore très présents. Par exemple, le Mozambique a été défini par les portugais, par un contexte européen, on voit donc une

mixture de plusieurs peuples, mozambicains et portugais. "Qui est au pouvoir ? Qui détermine comment les choses vont être structurées. Pendant la colonisation, les Noirs n'avaient pas de pouvoir. Le pouvoir définit les discriminations". Cependant le sociologue nous dit qu'il ne faut pas oublier que la société est en perpétuel mouvement. Une société n'est pas facilement définie et n'est surtout pas statique. "La société est toujours en transformation".

Il ne suffit pas d'observer et d'analyser le pouvoir. "On regarde aussi les petits pouvoirs au quotidien. Quel pouvoir a une mère au quotidien, quelle autonomie ? On a différentes réalités. Il est difficile de généraliser", ajoute-t-il. Lors de la construction d'un pays, le pouvoir tente de maintenir une idée de cette identité. Mais le peuple ne cesse de se transformer et d'évoluer grâce à l'immigration, le contact avec d'autres cultures. Miguel Prista analyse les choses ainsi : "Les gens ferment les identités quand ils les analysent, étudient. Quand l'idée est créée, matérialisée, elle est déjà autre, commence déjà à se transformer. Le défi pour les gens est d'accepter la transformation et de tenter de comprendre où nous sommes et où nous allons".

CULTURE ET PRÉJUGÉ

Le genre est d'une certaine manière conditionné par la culture qui elle-même va créer des préjugés et cela engendre des discriminations. Donc, on peut aisément supposer que les discriminations naissent à partir des préjugés, soit un jugement trop hâtif de la situation. Mais la discrimination est totalement naturelle, puisque chaque personne a reçu un enseignement différent avec ses normes et ses valeurs.

"La sociologie et l'anthropologie analysent la culture et les normes. Cela dépend des différentes situations. Les discriminations sont normales, le préjugé est normal. Il est très difficile de sortir des préjugés car tu es dans une logique que l'on t'a inculquée. Même avec l'éducation la plus ouverte possible, on a toujours un principe d'analyse. La différence nous paraît bizarre. Donc le préjugé est un processus naturel", explique Miguel Prista. Notre regard au monde sera forcément biaisé par nos idéologies et nos croyances.

L'altérité est à première vue étrange et parfois réfutée. Par exemple, la discrimination en fonction de la nature, c'est une forme d'être, qui nous fait voir les choses et nous comporter d'une certaine manière. Il y a différentes visions de comment un homme doit être, comment une femme doit être, comment un enfant doit être. On cohabite avec différentes visions. Par

exemple, le regard des Européens sur le voile diffère de celui des Musulmans. Est-on capable d'écouter la voix de l'autre, son opinion et son point de vue ? "La discrimination dépend du point de vue dans lequel on observe le problème. Par exemple, la mise en place des jupes jusqu'aux chevilles dans les écoles publiques mozambicaines sont-elles un symbole de protection ou d'oppression ?".

BIOLOGIQUEMENT DIFFÉRENTS

Les hommes et les femmes sont différents dans la mesure où ils n'ont pas la même capacité biologique, les hommes n'ont pas la capacité d'être enceinte, donc comment pourraient-ils avoir la même liberté que les femmes ? "Qu'est ce que la liberté ? La liberté c'est le pouvoir de créer ma propre liberté. Si un homme part à la guerre ça ne veut pas dire que la femme se trouve en incapacité d'aller à la guerre, mais naturellement c'est l'homme qui part à la guerre pour protéger la femme. Donc, on voit bien que la modernité apporte le concept d'égalité dans un contexte urbain, mais elle est désavantageuse pour la femme, puisque dans ce concept la femme est plus vulnérable que l'homme. Au lieu de regarder les inégalités, nous devons plutôt remettre la situation dans son contexte et ne pas généraliser la situation" insiste le sociologue Miguel Prista.

Finalement, pour conclure, les sociétés modernes ont bien constaté qu'il y avait une grande différence entre les rôles de l'homme et ceux de la femme en leur sein. Elles ont voulu éliminer ces inégalités car cela semblait injuste. Les hommes et les femmes sont censés être égaux devant la loi et donc bénéficier des mêmes droits. Néanmoins, le sociologue interviewé nous a amené à réfléchir et à conceptualiser ces différences dans une autre perspective. Nous avons pu voir cette situation d'un point de vue plus neutre.

"Au lieu de regarder les inégalités, les gens doivent regarder le contexte, les fonctions et les différences. La modernité a tout balayé. (...) Dans le collectif nous avons des fonctions. La modernité a apporté l'individualisme, je suis, je peux, j'ai ma liberté mais la communauté ou la famille va en pousser les limites. Ce sont des subtilités et des pouvoirs différents. Peut-être le pouvoir de la femme est plus subtil" analyse Miguel Prista. Et il ajoute : "la femme a conquis son espace. La technologie a permis de lui donner plus d'espace".

"La racine de la discrimination est dans le préjugé", diront certains. La modernité a d'une certaine manière fait dysfonctionner le système traditionnel de la société. A présent, on est dans une phase de post mo-

dernité où nous cherchons à améliorer ce qui n'a pas fonctionné dans la modernité parce que nous avons bien vu qu'elle est source d'inégalités entre les genres, et que les sociétés traditionnelles ne sont pas aussi discriminatoires comme on pourrait l'imaginer. "Donc on a vu que la modernité n'a pas fonctionné ça et là et on va réajuster. Ça ne veut pas dire qu'il ne faut pas voir les discriminations mais aussi il ne faut pas juger hâtivement, notamment à cause des préjugés. La vie n'est pas un "oui" ou un "non", mais plutôt un ying et un yang, le blanc dans le noir et le noir dans le blanc", selon Miguel Prista.

Le sociologue nous a posé une question rhétorique. "Si les genres sont différents, comment pouvons-nous avoir la même liberté ?" Cela nous amène à réfléchir davantage sur ce que nous cherchons en revendiquant l'égalité homme-femme.

Nous étions persuadés de vivre dans des sociétés inégalitaires. Cependant, comme Miguel Prista nous l'a démontré, une société n'est pas une pierre statique, elle est en constant changement à la recherche d'une meilleure option pour une vie heureuse pour chacun, quel que soit son genre, ou ses orientations.



Les songes d'une "empregada"

par Lea Antão, photos: Lea Antão et Yara Antão

Se réveiller le matin et ne pas pouvoir rêver ? Ne pas avoir d'ambitions personnelles dans la vie ? Ne pas penser à soi-même et ne pas être le personnage principal de sa propre vie ?

C'est le cas de Regina João Dregi, mozambicaine de 58 ans, plus connue comme Dona Regina, **empregada** (employée de maison) depuis l'âge de 19 ans. Et comment est-elle arrivée là ? Nous allons entrer dans la tête de Dona Regina et comprendre son histoire et la trajectoire qui l'a amenée jusqu'ici. Et ainsi découvrir tout ce qui a été tristement déterminant dans sa vie.

En 1979, elle débutait sa vie professionnelle comme employée de maison dans sa première demeure, et c'est ainsi qu'à 19 ans son destin commença à se profiler. Cette première expérience fut assez courte, en effet elle resta moins d'un an dans cette maison. Tout la poussa à décider à quitter cette famille. Celle-ci était composée d'une mère enceinte et de deux enfants : une fille d'environ 10 ans et un garçon plus jeune. Son métier consistait à ranger, faire le ménage, s'occuper des enfants, cuisiner et dormir sur place : Dona Regina devrait bientôt s'occuper du futur bébé à naître. Tout semblait être parfait pour un bon travail. Pourtant c'était loin d'être facile et pour cause, dès que la pauvre jeune employée finissait de ranger les habits des enfants dans leurs armoires, les deux diabolins, tout sales, semant du désordre à chaque pas, se ruiaient dans la chambre de l'autre côté et pris d'une folie mystérieuse, commençaient à éparpiller tous les vêtements aux quatre vents, par terre, sur le lit, la chaise, le tapis... C'était un sabotage de leur part, pour que leur mère croit que Dona Regina, "la bonne", n'avait rien fait de la journée. C'était une espièglerie aux conséquences désagréables. "Je n'aimais pas comment on me traitait, et je ne l'acceptais pas, donc j'ai décidé de quitter la maison."

Elle a patiemment attendu le jour de son salaire pour annoncer, « Je ne veux plus travailler ici, je n'aime pas cette vie, et je ne la tolère plus ».

Au même âge, elle continua son parcours en proposant ses services dans une deuxième maison. Là-bas, elle devait juste s'occuper d'un nouveau-né et jouer avec lui. 3 ans après elle quitta ce deuxième travail et la maison qui l'employait car Dona Regina elle-même goûta aux joies de la maternité après la naissance de son premier fils. Elle resta donc à la maison à s'occuper de son propre fils. Et ainsi le temps passa où Dona Regina devint mère au foyer avec la naissance de son deuxième fils qui arrivait 3 ans plus tard. Quelques années après, le père de ses enfants voyagea en Russie. Pendant ce temps, la jeune maman recevait régulièrement de l'argent de sa part pour pouvoir subvenir aux besoins de sa famille. Pourtant dès que l'argent manquait, elle devait se débrouiller toute seule. "Le plus jeune de mes enfants sanglotait quand ils voyaient d'autres personnes manger". Elle vendait donc des "badgias" (beignets d'origine indienne) et du poisson frit dans la rue pour essayer de joindre les deux bouts. Au bout de quatre ans, le père de ses enfants est finalement de retour de Russie.

Le 14 février 1993, comme une ironie du sort, Dona Regina est expulsée de sa maison par son compagnon. "J'ai découvert qu'il était avec d'autres femmes." Elle est donc partie seule, sans ses fils qui ont alors préféré rester avec leur père. "Il m'avait donné cinq paquets de "gelinho" pour avoir quelque chose pour débiter mes ventes et ma nouvelle vie.". Dona Regina, malgré les épreuves, réussit à se débrouiller et à survivre pendant un moment. Cependant le marché de "gelinho" s'effondrait en hiver, à l'époque la plus froide au Mozambique.

La même année, elle retrouve un poste comme domestique, où elle n'est restée que quatre mois. Tout d'abord elle recevait très peu d'argent et c'était donc difficile de s'en sortir. Ensuite, Dona Regina a été victime d'une mésaventure au marché où elle s'est faite arnaquée. "Je devais acheter cinq kilos de poisson mais là-bas ils trafiquaient leur balance, je suis donc revenue avec seulement trois kilos. Mais je n'étais pas au courant de ces pratiques". Sa patronne n'a pas du tout aimé ce qui s'est passé et a exigé de récupérer les deux kilos de poisson qui manquaient sans laisser l'occasion à son employée de s'expliquer. Le jour de son salaire, Dona Regina a reçu son argent sans même rentrer dans la maison. Elle savait au fond d'elle-même qu'il était temps de passer à autre chose. "Je lui ai donné l'argent pour les deux kilos de poisson, et je suis partie. Je ne voulais plus travailler là-bas. C'était un travail épuisant pour moi, tous les jours je devais monter les deux étages en portant des seaux remplis d'eaux, c'était juste trop pour moi".

Vers la fin de la même année, Dona Regina, est rentrée dans la maison dans laquelle elle travaille encore aujourd'hui, depuis presque 30 ans. Elle a trouvé un rythme dans sa vie. Une routine de tous les jours. Elle se réveille à 5 heures du matin, prend sa douche, prend son "chapa" (transport mozambicain) et ensuite marche jusqu'à arriver à sa destination à 7 heures. Elle y accomplit les différentes tâches ménagères et ensuite repart chez elle à Mafalala vers 16 heures.

Il faut retourner dans l'enfance de cette femme, pour trouver l'origine de son choix de carrière, si on peut vraiment le considérer comme un choix. "Mon père a voulu me vendre à 4 ans, il voulait me vendre à un vieux monsieur qui avait beaucoup d'argent. D'après ses plans, je devais rester dans sa maison pour ensuite, quand je serais grande, me marier avec lui". Mais la jeune fille d'alors ne voulait pas et sa mère non plus.

Dona Regina a vécu dans les bois, ce qu'on appelle "mato", à Gaza, province la plus pauvre du Mozambique, avec ses parents, son grand frère et sa petite sœur. Son père cultivait ses terres à l'aide d'une charrue tiré par des bœufs, et Dona Regina était destinée à cette vie-là, aller travailler aux champs. Aller à l'école ? Non. Pour son père, ce n'était même pas une option envisageable pour ses enfants. L'éducation ne jouait pas un rôle essentiel d'après lui. Dans ce contexte hostile à l'éducation, la petite Regina a cependant réussi à étudier dans les deux premières

classes du primaire. Mais comment ? Qui l'a motivée ? "Je veux que mes enfants aillent à l'école" disait sa mère. Cette influence maternelle était très importante pour Dona Regina et pour son parcours scolaire. Son grand frère, plus enclin à suivre le point de vue de son père, ne voulait pas et n'aimait pas aller à l'école pour étudier, quant à sa petite sœur, elle était encore trop petite pour être scolarisée. La petite Regina était donc la seule qui allait étudier et devait ainsi faire face au mécontentement de son père. "J'apprenais rapidement, et je prenais plaisir à apprendre comment écrire, comment lire... J'ai commencé à écrire des lettres en première classe (CP). J'étais fière de moi, ainsi que l'était ma mère". Grâce au soutien de sa maman, la petite Regina pouvait aller à l'école au lieu d'aller au "lar" comme on le dit souvent au Mozambique, c'est à dire que les femmes se doivent de trouver un mari pour fonder une famille et avoir des enfants.

Pourquoi alors n'a-t-elle pas terminé sa scolarité ? Pourquoi n'est-elle pas allée au collège, ni au lycée ? C'est une question qu'on se pose naturellement. Eh bien, son appui le plus important était parti : sa maman malheureusement décéda. Regina venait de passer en troisième classe (CE2). À cette époque, elle était chez sa cousine déjà adulte, qui s'occupait d'elle, à Lourenço Marques (ancien nom de Maputo avant l'indépendance). En effet, sa maman s'était occupée de sa cousine lorsqu'elle était enfant, maintenant c'était au tour de sa cousine, qu'elle considère d'ailleurs comme une sœur, de prendre soin de la petite Regina comme une véritable mère. Avant de décéder, la maman de Dona Regina était déjà malade. Sa petite sœur est persuadée que c'est leur père qui lui avait donné quelque chose à boire pour qu'elle tombe malade. "Ma mère avait quelque chose de visible dans le ventre qui lui faisait très mal, elle avait de la diarrhée, elle vomissait et parfois même du sang". Pourquoi n'est-elle pas aller à l'hôpital ? "Mon père a refusé. Sinon on allait l'opérer et elle allait mourir", raconte Dona Regina. "Mais c'est lui qui avait fait de la sorcellerie avec une de ses nombreuses femmes qui était *curandeira* (guérisseuse)", ajouta-elle. Son père avait plusieurs autres femmes et sa mère devait se résigner et l'accepter sans se manifester. Dona Regina a perdu sa mère à l'âge de 10 ans. Retourner à l'école ? "Mon père voulait que j'aille au "lar" donc je ne pouvais pas faire ces choses d'école disait-il". Elle resta donc avec son père et travailla aux champs. Alors que sa maman est morte en décembre, en février elle rentra en troisième classe. Dona Regina n'avait pas les moyens de payer

les 30 escudos d'inscription et n'avait personne pour l'aider. "J'ai écrit une lettre à ma grand-mère, la mère de ma maman, mais elle n'avait même pas d'argent pour ses propres besoins. J'ai aussi envoyé une lettre à mon grand frère, mais lui, il ne m'a pas donné d'argent" témoigne-elle. "J'avais peur d'aller à l'école, parce qu'on frappait tous ceux qui ne ramenaient pas cet argent. Pourquoi aller à l'école et souffrir tous les jours ? Je savais que je ne trouverais pas cet argent, il valait mieux rester à la maison."

En 1975, lors de l'indépendance du Mozambique, elle a eu l'opportunité d'aller à l'école, "mon amie est venue m'appeler en disant que c'est bon, on ne tape plus les élèves à l'école". Mais Dona Regina n'osait pas, elle ne voulait pas risquer de souffrir à nouveau, les souvenirs de sa maîtresse qui la frappait, allumait une peur énorme en elle, c'était plus fort qu'elle. Elle a donc choisi de continuer à cultiver dans les plantations avec sa grand-mère à Gaza.

Son père mourut en 1980 pendant le trajet du retour de sa maison de Mananga. A cette époque, elle était déjà en train de travailler comme domestique à Maputo.

Sa sœur décéda en 2000 de tuberculose. Son frère, homme violent, qui battait beaucoup sa femme, principalement lorsqu'il était ivre, fut empoisonné par celle-ci en 2004.

Dona Regina a perdu toute sa famille très jeune. Mais c'est sa mère qui lui manque le plus "si ma mère était encore vivante aujourd'hui, je ne serais pas "empregada", j'aurais étudié, je me serais formée et surtout j'aurais accompli tous mes rêves". Quel était son rêve ? La petite fille d'alors n'avait pas encore de rêve professionnel vu qu'elle ne disposait pas assez de connaissances. "Je suis juste allée jusqu'à la troisième classe de primaire, la seule chose que je savais c'est que j'aimais beaucoup écrire" explique-t-elle. "Être une "empregada", une employée de maison n'était certainement pas mon rêve".

Quel est son rêve maintenant ? "Je ne rêve plus pour moi, aujourd'hui je rêve pour mes trois enfants ! Je souhaite qu'ils aient du succès dans leur vie et puissent accomplir tous leurs objectifs professionnels, ce que que je n'ai pas pu faire".

"J'accorde beaucoup de valeur à l'éducation. C'est important que chaque enfant aille à l'école et découvre ses rêves, ses ambitions..."

Travailler dans les "machambas" (champs) pour les enfants c'est une grande perte de temps. Les enfants doivent étudier ! Et recevoir une bonne éducation dans les écoles. Quand un enfant n'étudie pas, il souffre", témoigne-t-elle. Et l'on comprend alors que dans notre société actuelle, l'éducation joue un rôle essentiel, c'est une clé pour réussir dans la vie.

"Je veux que tout le monde ait la possibilité d'étudier, comme je le souhaite à mes petits-fils. Je veux qu'ils trouvent un bon métier, qu'ils choisissent leur carrière. Je ne veux pas qu'il soit comme moi, *uma coitada* (une personne qui inspire la pitié). C'est mon rêve pour eux et pour tous. Il n'y a plus de rêve pour moi". Comme Dona Regina devient déjà vieille, elle souhaite bien sûr réussir à subvenir à ses besoins pour le reste de sa vie.

"Je conseille à ceux qui sont dans une situation pareille à la mienne, mais moi je suis déjà trop vieille, d'étudier même si vous travaillez, ne jamais laisser les études pour plus tard !"

Les inégalités existent, en effet on n'a pas tous accès à l'éducation. Donc, on n'est pas tous libre. Dona Regina n'était pas libre de choisir d'arrêter l'école. Son père a choisi pour elle, a brisé ses rêves d'enfants et a brimé sa soif d'apprendre.

On n'a pas tous la même liberté face à l'éducation. Les épreuves de la vie en témoignent. Dona Regina n'a pas eu la liberté de se réaliser et d'être pleinement heureuse. Dans la majorité des cas, les "empregadas" et les gardes au Mozambique n'étaient pas libre de choisir leur métier car ils n'étaient pas maître de leur destin et on ne les a pas laissés finir leurs études.

Dona Regina va terminer son histoire comme elle a dû la débiter : en tant que "empregada". Mais sa plus grande espérance est que d'autres personnes ne tombent pas dans le même piège de la vie qu'elle.

La femme mise en valeur au Mozambique

Yara Antão, Lea Antão, Dusan Zejak, Anlo J.

L'ambassade de France au Mozambique organise chaque année à travers le service de coopération et de l'action culturelle (SCAC) en partenariat avec le ministère du genre, de la petite enfance et d'action sociale, une série d'évènements qui visent à valoriser le rôle de la femme dans la société.

Cette année le thème du mois de la femme au Mozambique pose le débat de l'impact du changement climatique dans la vie de la femme Mozambicaine. "On peut évoquer ce sujet de deux manières, soit l'impact du changement climatique sur la femme mozambicaine, soit l'action de la femme mozambicaine en terme de changement climatique", explique Laurent Perez-Vidal, COCAC à l'ambassade de France au Mozambique. "L'impact du changement climatique sur la femme mozambicaine est clairement constaté au moment des catastrophes naturelles telles que les cyclones comme IDAI en 2019, Kenneth ou aujourd'hui Kombai, qui touchent toutes les populations, qu'on soit femme, homme ou enfant.

C'est pour tout le monde la même chose, sauf qu'il y a des populations plus vulnérables que d'autres, et les femmes en particulier et les filles le sont", ajoute-t-il. En effet, elles travaillent la terre pour nourrir leur famille et leur communauté. Les changements climatiques ont également un impact sur la vulnérabilité. "À partir du moment où une femme n'a plus les moyens de travailler, ça la rend encore plus dépendante des hommes et ainsi, encore plus fragile en terme d'autonomisation, d'insertion économique et sociale". Pour les jeunes filles aussi, les changements climatiques peuvent avoir des conséquences importantes puisque l'on sait déjà que les jeunes filles, en particulier dans les pays en voie de développement, qui souffrent de l'absence de moyens pour nourrir leur famille, sont vendues par celles-ci. De plus, toujours dans cette optique de survie, elles doivent aider aux champs ou rester à la maison pour effectuer les tâches ménagères et ne vont plus à l'école. "Dans la mesure où on va avoir beaucoup plus besoin des

jeunes filles à la maison, encore plus besoin d'elles au champs, elles iront encore moins à l'école avec un risque aggravé de grossesse précoce, de mariage précoce et donc d'absence d'autonomie", explique le COCAC. "Le travail des femmes, la nutrition des familles, l'éducation des jeunes filles, la lutte contre le mariage et les grossesses précoces, tout ça dépend également de l'impact climatique et de l'action climatique que nous devons pouvoir mener tous ensemble", conclut-il.

L'ambassade de France au Mozambique a décidé de travailler en 2014 sur le sujet du genre, de la défense des droits des femmes en particulier et des filles. Autour de la date du 8 mars, la journée internationale des droits de la femme, avait été créée une semaine pour débattre de différents sujets et en 2020, c'est devenu le mois de la femme. En effet, le 7 avril correspond à la journée de la femme mozambicaine.

L'ambassade a travaillé avec le ministère du genre, de la petite enfance et de l'action sociale et différents partenaires internationaux comme notamment ONU femmes. "Cette année, nous avons décidé de nous aligner sur une thématique qui a été choisie par ce ministère, en lien avec la 66ème commission de l'ONU sur la situation des femmes dans le monde. C'est pour ça que changements climatiques, environnement, égalités des genres, au centre des solutions, a été une thématique adoptée par tout le monde. Nous avons même choisi un slogan, la mère nature est notre force", explique Laurent Perez-Vidal. La nature nous nourrit, elle nous imprègne et il est important de comprendre comment la servir et la respecter. "On voit comment on préserve notre environnement, on préserve nos familles et nos communautés, le monde humain, animal et végétal".

Pourquoi les jeunes filles sont-elles plus vulnérables dans ce contexte ? Depuis la nuit des temps, le rôle de chacun est défini ainsi, les hommes partent chasser et les femmes restent dans la caverne.



"Donc l'homme a la force et le pouvoir, il a construit une société autour de lui-même et autour de ses intérêts. Si les hommes que nous sommes et les jeunes femmes que vous êtes n'éduquent pas leurs garçons et leurs filles à une égalité des genres et au respect de la dignité des personnes, favorisant ainsi l'autonomisation de chacun, le libre arbitre, le libre choix et le soutien dans un couple, un couple hétérosexuel puisqu'on parle du rapport homme/femme, mais ça peut être dans tous les couples la même chose, à un moment, si on ne met pas en avant la dignité de la personne, celles qui sont victimes de cela sont les femmes. Car depuis la nuit des temps, l'homme a conçu cette société". Il l'a conçu sur sa puissance, sa supériorité sur les femmes et l'environnement qui l'entoure avec toutes les conséquences désastreuses qui ont été observées. Les femmes ont lutté pour leurs droits, le droit de vote, à l'avortement, à ouvrir un compte bancaire etc. "Le combat, on en parle ici au Mozambique mais le combat des femmes, il est mené également en France, dans les pays les plus développés au monde parce que les femmes ne sont pas à la place qui devrait leur revenir. Imaginez si une femme n'est pas à sa place, une petite fille, comment peut-elle être à sa place dans une situation où la famille a des besoins". Ce sera toujours la jeune fille qui sera impactée en premier.

Laurent Perez-Vidal pense que c'est par l'éducation que l'on arrive à trouver sa place dans la société "si non on est dominé par sa famille ou certains membres de sa famille, soit par la société elle-même". Malheureusement dans beaucoup de contrées, les filles sont retirées de l'école parce qu'elles ont leurs règles et qu'elles deviennent un danger, elles deviennent femmes et peuvent tomber enceintes.

L'ambassade de France prend très au sérieux son implication dans le mois de la femme car elle représente et suit les priorités du gouvernement français, qui est clairement féministe, selon le COCAC. "C'est une politique du genre qui favorise l'égalité. L'ambassadeur fait partie d'un groupe de gouvernements dits féministes". Durant le mois de la femme, il y a des rencontres et c'est le moment des plaidoyers auprès des autorités pour faire valoir le genre partout sur le territoire mozambicain. "Par exemple, aujourd'hui, le gouvernement mozambicain enlève des manuels scolaires les pages qui permettent de valoriser l'égalité des genres.

C'est pour ça que c'est un combat au quotidien, un combat de tous les jours dans tous les pays du monde", explique Laurent Perez-Vidal.

"C'est à travers la socialisation et l'éducation qu'on arrive à introduire des valeurs auxquelles on croit, auxquelles on peut s'identifier. L'égalité est une valeur. Elle est importante entre les hommes". C'est le rôle de la société de s'assurer que la femme soit respectée dans ses droits dans tous les domaines, aussi bien public que privé. On pourrait imaginer un monde où l'égalité entre les hommes et les femmes soit effective, peut-être pas partout dans le monde. C'est notre responsabilité de faire passer un message féministe et de continuer à travailler pour faire évoluer les comportements, en particulier ceux des hommes."

Ça commence petit, la responsabilité est partagée entre nous les hommes qui trouvons ça très bien de se faire servir, d'avoir les meilleurs postes, d'être les mieux lotis, qui n'apprécions pas toujours de voir des règles qui nous imposent des quotas dans certains emplois, responsabilités, qu'est-ce qu'elles nous énervent, elles ont qu'à être aussi bonne que nous au travail et elles auront les postes qu'on occupe mais les choses ne se font pas comme ça, on le sait très bien", continue-t-il. Ainsi, l'homme a-t-il une grande responsabilité pour faire évoluer les mentalités mais les femmes aussi car "elles doivent éduquer les garçons. La femme ne doit pas considérer que parce qu'elle a eu un garçon, c'est une reine-mère et son fils un prince". C'est pourquoi le garçon doit être éduqué comme la fille et participer aux différentes tâches ménagères, respecter sa sœur comme son frère.

C'est même une responsabilité politique d'insérer les femmes socialement et économiquement dans la société. L'ambassade de France travaille en partenariat avec des associations locales pour qu'elles participent à l'évolution des mentalités dans les communautés. "On s'est retrouvés à deux heures de Chimoio, en pleine campagne, on arrive dans un petit village, les femmes que nous rencontrons là-bas nous expliquent qu'elles ont monté un groupe de police, ah bon, c'est étonnant, elles sont 5 femmes et elles interviennent jour et nuit s'il y a une dénonciation dans une maison. Si on entend du bruit dans une maison, une femme se fait battre, elles interviennent, prennent le gars et l'enferment dans une pièce d'une petite maison qu'elles ont construite jusqu'à ce que la police arrive. Le chef de la communauté est d'accord et très content qu'elles fassent ce travail", se réjouit Laurent Perez-Vidal. C'est un exemple extrêmement positif car cela signifie que les mentalités ont évolué et que le travail à été fait au niveau de la communauté.

Vu que 51% de la population mondiale est féminine, on ne peut pas construire un monde pour 49% d'hommes au détriment de la majorité. De plus les femmes représentent 43% de la main d'œuvre agricole dans le monde. "Cela veut dire que la femme nourrit l'humanité, préserve la nature, entretient la nature, elle contribue au bien-être aussi bien des femmes que des hommes", explique le COCAC dans le contexte du thème du mois de la femme de cette année sur l'impact du changement climatique sur la femme. "En donnant plus de moyens aux femmes, on améliore les rendements agricoles, donc on nourrit plus de gens et mieux, et on maintient un écosystème en état de fonctionnement, en particulier notre environnement. La conscientisation chez les femmes pour la préservation de la nature est beaucoup plus forte que la conscientisation de cette problématique chez les hommes", ajoute-t-il. Dans une société plus juste, plus harmonieuse, il faut être à l'écoute de la femme et l'intégrer dans le processus de décision pour un mieux-être de notre humanité et un meilleur respect de la nature. D'autre part, la femme à qui on a donné les moyens de cultiver la terre y a aussi amélioré les conditions de sa cellule familiale et ainsi de toute la communauté. "Une femme qui ne parcourt pas des kilomètres pour aller chercher de l'eau, comme c'est le cas ici et ailleurs, aura plus de temps à consacrer à sa famille. C'est pour l'essentiel. Cette résilience dont la femme est porteuse pour l'humanité, il faut la valoriser. Il faut donc associer les femmes en amont des décisions que l'on prend et les associer pendant que l'on mène des actions et aussi à la fin de ces actions pour faire le bilan de ce qui a été fait. C'est un cercle vertueux qu'il faut pouvoir mettre en place".

C'est en associant la femme à toute la prise de décisions et à leur mise en œuvre que le monde ira mieux. Il existe toujours une réticence de l'homme à laisser aux femmes un espace plus important dans la vie politique, publique, sociale et citoyenne afin de permettre cette évolution positive au niveau de l'environnement et de l'humanité.

"C'est pour ça qu'il faudrait réveiller en l'homme sa part de féminité la plus positive". Et peut-être aussi ne pas trop stimuler la part masculine de la femme car les exemples ne sont pas toujours positifs. "on peut gouverner, avoir de grandes responsabilités, en étant femme et sans pour autant vouloir être un homme, en gardant sa propre identité et en même temps pouvoir être utile à la communauté. Il faut trouver sa juste place, pouvoir encore une fois être utile sans oublier sa personnalité", conclut Laurent Perez-Vidal.



Ce n'est pas de travailler à l'égalité entre les hommes et les femmes mais reconnaître la juste place de la femme dans la responsabilité que porte l'humanité vis-à-vis de l'environnement.



Télénovelas, moins superficielles qu'elles ne paraissent?



par Lea Antão

Les "télénovelas" (série télévisée populaire), principalement les brésiliennes, sont très connues au Mozambique. On peut même dire qu'elles font déjà partie de sa culture : on passe avec la voiture le soir et on aperçoit des gardes qui regardent tous ensemble une télénovela, sur une petite télé rétro et une antenne, qui doit être parfaitement positionnée. Ensuite, à la maison, les échos de la télévision se font entendre ici et là, et on perçoit chez les voisins les mêmes voix, les mêmes personnages de la télénovela précédente. Elle crée un lien social, à chaque épisode, on retient sa respiration ensemble, on rit, on pleure, on soupire de soulagement, on aime, on déteste, on vit la même expérience.

Les télénovelas sont constamment présentes dans notre quotidien, elles sont la cause de plusieurs discussions, de débats ainsi que de moments de socialisation. Au Mozambique, le rituel du matin consiste à manger du pain et des "badjias" et le soir on se retrouve devant la "télénovela" du moment.

La philosophe française Sandra Laugier accorde une extrême importance aux séries télévisées en termes de philosophie et de moral. Elle ne les considère d'ailleurs pas comme un art mineur. Elle confie au journal *Le Monde* : "Que ce soit en termes artistique et esthétique je considère les séries comme des œuvres à part entière, mais aussi sur un plan théorique et éducatif. Il est temps, en effet, qu'on les prenne au sérieux comme ressource et modèle en philosophie morale".

Elle ajoute, "Or, selon moi, la littérature, le cinéma et tout particulièrement les séries, parce qu'elles relèvent de situations et de personnes ordinaires, particulières, sont de formidables ressources pour penser la morale et prendre en compte la dimension du *care*".

Dans un de ses articles, "Comment les séries prennent soin de nous", Sandra Laugier insiste sur la capacité des séries à s'intégrer dans nos vies et à changer nos perceptions du monde qui nous entoure. Elle écrit : "comment la présence d'une pratique dans nos sociétés (et elle est très générale, car il y a des séries dans tous les pays) va les transformer, changer non seulement nos visions du monde mais le monde même. Les séries télévisées et leurs univers ont pris une grande place dans les existences des spectateurs. C'est un phénomène que chacun peut observer au quotidien, sinon dans sa propre vie, du moins dans celle des autres. Ce qui fait la force des séries est bien l'intégration dans la vie quotidienne, la fréquentation ordinaire des personnages qui deviennent des proches, non plus sur le modèle classique et éculé de l'identification et de la reconnaissance, mais de la fréquentation et de la familiarisation voire de l'affection. Nous nous soucions des personnages, exactement sur le modèle du *care*".

Cependant, il ne faut pas oublier qu'il s'agit toujours d'histoires fictives. Alors, sachant que la télévision a un impact important dans la société mozambicaine, on peut se demander quel est le véritable objectif de la série télévisée ? Est-ce plutôt un produit de consommation qui essaie d'attirer le plus l'attention, sachant qu'une bonne partie des télénovelas brésiliennes déjà réalisées ont une fin heureuse ? On pourrait se demander si les personnages sont véritablement libres dans une série télévisée, ou s'ils doivent remplir des fonctions d'un personnage typique ?

On ne peut pas oublier que les producteurs ont comme objectif de gagner de plus en plus de téléspectateurs. En effet une "télénovela" est un produit de consommation, qui essaie d'attirer notre regard et notre addiction. Automatiquement la production de celle-ci fera tout pour satisfaire nos attentes.

Alors, les personnages des séries télévisées sont-ils véritablement libres ?

Tous ceux qui connaissent au moins le minimum sur les télénovelas brésiliennes, savent qu'il y a presque toujours un "vilão" ou une "vilã", un "moçoinho" et une "moçoinha" c'est à dire les méchants et les bons. A priori le méchant n'est dévoilé qu'à la fin de l'histoire. Si l'on observe bien c'est seulement dans les deux derniers épisodes que tout est dévoilé, les vérités surgissent, et tout commence à bien se passer pour les bons. C'est-à-dire que les téléspectateurs regardent 100, voire 200 épisodes pour s'attendre à une fin heureuse dans les 2 derniers épisodes. N'est-ce pas une fin attendue de leur part ? Sachant que les "télénovelas" peuvent déjà avoir un destin tracé ou un scénario type qui se répète d'une série à l'autre, sont-elles entièrement libres ? Peuvent-elles être créées librement ?

Pourtant, on peut également penser que les séries télévisuelles sont tellement populaires parce qu'elles tendent vers une fin heureuse que nous, les spectateurs, attendons et souhaitons. Ne serait-ce pas plutôt une **consolation** pour nos propres vies ? De penser qu'un jour tout va bien se passer, voire parfaitement se passer ? Ou est-ce plutôt une **motivation** pour nos vies ? L'espoir d'une vie heureuse ? Ou encore comme l'analyse Sandra Laugier : "Un téléspectateur qui suit une série depuis le début peut vivre avec ses personnages pendant 5 ou 7 années, voire plus. C'est considérable : il y a peu de personnes, dans la réalité, que l'on accompagne aussi longtemps. Et quand arrive un nouveau personnage, notre première réaction sera le rejet, avant d'apprendre à connaître les différentes facettes de son caractère, à entrer dans sa temporalité, à découvrir ce qui est important pour elle, lui. C'est tout ce travail d'attention et de compréhension

qui fait de la série une véritable éducation de soi, un apprentissage moral. Non pas au sens d'une leçon de morale, mais d'un progrès à faire sur soi-même".

Et on peut conclure avec la philosophe : "On s'attache à ces personnages parce qu'ils nous affectent. Parce que nous sommes affectés et concernés par ce qui leur arrive, même si ce n'est pas notre vie. Cette affection a toutes les dimensions de l'attachement. Mais le véritable enjeu de cette affection est un lien moral, le partage et l'émergence de ce qui compte. On prend soin des personnages qui en retour prennent soin de nous, en restant inscrits en nous après la fin de la série".





BTS - Boys Band Coréen

K-POP!

par Knysna Leite, Ayana-Louise de Sá Lisboa,
Meggie Matuassa

“Light it up like dynamite!”

Je suis sûre et certaine que la plupart d'entre nous ont déjà entendu ces paroles, lorsqu'on marche dans la rue, à la radio, en faisant du shopping ou même à une fête ! Si vous ne connaissez pas la chanson ou l'artiste, vous vous demanderez “Mais d'où vient cette chanson que j'entends partout ? Qui sont les chanteurs ? Quel est ce genre de musique qui a pris le monde d'assaut ?” Eh bien, je suis là pour tout vous raconter sur ce super genre appelé le K-pop !

K-pop est l'abréviation de “Korean popular music”.

Il trouve son origine et s'intègre dans la culture sud-coréenne. Le terme «K-pop» a été introduit dans les années 2000. Le K-pop comprend divers styles et genres, notamment la pop, le hip-hop, le R&B, la musique expérimentale, le rock, le jazz, le gospel, le reggae, la danse électronique, le folk, la country, la musique coréenne classique et traditionnelle. Avec sa grande variété de styles musicaux, il existe également une grande variété d'artistes, également connus sous le nom d'idoles K-pop. Ces derniers suivent soit une carrière solo, soit sont membres d'un groupe et doivent suivre une longue période de formation, qui prend en moyenne 2 ans ou plus, avant de faire leurs débuts. Les "trainees" se spécialisent dans le chant, la danse, le rap et les langues durant cette période. Lorsqu'un "trainee" du K-pop fait ses débuts en tant qu'idole, il se voit attribuer une position, de telle sorte que différents membres ont souvent des positions variées pour assurer la diversité des talents. Les positions varient du chanteur principal, danseur principal, rappeur principal au leader, visuel ou maknae (le plus jeune du groupe). Si un jeune rêve de devenir une idole, il doit auditionner pour une entreprise K-pop. Celles-ci gèrent les "trainees", elles fournissent les cours, l'hébergement et la nourriture et une fois que le "trainee" fait ses débuts, c'est l'entreprise qui assure la gestion de sa carrière. Les compagnies organisent les horaires des groupes en assurant une diffusion constante de contenu pour garder les

fans attachés à leurs idoles lorsqu'elles ne font pas de promotion. Certaines des entreprises les plus connues sont SM Entertainment, JYP Entertainment, YG Entertainment et les labels HYBE.

Outre sa grande variété de styles musicaux, le K-pop possède également de nombreuses caractéristiques qui attirent de nombreux fans. Connue pour ses chorégraphies extrêmement complexes et accrocheuses, le K-pop s'intègre bien dans cette industrie, où la danse est aussi, sinon, plus importante que le chant ou le rap. Il existe de nombreuses émissions de variétés dédiées spécifiquement aux chorégraphies extravagantes. La première qui me vient à l'esprit serait la série Kingdom. Les danses K-pop sont visuellement agréables pour les téléspectateurs, non seulement en raison de l'utilisation d'accessoires ou de la fluidité parfaite des mouvements, mais aussi en raison de la synchronisation parfaite entre les membres. Les groupes de K-pop sont extrêmement appréciés et respectés en raison de leur synchronisation sur et hors scène. Le groupe de K-pop SEVENTEEN est mondialement reconnu pour les performances étonnantes et précises de ses membres. Un autre exemple est GFRIEND, un groupe de K-pop qui est également très reconnu pour sa synchronisation insensée, même les yeux bandés !

Cependant, les danses K-pop ne sont pas seulement captivantes en raison des mouvements impressionnants, la plupart des danses K-pop ont aussi ce que l'on appelle une «danse ponctuelle» spécialement conçue pour permettre aux stans de K-pop (c'est-à-dire les fans enthousiastes et actifs) de suivre facilement la danse et de ne pas se laisser surpasser dans les parties difficiles de la chorégraphie. Ces danses ponctuelles sont extrêmement accrocheuses et permettent la diffusion de la chanson sur toutes les plateformes telles que Tiktok. Certaines des danses de ponctuelles les plus connues du K-pop sont le refrain du «Gangnam Style» de Psy qui s'est répandu comme une traînée de poudre dans le monde entier. Une autre danse connue du K-pop est la danse «Russian Roulette» de Red Velvet qui s'est transformée en défi Tiktok.

Ce qui intéresse aussi les Stans de K-pop sont les différentes histoires et concepts de leurs groupes préférés. Un concept est un thème spécifique que les groupes de K-pop suivent pour un comeback ou comme identité de groupe cohérente. Les concepts sont généralement affichés à travers le genre et les paroles de leur chanson, leurs clips vidéo et leurs tenues.

Certains concepts incluent ; girl crush, dark, science-fiction, cute, rétro, élégant, horreur, fantasia, teen-crush etc.... Pendant ce temps, une histoire est quelque chose que les artistes construisent via leurs MV, chansons et autres clips que les fans utilisent pour théoriser ce que le prochain chapitre pourrait être. Ces histoires suscitent quelque chose chez les fans qui les tient en haleine : la curiosité. En devenant si intrigués par elles, ils reviennent sans cesse pour en savoir plus. L'une des histoires la plus connue du K-pop est l'univers de la culture SM (société de divertissement et studio), également connu sous le nom de Kwangya, qui comprend presque tous les artistes SM (AESPA, NCT, Red Velvet, Shinee, EXO, etc....) créant une histoire large et intéressante qui attire les fans de plusieurs groupes. Les concepts et les scénarios éventuels d'un groupe leur permettent de se différencier des autres artistes et de créer une solide base de fans.

De plus, les artistes K-pop présentent une grande variété de nationalités. Oui ! Ce ne sont pas seulement les Coréens qui peuvent devenir des artistes K-pop. Certaines des nationalités les plus courantes parmi les idoles du K-pop (à l'exception des Coréens) sont les Chinois, les Japonais, les Américains, les Australiens, les Thaïlandais et les Canadiens. Il y a même une idole sénégalaise et indienne du K-pop.

Étant donné que le K-pop devient de plus en plus connu à l'échelle mondiale, le besoin de diversité dans l'industrie est crucial. Le multiculturalisme dans les groupes attire des fans de toutes sortes d'horizons différents et rend les groupes plus performants et ainsi, plus de personnes peuvent s'identifier à leurs artistes préférés. Par exemple, comme la plupart des groupes de K-pop sont très populaires au Japon et que de nombreuses idoles sont japonaises, ils font souvent des versions japonaises de leurs chansons ou une toute nouvelle chanson qu'ils promeuvent au Japon. Et peut-être qu'à l'avenir, une fois qu'ils seront devenus aussi populaires dans d'autres pays, ils feront de même. Les différentes cultures au sein des groupes permettent également une meilleure communication entre les artistes et les

fans du fait des différentes langues parlées. Même avec ces incroyables aspects fascinants du K-pop, il y a tout de même des côtés négatifs. Dans l'industrie du K-pop, l'apparence est très importante. Comme je l'ai déjà dit, il y a une position dans les groupes K-pop consacrée uniquement aux visuels. En Corée, il existe quelque chose qui s'appelle la norme de beauté coréenne, dans laquelle les idoles du K-pop sont censées s'intégrer. Cela comprend : une silhouette mince, un petit visage, une mâchoire en forme de V, des sourcils droits, une peau pale et impeccable et des yeux plus grands. Étant donné que ces normes sont très strictes, les idoles du K-pop subissent souvent une chirurgie plastique ou des régimes extrêmes afin d'atteindre les désirs de la société. Certains d'entre eux le subissent uniquement parce qu'ils le souhaitent. Si un artiste K-pop ne correspond pas à ces normes, il peut être traité de toutes sortes de noms et vicieusement calomnié, ce qui peut avoir des effets néfastes sur sa santé mentale. Outre les normes de beauté irréalistes, les idoles du K-pop doivent également faire face à des fans intrusifs et obsessionnels qui ne tiennent pas compte de leur espace personnel et de leur vie privée. Ces personnes sont appelées "saseangs". Ils commettent ce qui peut aller jusqu'à des actes criminels afin d'attirer l'attention des célébrités. Des exemples de tels actes incluent la recherche de célébrités dans leurs dortoirs ou leurs maisons, le vol de leurs affaires ou informations personnelles, le harcèlement des membres de la famille et l'envoi aux idoles de cadeaux inappropriés tels que de la lingerie. Ces soi-disant "fans" mettent en danger la vie des artistes du K-pop en les suivant et en les harcelant activement. De nombreuses mesures de sécurité sont mises en place pour protéger les artistes.

Néanmoins, en excluant le côté sombre ou négatif du K-pop, il y a encore beaucoup d'aspects positifs concernant le K-pop. La croissance du K-pop a permis à plus de gens de s'intéresser à la culture asiatique ce qui entraîne, de fait, une augmentation des profits de ces entreprises coréennes. Il a également promu la diversité dans les charts musicaux, qui étaient dominés par des artistes américains. A présent, nous voyons maintenant des idoles du K-pop se frayer un chemin dans ces charts. Au cours des deux dernières années, le K-pop a brisé toutes sortes de barrières, en particulier la barrière de la langue. Cela prouve une fois de plus que la musique n'a pas de langues et qu'elle est universelle.



Pour finir, je vous laisse avec quelques recommandations de mes chansons préférées :



- "RUN2U" STAYC
- "Polaroid Love" ENHYPEN
- "DARARI" TREASURE
- "Can't You See Me ?" TOMMOROW X TOGETHER
- "O.O" NMIXX
- "FEARLESS" LE SSARAFIM
- "BANG BANG BANG" BIGBANG



STAYC

- "My Sea" IU
- "Louder than Bombs" BTS
- "Dar+ing" SEVENTEEN
- "Life is still Going On" NCT DREAM
- "365&7" pH-1
- "Beyond Love" BIG Naughty
- "DUN DUN DANCE" OH MY GIRL



ENHYPEN



- "NUNU NANA" JESSI
- "PTT" LOONA
- "LOVE TALK" WAYV
- "CINEMA" CIX
- "SOLO" JENNIE
- "CHARMER" Stray Kids
- "Paradise" Eric Nam



SUPERM



- "ICE AGE" MCND
- "Wish You Were Here" SUPERM
- "WADADA" KEP1ER
- "QUEENDOM" RED VELVET
- "MONEY" LISA
- "WORK HARD" DKB
- "INCEPTION" ATEEZ



RED VELVET

- "SIREN" P1HARMONY
- "90'S LOVE" NCT U
- "LOVE KILLA" MONSTA X
- "I LIKE YOU" CIIPHER
- "ROSE" D.O
- "COUNTING STARS" BE'0
- "MIKROKOSMOS" BTS



TOMMOROW X TOGETHER



Danse thérapie

par Yara et Lea Antão

"La danse, c'est ma vie. Sans danser, je ne vis pas." C'est l'histoire captivante de Marcelle Matsika Claquin, une femme française, d'origine Congolaise (Brazzaville), de 49 ans. Mère de trois filles, elle a suivi des études pharmaceutiques, aujourd'hui, elle vit passionnément à travers la danse et le yoga.

"La danse m'a sauvé la vie. Tout simplement.", nous dit-elle. En effet, bouleversée par une crise existentielle à 42 ans elle se demandait : "Quel est le sens de ma vie ?". C'est lors d'une session de thérapie que sa vie a basculé alors que sa yoga thérapeute lui a dit : "Ferme tes yeux et essaye de sentir un moment de pur bonheur. Que fais-tu ?" La vision a été limpide, elle s'est vue en train de danser. Pour elle, plus de doute possible; la danse, c'est sa vie. Donc la vie sans danse n'a plus aucun sens.

Marcelle a grandi avec la danse. Avant même de marcher, elle dansait déjà. Cette noble discipline a toujours joué un rôle central pour elle, depuis son enfance. À l'âge de dix ans, elle s'inscrit à un cours de danse Modern Jazz, en région Parisienne où elle grandissait. Mais sa véritable passion était les spectacles et spécialement leur préparation. Pour elle, un cours de danse sans spectacle n'avait pas vraiment de sens. Un spectacle c'est l'adrénaline, un objectif, la fierté de montrer quelque chose à ses parents et à ses ami-e-s en fin d'année, quelque chose d'essentiel. "Les costumes, le maquillage, être sur scène, le partage des émotions, moi c'est ça que j'adore", raconte-t-elle.

La danse n'étant pas à l'époque considérée comme un métier permettant de gagner sa vie et, influencée par ses parents, elle a décidé de suivre un parcours professionnel dans le domaine de la santé. Pourtant, durant ses études pharmaceutiques, elle a toujours dansé, à part peut-être la première année de pharmacie, car Marcelle se concentrait sur ses études. Mais c'était une erreur, la danse lui manquait trop.

"C'était une révélation pour moi, de découvrir la compagnie d'Alvin Ailey à Paris. Cette compagnie à dominance peau noire et métisse dansait tous les genres (hip hop, moderne, afro, classique) avec tant de grâce et de beauté que ça m'inspira profondément". La jeune étudiante s'est aperçue que c'était possible d'être danseur noir et de faire partie d'une compagnie de danse en plus d'être polyvalent. Elle est notamment allée à Ailey Extension à New York en 2012 puis en 2017 pour se former à l'enseignement de la technique (niveaux débutant, intermédiaire et avancé).

En 2001, elle est partie travailler en République Centre Afrique, où il n'y avait pas de cours de danse moderne, juste de la danse contemporaine et traditionnelle africaine, mais ça ne l'exaltait pas. Cela prouvait juste une lacune d'enseignement de ce genre de danse notamment en Afrique. Passionnée par le style et la touche d'Alvin Alley, mue par un besoin vital d'enseigner exactement ce genre, ayant envie de danser car elle adorait cela, elle a commencé à enseigner la danse moderne jazz pour elle-même et pour ses filles. Passant par le Lesotho avant d'arriver au Mozambique, elle enseignait déjà la danse comme activité extrascolaire à l'école américaine. Finalement arrivée au Mozambique, elle a continué à enseigner bénévolement des cours de danse moderne jazz à l'école française. Ce qui l'a toujours motivée, c'est sa passion pour la danse. Le collectif de danse Marcelle's Modern Jazz Experience (MMJE) est basé sur une expérience de danse et non sur un diplôme. Ses spectacles sont très vite devenus de grandioses réalisations. La danseuse a par la suite créé une entreprise mozambicaine, une petite société, qui lui a permis de faire ce qu'elle voulait. "En 2000, j'ai mis le pied à l'aéroport de Maputo et j'ai dit: "Oh la la, il y a quelque chose dans ce pays que j'aime. C'est une terre qui m'a accueillie et où j'ai pu véritablement développer mon activité de danse. Je serai éternellement reconnaissante au Mozambique."

Marcelle Matsika Claquin a un esprit créatif, lorsqu'elle crée la chorégraphie, elle ne réfléchit pas, elle se laisse tout simplement porter par le mouvement et le rythme de la musique, souvent elle ferme les yeux et se met en mouvement.

Les tous premiers spectacles n'avaient pas de thèmes spécifiques, c'était plutôt un mélange de plusieurs styles (Mandala). À partir de 2014, tous les thèmes étaient inconsciemment liés à l'Afrique, peut-être parce qu'elle vivait dans un pays dans lequel elle recevait la bénédiction de la terre africaine. *La célébration de la terre africaine* partie 1 et 2 en 2014/2015, *La célébration de la femme africaine* en 2016, *All that jazz en Afrique* en 2017, *Danse à travers le monde* en 2018, *Tribute to the King of Pop* en 2019, tous ces spectacles reflètent l'immense créativité que l'on puise en Afrique.

"La danse c'est l'expression naturelle de la joie et de la vie." témoigne cette danseuse. "La danse permet la connexion avec son corps et son âme. Donc, quand on danse, on est libre, on se libère. C'est notamment le cas des esclaves d'Amérique et des Caraïbes dont la seule chose qui leur restait était la danse. C'est en effet pour cela que la danse est considérée comme thérapeutique", ajoute-t-elle. De la même manière, la capoeira est un art de combat déguisé en danse. Marcelle a un lien étroit avec la danse, parce que cet art est notamment ancré dans ses racines africaines, vient de ses ancêtres, "c'est une manière d'être", dit-elle. Le sentiment qu'elle éprouve en dansant est inexplicable, elle ressent une immense joie rien qu'en faisant le mouvement des bras ouverts. C'est à travers le yoga qu'elle a finalement compris que ses mouvements gracieux des bras étaient une extension du cœur, qui part du centre de la poitrine vers le bout des doigts. C'est une des raisons parmi d'autres pour lesquelles elle apprécie beaucoup la technique de la danse moderne de Horton, qui inclut beaucoup ces beaux mouvements de bras.

D'après Marcelle, il y a un fort lien entre la danse et la liberté. Effectivement, c'est un moyen d'atteindre la liberté, car quand on danse, on bouge son corps, et ce mouvement vital permet de libérer des émotions, des blocages, car les traumatismes sont logés dans le corps. De plus, la danse sécrète de la dopamine qui est un neurotransmetteur de la joie. "La danse nous ramène donc directement vers la joie, ce qui fait qu'on se sent libre. Plus spécifiquement la technique de Lester Horton est aussi un facteur de liberté car il est ouvert à tout le monde. Contrairement à la danse classique, la danse Horton promeut la danse pour tous les types de corps (petits, grands, gros, fins). Là aussi, c'est un

moyen de se sentir libre, car la danse de technique Lester Horton n'est pas confinée à un certain type de personne, mais tout le monde peut danser comme il est", s'enthousiasme-t-elle. **"La danse est universelle et c'est dommage de passer à côté."**

"La danse, contrairement à ce que certains peuvent penser, est une activité universelle", insiste Marcelle. Même son bébé Elona danse avec de la musique, elle bouge avec le rythme. C'est donc d'emblée propre à l'être humain. "Il faut encourager les enfants à danser", souligne-t-elle. Les enfants à qui elle enseignait au début étaient raides, car ils n'ont sûrement pas eu l'occasion de se libérer et de danser sans être juger. "C'est le pouvoir de s'exprimer à travers le corps", ajoute-t-elle. C'est notamment le cas avec les orphelins du projet Kinatitsemba, avec qui elle dansait tous les samedis. En effet, ces enfants de 5 à 18 ans étaient traumatisés et ça se sentait dans leur raideur quand ils dansaient. Le projet Kinatitsemba s'est créé dans cette perspective de donner accès à cette expérience de s'exprimer à travers le corps et d'arriver à donner de l'estime de soi à ces orphelins démunis. "J'ai voulu leur donner cette possibilité là aussi de se sentir joyeux. On se dépasse toujours quand on danse, on dépasse ses limites, on apprend des nouvelles choses, on apprend à se connaître, et on ressent de la satisfaction de soi-même." Grâce à la participation régulière aux cours de danses avec Marcelle et à des sessions de yoga, ils ont pu progressivement s'ouvrir.

Les cours de danses payants de Marcelle comptaient malheureusement très peu de garçons, peut-être parce que les gens considèrent que danser est une activité féminine. Cette idée provient principalement de la société occidentale. Pourtant, dans l'histoire de la danse en France avec le roi Soleil, la danse était un outil politique et diplomatique, car pour être bien vu il fallait savoir bien danser. De même la danse classique n'était réservée qu'aux hommes, qui jouaient même les rôles féminins. Tandis qu'en Afrique, il n'y a pas ce type de discrimination ni de préjugés. Aujourd'hui, nous devrions être capables de dépasser cette opposition homme/femme, puisqu'on parle aujourd'hui de transgenres et des communautés LGBT. Si la danse est universelle, elle est innée (on l'a tous en nous) pourtant il faut la développer par la suite. Mais il se peut que certains soient plus talentueux que d'autres. " Nous vivons des temps complexes et c'est donc important de danser, mais nous ne sommes pas tous obligés d'être des danseurs professionnels pour bien danser et apprécier, chacun à son niveau."

Chaque peuple danse, pourtant la danse est différente selon les cultures, donc une vision stéréotypée se crée. Marcelle nous donne l'exemple de la danse du ventre: c'est une danse orientale qui est très mal vue et décriée par les occidentaux. Étant une danse très sensuelle, on assimile rapidement la danseuse à une prostituée qui essaie d'attirer le regard des hommes. "Mais ce n'est pas vrai! C'est une danse de la féminité, qui rend hommage au divin féminin. C'est aussi une danse de la fertilité car on bouge beaucoup le bassin, et ceci aide les femmes à procréer", explique-t-elle.

Le corps représente une image liée au sexe. C'est pour cela que les danseurs, principalement les femmes, sont considérées comme des prostituées, et bouger leur corps de manière sensuelle est très mal vu. En conséquence, beaucoup de danses occidentales sont plutôt piquées et raides. Par exemple la danse classique, la danse traditionnelle des campagnes françaises, la danse à la Cour (où l'on porte des gants)... On voit bien que la relation au corps est compliquée pour les danses occidentales. On remarque une séparation du corps et de l'esprit lorsqu'ils dansent. Même aujourd'hui, certaines personnes n'osent pas danser, dans des soirées par exemple, par peur qu'on se moque d'elles: "ils n'ont pas l'habitude d'être en accord avec leur corps, danser c'est donc thérapeutique. "La danse est une thérapie. Elle procure de la joie, n'importe quel type de danse, même juste mettre de la musique et bouger. Elle permet de nous connecter à notre âme".

"La danse est de l'art !" ajoute Marcelle avec passion. C'est-à-dire que même si l'on n'a pas de bonnes aptitudes physiques, par exemple, pour faire des acrobaties, on arrive quand même à transmettre de l'émotion aux gens qui regardent, c'est différent de la gymnastique. Un danseur devient alors quelqu'un qui s'exprime, qui arrive à toucher le cœur des autres (des spectateurs), c'est une personne qui danse à partir de son cœur et de son âme. "Mon objectif dans ma conception des chorégraphies n'est pas forcément de réaliser des exploits physiques mais au contraire, c'est justement de transmettre une émotion, un message.

J'aime une musique avec de belles paroles pour justement les illustrer avec le corps : c'est le langage du corps", dit-elle. Son travail avec le poète Rafo Dias montre bien comment la danse a la capacité d'illustrer une histoire. "Le langage du corps est un langage humain, c'est-à-dire que tout le monde le comprend". En effet, on n'a pas besoin de parler la même langue, ni avoir la même nationalité pour comprendre les gestes d'une danse, par exemple dans les cours de danse classique et moderne il y a beaucoup de gens de pays différents, ne parlant pas la même langue, mais tous les danseurs savent recopier le geste qu'on leur montre.

Selon Marcelle, des cours de danse devraient être offerts systématiquement dans les écoles. En effet, dans l'éducation, la danse n'est pas assez valorisée. C'est important d'être éduqué à la danse, surtout dans les lieux où l'on rencontre des problèmes d'intégration avec des jeunes à la dérive. En effet, la danse a pu sauver la vie de tant de personnes qui n'avaient rien, en redonnant du sens à leur vie. "De la même façon qu'on a des cours de sport, il faut au moins une initiation à la danse et à ses différents styles", renchérit Marcelle.

Ceci pourrait encourager les garçons à danser et aussi libérer les personnes qui se sentent plus timides, comme on peut le remarquer au théâtre. "Ce sont des arts fondamentaux qui aident une personne à savoir être et comment se comporter au quotidien."

Marcelle conseille, principalement aux jeunes, de tester une variété de styles de danse pour trouver le style qui convient le plus, avant de laisser tomber et dire "non, je n'aime pas danser".

Il existe une multitude de styles, ce serait donc dommage de ne rien essayer !



Avant, je détestais les mangas

"Moi, avant, je détestais les mangas car ça me faisait penser aux animés. C'est nul et ennuyeux. C'est toujours la même chose, comme Dragon Ball par exemple. Puis Ema, Natalia, Pedro, Luca m'ont convaincue de lire des mangas. Ils m'ont conseillée *Orange* puis *Les cinq*, que mon chien a mangé d'ailleurs. J'ai adoré et lui aussi apparemment.

Ayana-Louise, 6ème B

Pourquoi les gens se convertissent-ils aux bandes dessinées japonaises ?

Il y en a pour tous les goûts, quand on les lit, on a vite le sentiment d'être projeté dans l'histoire. Les images deviennent presque réelles quand il y a de l'action, on a l'impression que les personnages sont devant nous durant les scènes les plus importantes. Vous pouvez dire que... en gros ça ne change pas grand-chose des bandes dessinées à l'occidentale, mais détrompez-vous à se sujet. Les mangas ont un style bien à eux.

À l'origine, le manga est un art japonais avec ses codes qui font de ces bandes dessinées l'équivalent nippon des comics américains. Dans ce type de BD, on retrouve notamment les Shonen, Shojo et Seinen, (dans la culture manga, ces trois mots désignent des "publics cibles" considérant l'âge et le sexe du lecteur) Mais le manga se démarque plus par l'anatomie des personnages et l'action palpitante.

Voilà à peu près la définition du "manga".

On peut dire que les mangas permettent une lecture différente des romans, BD, etc. C'est cela qui attire la plupart des lecteurs... Les expressions faciales sont très bien représentées, quelquefois même un peu 'tirées par les cheveux'...

Leur première apparition s'est faite durant les années 70 (en Europe) alors qu'auparavant, ils étaient presque inconnus... Les mangas sont nés en 1814, c'est en effet à cette époque qu'Hokusai Katsushika réalise des séries de croquis de scènes de la vie quotidienne... des "histoires dérisoires" : "manga" en japonais.



Pourquoi est-ce que je les détestais ?

Tout simplement car les gens qui n'en n'ont jamais lus - ce qui est bien différent que de les regarder en série ou film - ne peuvent pas témoigner de l'effet ressenti à la lecture de bandes dessinées japonaises. Les mangas sont au départ des feuilletons publiés dans les journaux et ensuite deviennent des séries qui peuvent atteindre 20 tomes ou plus ! La psychologie des personnages est bien développée, secrets, luttes intérieures et questionnements.

"Il existe un vrai décortilage de la psychologie des personnages. Quand on a des milliers de pages et de nombreux tomes devant soi, on peut approfondir les émotions intérieures des héros. Le manga permet subtilité et nuance. Il nous offre parfois de véritables arrêts sur nous-mêmes." explique Laurent Muller, éditeur de mangas chez Glénat, à *Psychologies magazine*.

Est-ce pour cela qu'ils plaisent tant aux adolescents et aux adultes aussi ? Laissez-vous entraîner dans leur univers et vous aurez la réponse.

**Natália Lucas,
Ayana-Louise de Sá Lisboa
et Zaira Palacio**





Boxe, jupon et gants sur le ring...

par Anlo J.

Photos : Filipe Branquinho

Le sport peut déchaîner les passions, enthousiasmer les foules, faire rêver et montrer au monde qu'il est ouvert à tous. Il prône l'équité, la discipline, l'inclusion, la persévérance, l'égalité et le respect. Cependant, si l'on s'intéresse à la boxe, certains de ces idéaux ont été laissés aux oubliettes. Les sports de combat, où s'exprime une certaine forme de violence semblent être un espace réservé aux hommes, un univers qui conforte leur masculinité et leur virilité. Cependant, de plus en plus de femmes sont adeptes de la boxe même si cela reste un peu inédit.

Les JO doivent être réservés aux hommes, le rôle des femmes devant être, avant tout, de couronner les vainqueurs.

Pierre de Coubertin

Bien que les femmes se soient lancées dans cette discipline depuis quasiment la naissance de ce sport dans les pays anglo-saxons, les combats de boxe féminine sont alors considérés comme honteux et défiant les lois de la bienséance de la bonne société du début du XX^{ème} siècle. Trop de sensualité et de courbes entre les coups qui pourraient déchaîner les pulsions animales d'hommes "vulgaires" ... Les combats féminins sont donc interdits. Par la suite, les idées sexistes de certains instructeurs amateurs souhaitent imposer la jupe aux boxeuses sur le ring, la beauté sied mieux aux femmes que les coups sur la tête. Cela se passe en 2009 ! Mais la tentative échoua après avoir quasiment échappé au radar des médias. C'est seulement en 2012 que les boxeuses sont autorisées à participer aux jeux olympiques et remportent 12 médailles.

Au détour d'une promenade dans les rues de Maputo, "la perle de l'Océan Indien", le photographe mozambicain Filipe Branquinho est tombé sur un club de boxe qui a fait voler en éclats certains clichés sur les femmes...

Magma : *Pouvez-vous vous présenter ?*

Filipe Branquinho : Mon nom est Filipe Branquinho, je suis un artiste visuel mozambicain et je suis né à Maputo en 1977.

Quel est votre parcours artistique et comment êtes-vous tombé dans la photographie en particulier ?

Je suis né dans un milieu artistique et j'ai grandi entouré de photographes, d'artistes plasticiens, d'architectes, d'écrivains, de sculpteurs, de journalistes etc...

Les différentes expressions artistiques ont toujours été présentes dans ma vie à travers le contact permanent avec des œuvres d'art, la photographie, les films, les documentaires et les livres.

Durant notre enfance, mes amis et moi allions beaucoup à l'association des photographes voir les travaux de Funcho, Ricardo Rangel, Kok Nam, Maquinasse, Rui Assubuji, José Cabral, Sérgio Santiago, Luis Bastos, Naíta Ussene parmi d'autres.

Ce fut une période très enrichissante où la photographie avait un rôle très important dans la construction de l'image d'un Mozambique indépendant. Tout ça pour dire que devenir un artiste a été quelque chose qui est venu naturellement, c'était quasiment inévitable. J'ai commencé à photographier et à faire des croquis très tôt et sans but précis, avec l'enthousiasme naturel d'un enfant ou d'un jeune qui apprend de nouvelles matières. Plus tard, j'ai étudié et travaillé dans un cabinet d'architectes où pendant mes heures libres j'ai continué à photographier et à dessiner. La photographie s'est transformée de passe-temps à profession, graduellement.

Quelles ont été les étapes importantes dans votre apprentissage de la photographie ?

L'important est de dominer la technique, connaître son équipement et apprendre à le manœuvrer de sorte à ne pas devenir son otage. Mais c'est juste de la technique, c'est essentiel mais ce n'est pas ce qui va différencier un bon photographe d'un moins bon.

La différence est dans les histoires que nous racontons et le langage que nous utilisons.

Il est aussi important d'étudier un peu d'histoire et apprendre la photographie argentine.

Quelle est votre inspiration ?

L'inspiration vient un peu de tous les côtés, de la littérature et des voyages, du cinéma et de la photographie, des recherches sur les travaux d'autres artistes mais surtout cela vient de notre expérience et du contact avec les gens, les ambiances et les espaces où nous vivons. Dans mon cas, ce sont des ballades dans la ville. Les histoires sont là pour être (re)découvertes, juste avec un esprit attentif, un peu de discipline et de travail pour les identifier et les immortaliser.

Quelles sont les personnalités ou les personnes que vous admirez ?

J'admire les travaux et les réalisations et je tente de séparer l'œuvre de l'auteur/l'artiste.

Il y a un millier d'œuvres qui me fascinent et il est difficile de les nommer.

Les personnes que j'admire sont sans aucun doute ma grand-mère, ma maman et ma sœur. Elles partagent toutes les mêmes qualités, la force, la compassion et le courage.

Comment a surgi le désir de photographier des boxeuses ?

Les photographies des boxeuses ont été prises à une période où j'étais occupé à photographier Ocupações (des professions) et des lieux historiques dans la ville de Maputo, et un de ces lieux a été le club ferroviaire au bout de l'avenue du 25 de Setembro. Je suis allé voir le bâtiment et je suis tombé sur le club de boxe à l'intérieur.

Quand j'ai su qu'il y avait aussi des femmes qui s'entraînaient, je suis resté fasciné et avec une volonté impérieuse de les photographier. Là, il n'y avait pas de place pour le stéréotype de la femme fragile.

Avez-vous un souvenir de ce projet que vous souhaitez partager avec nous ?

Le bâtiment où se trouve le club ferroviaire est un édifice de style Art Déco, avec de grandes fenêtres qui illuminent l'intérieur de manière incroyable, une belle lumière diffuse pour faire des portraits.

A l'époque où j'ai fait le portrait, je me suis aperçu que le nom de la boxeuse était Flora (Fleur), ça m'a semblé être un contraste avec la profession. Plus tard j'ai appris que ce n'était pas son nom !

Quels sont les sujets qui vous intéressent actuellement et sur quoi travaillez-vous maintenant ?

M'intéressent toujours les questions sociales, documenter la dynamique des lieux et de ses habitants, raconter les petites histoires de ces lieux où à chaque projet je me focalise sur des thèmes spécifiques comme le travail, le transport, l'architecture, etc.

J'ai "terminé" deux projets, un photographique (Bestiariium) qui cherche à représenter l'animal que nous sommes et duquel nous tentons de nous distancier à travers des comportements et des attitudes souvent hypocrites. Un autre projet usant une technique mixte (Lipiko e a escola de ladrões) qui est une satire au sujet de la corruption à travers la représentation des personnes impliquées.

Trouvez-vous le travail de retouche important et indispensable ? Passez-vous beaucoup de temps à retoucher vos photographies ?

L'important, comme je l'ai dit plus haut, est le message, le thème abordé, le reste est technique, et, si dans le processus il est nécessaire de retoucher les images pour mieux communiquer, très bien.

De toute façon, retoucher les images, que ce soit au niveau de la lumière ou de la couleur, ou manipuler les images est quelque chose qui est pratiqué depuis le début de la photographie. Tout dépend de l'objectif du photographe.

Cependant il faut faire attention que ces retouches ne soient pas exagérées et finissent par avoir un effet négatif.

Quels sont vos futurs projets ?

Actuellement je suis dans un moment de transition entre les projets, une période pour expérimenter de nouvelles techniques, de nouvelles approches et penser à de nouveaux thèmes.

Le mot de la fin. Avez-vous une devise ?

Sentir, sentir, sentir
Penser, penser, penser
Lire, photographier et dessiner.



Rugby Version Féminine

Ayana-Louise de Sá Lisboa, photos: Anlo J.



Le Lycée français international Gustave Eiffel organise des cours de rugby pour les filles et accueille des adolescentes qui viennent de différents quartiers de Maputo, la capitale mozambicaine.

Selon Kaira, élève de 5^e, le rugby est un sport considéré violent mais qui est en réalité un sport collectif et d'équipe. "Le rugby est un sport que peu de gens connaissent, c'est un jeu vraiment collectif, moyennement violent mais ça dépend de comment tu es entraînée. Et j'aime beaucoup, beaucoup, beaucoup le rugby car tu fais pleins d'activités d'actions collectives et c'est super !".

Après une pause, Kaira a repris le rugby car elle se sent maintenant plus concentrée dans le jeu. En effet, ce sport a changé certains aspects de sa vie car "c'est un sport très physique et donc très bon pour la santé mais j'aimerais jouer dans d'autres pays". La jeune fille apprécie beaucoup de jouer avec des filles qui viennent d'autres écoles et quartiers de Maputo. En effet, "cela permet d'identifier leur niveau, leur expérience, pour pouvoir se confronter à d'autres choses, connaître d'autres personnes, être plus ouvertes et apprendre à jouer de manière plus collective."

Le rugby c'est aussi un projet social au sein de l'école puisque les cours ont été ouverts à des filles de différents quartiers de Maputo, où les conditions de vie ne sont pas toujours idéales. Celles-ci rejoignent les élèves du lycée chaque mardi pour s'entraîner : "j'aime jouer au rugby parce que je me suis inspirée de mon oncle qui jouait en Afrique du Sud. J'ai vu des photos de lui en train de jouer et j'ai beaucoup aimé", raconte Nilza, jeune fille de 16 ans qui vit dans le quartier Maguanine B. Nilza a commencé à pratiquer le rugby en 2018 et il a beaucoup changé sa vie car "le rugby nous enseigne à aimer notre prochain, à respecter les autres et à vivre ensemble comme une famille". Ces jeunes filles sont victimes de préjugés car beaucoup de gens pensent que c'est un sport réservé au sexe masculin. "Je me balade tout le temps avec mon ballon, les gens paraissent surpris voire choqués,

"Tu joues au rugby, mais pourquoi ?" leur demande-t-on bien souvent. C'est un comportement très agressif". Malgré cela, Nilza continue à s'entraîner et à alimenter sa passion. "J'ignore ce qu'ils disent et je leur réponds qu'ils ne savent pas de quoi ils parlent car ils ne savent pas ce que je ressens". L'adolescente rêve de jouer professionnellement. C'est comme un rêve de famille, son oncle a joué, sa maman aussi et Nilza maintient la tradition familiale.

"Le rugby est un sport incroyable, je me sens moins faible qu'avant", raconte Yvonne, une autre joueuse qui vient s'entraîner au lycée. Elle a commencé en 2020, et, depuis, a le sentiment que le rugby a changé beaucoup sa vie. "Je n'aurais jamais imaginé que j'arriverai jusqu'ici, à pouvoir m'entraîner dans cette école". Dans son quartier, elle aussi rencontre des incompréhensions de la part des gens qui ne comprennent pas où le rugby peut la mener et qui insistent sur le fait que ce n'est pas un sport féminin. "Je leur dis que j'aime jouer au rugby. Parfois les gens ne l'acceptent pas, même dans ma propre maison, mais je veux jouer au rugby". Yvonne a d'ailleurs cette volonté de jouer au rugby de manière professionnelle en dehors du pays, comme par exemple en Afrique du Sud, grande nation de ce sport.

Julien Benz, professeur des écoles et entraîneur de rugby au lycée français international Gustave Eiffel, est à l'origine de ce projet d'intégration de jeunes élèves d'écoles publiques mozambicaines - des filles en particulier - qui a débuté en 2016. L'école française n'avait pas d'effectifs suffisants pour participer aux tournois organisés par la fédération mozambicaine de rugby et ce projet a donc été créé avec des professeurs de lycées français d'autres pays de la zone Afrique Australe et Océan Indien à partir d'un besoin. "On avait besoin de renforcer nos équipes, et naturellement on s'est dit que des filles, que nous connaissions très bien à travers la fédération, qu'on voyait jouer, et moi-même j'entraînais la sélection féminine, dont les sub 18, au sein de la fédération, donc c'était facile pour moi de créer un pont entre le lycée et la fédération".

Le projet a pris une belle dimension car il s'agissait "de quelque chose de très intense pour pouvoir créer entre des filles d'une même ville, d'un même pays, d'une même nationalité pour certaines, un lien qui n'existait pas car tout les opposait. A savoir, dans notre école, nous avions des filles d'un milieu social élevé pour la plupart et dans nos filles de la fédération, nous avions des filles d'une catégorie sociale beaucoup plus modeste basse. C'était donc une opportunité unique de pouvoir faire interagir ces filles entre elles pour créer une sorte d'intégration mutuelle". S'est créée ainsi une cohabitation entre deux mondes que rien ne liait, qui ne se côtoyaient pas. Le souhait de Julien était de renforcer une rencontre entre des personnes qui vivaient dans la même ville mais dans des mondes différents. "Il y avait de grandes qualités humaines et sportives des deux côtés, c'est comme ça qu'est née l'idée d'une intégration des filles", ajoute-t-il.

Le projet s'est développé car ces jeunes filles ont intégré l'entraînement de rugby au lycée, ont ainsi participé aux tournois au sein de l'aefe et se sont jointes aux voyages dans les autres pays. Évidemment, il fallait financer leur voyage et il a fallu chercher des sponsors pour soutenir ce beau projet social. Il s'agissait d'une intégration sportive totale. "Il est important, au sein de la fédération, de montrer dans chacun de ces quartiers, dans chacune de ces équipes et finalement aussi dans chacune de ces écoles que dans n'importe quel domaine qui soit, et là en l'occurrence le rugby, qui est quelque chose de totalement nouveau à Maputo, il y a certaines choses qui font que des opportunités apparaissent et qu'il faut savoir les saisir". Ces élèves n'étaient pas forcément les meilleurs mais ils faisaient preuve d'un comportement exemplaire dans leur équipe de quartier. "Ces jeunes qui s'étaient lancés dans le rugby, montraient aux gens autour d'eux, que si l'on était sérieux, assidu, courageux, engagé, il y avait des opportunités qui s'offraient à nous. Notamment celle de pouvoir participer à ce sport dans une équipe, dans une école avec des moyens conséquents, pouvoir participer à un voyage en dehors du Mozambique, participer à un tournoi international avec plein de filles du même âge dans d'autres endroits du monde".

Deux années avant le covid, les élèves qui étaient donc intégrées dans les équipes et qui participaient aux compétitions ont pu bénéficier d'un module de 60 heures de cours dans notre école - entre autres des cours de natation car ces jeunes filles ne savaient pas nager - car les écoles publiques n'ont pas les moyens d'organiser des cours. Elles ont également eu des cours de FLE (Français Langue Étrangère), une forme façon de renforcer les cours de français qu'elles avaient dans leur école.

C'était important pour ces élèves d'avoir des bases dans la langue de Molière pour pouvoir échanger avec les familles qui les accueillaient lors des tournois internationaux. En plus de cela, il y a eu un module avec des moments de réflexion sur la société mozambicaine, dispensés par un professeur de l'université, professeur Nhambo. Cela concernait tous les jeunes mozambicains intégrés à l'entraînement de l'école et cela concernait 16 filles et 16 garçons et le professeur leur parlait de choses qui pouvaient se passer dans leur quartier et de choses qui étaient proches de leur réalité à eux. Donc par exemple, il les interrogeait sur ce qu'ils pensaient de ces filles qui se lancent dans un sport qui a véhiculé beaucoup de préjugés qui disent notamment que c'est un sport réservé aux hommes", explique Julien. Le fait de parler et réfléchir avec le professeur Nhambo en petit groupe de 8 adolescents était une belle opportunité pour des jeunes filles qui ont l'habitude d'étudier dans des classes surpeuplées. "C'était pour elles l'occasion de pouvoir s'exprimer, de discuter avec un professeur".

Le covid a chamboulé ce magnifique projet et le souhait de maître Julien est de pouvoir proposer de nouveau ce module à ces jeunes qui continuent à s'entraîner avec nous au lycée français international Gustave Eiffel.

Moi aussi, en tant que joueuse de rugby à l'école, j'ai créé des liens avec Nylza, Yvonne, Krimilda et les autres et j'adore nos rencontres du mardi soir au rugby.



INSPIRATION...

un léopard a mangé notre chien

par Anlo J.
portrait : Amminadab Jean
illustration : Roberta X

Sandrine Jordan est ce qu'on appelle une belle personne : sourire aux lèvres, regard bienveillant, une touche artistique et une grâce toute particulière. Maîtresse en CP, elle transmet de belles valeurs à ses élèves.

Sa vocation d'institutrice est venue plus tard. Elle a d'abord étudié l'histoire à la faculté en Belgique, "j'ai fait une maîtrise en histoire qui m'a intéressée parce que ça m'a appris à vérifier les sources. En histoire, on apprend à vérifier si on a dit ça, mais qui a dit ça ? à quel moment il a dit ça ? pourquoi il a dit ça ? quel pouvait être son objectif en disant cela ? est-ce qu'une autre personne a dit autre chose ?... Donc, ça nous apprend à douter un petit peu de tout ce qui est sur les médias -très utile de nos jours- et à se poser des questions sur les mobiles, sur ce qui est vrai et ce qui n'est pas vrai. De qui est la vérité car il n'y a pas forcément une chose vraie, une chose fausse mais chacun peut avoir sa vérité". Sandrine a vite compris que la passion pour cette matière lui faisait défaut et qu'elle ne pourrait alors pas captiver ses élèves. "Quand je rentrais chez moi, je faisais plein d'autres choses, je jouais au rugby, j'avais des copains, je faisais la fête mais je ne lisais pas de bouquins d'histoire. J'ai quand même terminé ma maîtrise d'histoire et après je me suis dit que je n'allais pas enseigner cette matière parce que je pense que si on enseigne l'histoire sans être passionné, on rend l'histoire très ennuyeuse pour les collégiens et les lycéens. Déjà l'histoire, ce n'est pas toujours passionnant, en plus si le prof n'est pas passionné, alors là c'est terrible".

Suivant son destin à la poursuite du soleil et d'un peu plus de chaleur, elle se retrouve dans le Sud de la France et travaille pour un programme gouvernemental qui aide à la réinsertion des jeunes qui sont sortis du système à l'âge de 16 ans - après l'âge obligatoire pour aller à l'école. "À ce moment-là venait d'être mis en place par le gouvernement français de l'insertion pour les jeunes. C'était

un système qui récupérait les jeunes qui avaient entre 16 et 25 ans qui n'étaient plus à l'école. Ils étaient sortis de l'école, n'avaient pas de travail et n'avaient aucun diplôme. On leur proposait de toucher de l'argent des Assedic s'ils venaient suivre des cours de réinsertion pour essayer de les aider à redéfinir un projet professionnel pour trouver du travail". Ce sont principalement des jeunes en échec scolaire, qui sont parachutés d'une école à l'autre, en recevant à chaque fois de mauvais messages sur eux-mêmes. Ces jeunes, enfermés dans un rôle de cancre, attendent leurs 16 ans avec impatience afin de quitter l'école et d'avoir cette sensation de goûter à la liberté, des jeunes qui cèdent aux charmes de la délinquance et de l'argent fausement facile. "Donc ils traînent dans leurs banlieues. Au début, ils sont les caïds de leur banlieue, ils sont tout contents. Ils ne se lèvent pas le matin, ils font la fête toute la nuit, la vie est cool, ils "dealent" un peu, ils font tout un tas de petites conneries pas trop graves. Et le temps passe, ils ont 17 ans, 18 ans, 19 ans, 20 ans, ils tombent amoureux, ils auraient envie d'avoir une famille, d'avoir des enfants, sauf qu'ils n'ont pas de travail, ils n'ont pas une thune, ils vivent encore chez leurs parents et l'avenir qui se profile devant eux n'est pas génial", explique Sandrine.

Mais la jeune idéaliste s'aperçoit de la difficulté de cette initiative et de son caractère presque utopique. Il est très difficile de réinsérer ces jeunes dans la société et de suivre un schéma de vie qualifié de normal. "Dans la réalité, quand l'école nous a déjà renvoyé une mauvaise image de nous pendant 10 ans et qu'en plus on a traîné sans rien faire pendant 6 ans dans une banlieue ou dans un quartier défavorisé, et bien c'est hyper difficile de récupérer une bonne estime de soi et même d'être fonctionnel". Ces jeunes vivent en quelque sorte dans un monde parallèle où on ne sait pas gérer les conflits et beaucoup de choses se résolvent par l'insulte voire la violence, ils sont décalés.

Sandrine voulait sincèrement les sauver mais finalement très peu arrivent à se réinsérer. Il est quasiment trop tard, à ce stade-là.

Et c'est ainsi que naît la vocation de Sandrine. "Je me suis dit que c'était trop tard, c'est à l'école que l'on a raté ces enfants, ils avaient besoin d'aide pour des raisons x, y, sociales ou parentales, ou autres. En fait, l'école n'a pas réussi à les aider. Je me suis dit, donc si je veux changer le monde, je dois passer le concours pour devenir institutrice". Elle ajoute, "pour m'occuper des petits, c'est là qu'on construit la confiance d'un enfant, c'est là qu'on lui donne de bonnes bases pour bien partir dans la vie".

Ça fait 25 ans que Sandrine enseigne comme institutrice dans le système éducatif français. Elle a beaucoup travaillé à l'étranger, en Afrique du Sud, ici à Maputo, avec les problématiques que soulèvent ces écoles basées dans des pays non francophones avec des enfants pour qui le français est donc une langue étrangère.

A chaque rentrée, elle prend beaucoup de plaisir à aider ses élèves à surmonter les difficultés de la langue, toujours avec bienveillance et à transmettre l'estime de soi et le bien-être dans l'apprentissage. "C'est un très beau métier, c'est comme tous les métiers où on a du cœur, c'est comme infirmière, ce ne sont pas des métiers qui ont beaucoup de dorures, pas très valorisés, mais c'est un métier qui donne beaucoup de satisfaction si on est fait pour ça, si on aime ça", ajoute l'institutrice.

Qu'est-ce qui rend Sandrine si particulière ? D'un point de vue européen, la petite Sandrine a vécu une enfance peu commune. Elle a différentes origines dont elle est extrêmement fière : "mon papa est belge et ma maman est belgo-rwandaise donc j'ai une grand-mère qui était rwandaise. Je suis donc de sang mêlé, ce dont je suis très fière. Je pense que c'est l'avenir de l'humanité car, selon moi, c'est la meilleure façon d'apprendre à s'apprécier les uns les autres et même d'arrêter de se considérer comme différents, c'est de se mélanger. Je suis donc née en Europe mais j'ai vécu pratiquement toute mon enfance en Afrique, au Rwanda". Sandrine a grandi dans le parc national de l'Akagera, avec son papa, sa maman et sa plus jeune sœur. Son papa travaillait pour la coopération belge comme conseiller technique à la santé et il était responsable de la lutte contre la maladie du sommeil dans le parc national.

"Moi, je suis arrivée là, j'avais trois ans et ma petite sœur avait moins d'un an et donc on est partis au parc de l'Akagera. Alors, les premières années, il ne fallait pas al-

ler à l'école donc c'était chouette et puis quand on a été en âge d'être scolarisées, mes parents ont décidé que plutôt que de nous mettre en pension ou de changer de mode de vie, ils se sont dit que "ce n'est pas grave, on va faire l'école à la maison". Donc je ne suis pas allée à l'école avant l'âge de 12 ans". Sa maman leur faisait l'école tous les jours et la petite Sandrine et sa sœur aimaient cela car habiter dans la brousse donne une certaine flexibilité et liberté. Si leur papa avait un projet au sein du parc, il emmenait sa famille avec lui pour visiter des chutes, des cascades ou une grotte et puis l'école était reportée au samedi. Sandrine se souvient, "donc ça nous a appris je pense une certaine liberté, cette liberté que mes parents se sont donnés de ne pas nous mettre à l'école dans la filière normale. On en a profité, on a vécu en grande liberté parce que c'était vraiment dans le bush. On vivait au rythme du jour et on se couchait le soir quand la nuit tombait, on se levait le matin quand le jour se levait et on était curieux de tout, on apprenait de tout ce qui nous entourait".

Quand Sandrine atteint l'âge de 12 ans, ses parents souhaitent la mettre avec sa petite sœur à l'école. Ils avaient peur que leur mode de vie les empêche d'avoir le niveau requis et surtout qu'elles rencontrent des difficultés à s'insérer dans la société par la suite. Sandrine était ravie d'aller à l'école, curieuse de découvrir la société et d'autres enfants. Le passage de la brousse à la ville a été intense et pas toujours simple. Elle raconte : "Je pense que ma sœur comme moi, nous n'étions pas tout à fait prêtes à l'agression qui peut venir des autres enfants parce que nous n'avions grandi qu'entourées par nos parents et que nos parents étaient adorables et nous aimaient et ne nous agressaient jamais ou pratiquement pas. Le monde des enfants est un peu plus cruel, les enfants peuvent se moquer, ils peuvent voler, ils peuvent taper et nous, nous n'étions pas du tout habituées à ça, nous ne savions pas trop bien répondre. Donc je pense que dans un premier temps et même jusqu'à aujourd'hui, nous sommes restées un petit peu vulnérables face à ce qu'une société peut avoir d'agressivité surtout quand les gens habitent en ville". Les deux petites Belges passent d'un cocon familial aimant et rassurant à une ambiance de classe où les enfants peuvent être cruels et méchants face à deux gamines qui ne sont pas habituées à vivre cette vie de citadine, stressante et plus agressive et qui, surtout, ont vécu une toute autre vie. "Nous n'avions pas ça, nous n'avions pas non plus, ni la télévision, ni aucun media, donc nous étions un peu décalées, les autres parlaient des feuilletons qu'ils avaient vu à la télévision, des choses pour enfants, les visiteurs du mercredi, c'était tous des références culturelles que nous n'avions pas

mais nous en avions d'autres, nous pouvions raconter que notre chien avait été mangé par un léopard et des choses toutes aussi spéciales".

Sandrine a beaucoup appris au cours de sa carrière, notamment qu'on ne devrait pas parler de ce qu'on ne connaît pas. Elle a commencé à enseigner sans avoir elle-même des enfants et a appris à travers les livres pendant 5 ans et, quand finalement elle a eu ses enfants, sa vision du métier a évolué. "Je me suis rendue compte que, dans la vie, si tu veux parler de quelque chose, alors essaie, si tu veux dire ça c'est comme ça, fais-le d'abord, tu te rendras compte que l'on a des représentations. Voilà, il faut se méfier des représentations que l'on a et toujours en avoir qui peuvent évoluer. Il y a un très beau proverbe arabe qui dit : "Il faudrait se laver les yeux avant chaque regard". Oui, on a une expérience qui nous fait apprendre des choses mais il faut se méfier que les choses que nous avons apprises, à la fin, déforment notre vision".

Elle a aussi rencontré des difficultés notamment dans le cadre d'une inspection où elle est entrée en conflit avec un inspecteur qui n'avait pas la même vision de l'enseignement. Ça s'est passé alors en maternelle, où la jeune institutrice était convaincue que ce qu'elle enseignait avait du sens. Malgré les sanctions et les avertissements, Sandrine a suivi ses convictions et a par la suite changé de niveau. Le même inspecteur revenait chaque année et la menaçait de la renvoyer en France avec les conséquences fâcheuses que cela aurait pu avoir sur sa famille. "Je suis passée en primaire car, dans le primaire, il y a beaucoup plus de trace écrite et là je pouvais montrer que je faisais un travail sérieux alors qu'en maternelle, moi, je parlais du principe qu'il faut beaucoup travailler à l'oral et donc il ne voyait pas assez de traces écrites de ce que je faisais. Donc j'étais en désaccord avec une structure dans laquelle je travaillais". Des difficultés, un enseignant en rencontre toujours mais il peut compter sur son équipe et ses collègues pour l'aider à trouver des solutions. Sandrine apprécie particulièrement ce travail en équipe. "On n'est pas seul quand on travaille dans une école, dans une bonne école".

La maîtresse de CP ne ressent pas vraiment de regrets tout au long de son parcours car elle pense que ce que l'on regrette, on peut le changer et qu'en plus, on a toujours une opportunité pour le faire. Elle parle alors de sa nouvelle formation, "je viens de m'inscrire à une formation en ligne pour faire du français langue étrangère. Je pense que finalement ce que j'ai acquis en travaillant avec des enfants non francophones pour-

rait être utilisé de manière plus performante alors que si je travaille à enseigner le français à des migrants qui arrivent en France ou à des gens qui ne parlent pas le français, j'ai des possibilités de changement. Non, je n'ai rien que je regrette et je dois l'admettre que ce n'est pas dans ma personnalité de regretter. Je trouve que si je fais quelque chose c'est qu'à ce moment-là, j'avais envie de le faire".

Finalement, Sandrine a une ambition folle en ce qui concerne son métier d'enseignante. "J'ai l'impression qu'en fait, un enfant qui rencontre au bon moment le bon enseignant, ça peut se passer en maternelle, au primaire, les enfants sont comme des petites choses qui grandissent et qui mûrissent et, à certains moments, ils ont des instants de réceptivité plus forts que d'autres et, s'ils rencontrent la bonne personne, ça peut les booster beaucoup". Évidemment, ce n'est pas un moment réservé à l'enseignant, il peut s'agir d'un professeur de sport, un professeur d'art, un professeur de musique, une tante, une grand-mère. Les exemples ne font pas défaut. "Les enfants doivent être exposés à d'autres personnes que leurs parents, car nous vivons de nos jours dans de petites familles, un papa et une maman, des frères, des sœurs. Le papa et la maman sont parfois très occupés, ils vivent parfois des choses très difficiles et je pense que quand deux personnes se rencontrent au bon moment, ça peut donner quelque chose de très beau et très fort. On a toujours l'image d'un homme et d'une femme qui se rencontrent et ça donne un couple. Mais il peut se passer entre un enseignant et un élève quelque chose de très fort qui va ouvrir des portes pour l'enfant, qui va changer sa vision de lui-même dans la vie".

L'institutrice a par ailleurs un beau message à transmettre aux enfants du primaire, "ils sont uniques, ils sont parfaits parce que c'est comme cela qu'ils sont et qu'il y aura toujours une place pour eux et ils doivent s'aimer. Ils rencontreront des gens qui leur diront qu'ils sont mauvais, qu'ils sont nuls, qu'ils ne sont pas comme il faut. Ils doivent avoir confiance en eux, être bien". Ça ne signifie pas qu'ils ne doivent pas s'améliorer, ou ne pas faire d'efforts, ne pas évoluer. On peut s'adapter. "C'est construire une confiance qui rend les enfants pas trop vulnérables, parce que je pense que le monde dans lequel on vit est plein d'agression. Plus on aime quelque part, parce que c'est d'amour qu'il s'agit dans l'apprentissage, plus on est de personnes à aimer les enfants, plus on les construit forts et plus quand ils seront grands, ils n'auront pas été trop abîmés, et ils seront capables de retransmettre cet amour. En fait, ma motivation, c'est de rendre le monde meilleur", ajoute-t-elle.

Sandrine transmet aussi aux enfants l'amour et la bienveillance qu'elle a reçus de ses parents. D'une certaine manière, ils l'inspirent. Elle a grandi avec deux êtres qui respectaient beaucoup les autres et qui étaient capables d'être extrêmement généreux. Depuis 10 ans maintenant, la maîtresse pratique le yoga et la méditation. "Je me suis approchée de l'idée que l'on vit dans un monde systémique, c'est-à-dire que tout est connecté et que si on cueille une fleur, on embête quelqu'un. Ce qui embête un, cela embête tout le monde et ce qui est bien pour un, bénéficiera à tout le monde". Adeptes de la philosophie orientale et des sociétés traditionnelles où nos actions doivent bénéficier à tous pour finalement nous bénéficier à nous aussi.

De là, l'important pour Sandrine est que nous nous connectons à l'amour. "On a tous de l'amour en nous. C'est un grand moteur, ça nous porte. Ça nous porte beaucoup plus que la compétitivité. Si on arrivait à relier tout ce que l'on fait y compris d'être compétitif, mais toutes les choses que l'on veut faire en se disant, pourquoi je le fais et à le connecter à l'humanité entière, connecter l'amour que l'on porte en nous à l'humanité entière, ça serait fabuleux". Elle pense que ça donnerait des résultats tout aussi bons sans subir les effets néfastes de notre esprit de compétitivité.

Pourquoi Sandrine Jordan aime-t-elle enseigner ? Tout simplement pour transmettre ce message d'amour si cher à la maîtresse mais aussi pour transmettre un modèle de comment être avec les autres. "J'aime autant enseigner un savoir-être que des savoir-faire. Oui, j'apprends aux enfants à lire mais surtout je leur apprend à être dans un groupe, à être avec les autres. Je pense que c'est ça l'école aussi". Et elle ajoute, "la bienveillance envers soi-même permettra la bienveillance envers les autres et vice-versa. Je pense que si l'on est bien dans sa peau à la place où l'on est, on peut tout réussir". A son tour, l'enseignement lui a appris que les enfants sont de vraies personnes et qu'il est primordial de les considérer comme tels. "On doit considérer un enfant avec le même respect, la même attention et la même écoute qu'on considère un adulte". Sandrine se souvient avec émotion d'un de ses élèves de CP qui était préoccupé et qui était allé voir sa maîtresse. Elle raconte : "Il a 6 ans et il me dit, "moi je suis malheureux parce que je voudrais des frères et des sœurs et mes parents ils ne veulent pas. Ils disent qu'avec leur travail, ça ne les arrange pas, qu'ils ne veulent pas un autre enfant et moi j'aimerais bien". Elle répond alors, "tu sais, tu devrais leur expliquer ce que tu me dis, tu dois leur dire". Le petit garçon explique aussi : "parce que tu vois, un jour, ils seront morts et moi, je serai tout seul, je n'aurai

pas de frères et sœurs". Sandrine lui explique qu'il doit raconter son désir et ses angoisses à ses parents. Cette histoire a une fin extrêmement émouvante et inattendue. Effectivement, Sandrine rencontre la maman de ce petit garçon quatre mois plus tard lors d'une réunion avec les parents, et cette maman annonce qu'elle est enceinte. Les parents ont écouté leur fils et se sont trouvés égoïstes et trop tournés vers leur carrière. Ils l'ont écouté et ont souhaité lui donner un petit frère ou une petite sœur. Sandrine ajoute : "C'est ce que je disais, un enfant a autant de pouvoir qu'un adulte. S'il est écouté, il sera entendu. Il faut qu'un enfant prenne l'habitude qu'il ne doit pas se taire en face d'un adulte, que les adultes ne sont pas plus importants que lui, que ses désirs et que ses envies sont importantes. Ça, on peut l'insuffler aux enfants et j'aime ce souvenir car j'ai aidé cet enfant à exprimer ce dont il avait très envie dans la vie".

Ensuite Sandrine conseille à nos lecteurs d'être curieux car "la curiosité est un très joli défaut. Être curieux, s'intéresser aux autres, vive la curiosité" et bien sûr lire des magazines !

Alors finalement comment est née la vocation de maîtresse Sandrine ?

"Je prends beaucoup de plaisir à enseigner depuis 25 ans. Je ne sais pas si c'est parce que je ne suis pas allée à l'école quand j'étais petite que j'ai vraiment cette vocation de m'occuper des autres ou si c'est, parce qu'au contraire ayant eu une maman maîtresse uniquement pour ma sœur et moi, j'ai eu l'occasion d'apprendre avec beaucoup de facilité et de sérénité, et c'est cela que je voudrais reproduire, même au sein d'une école", dit-elle. Ou peut-être encore parce qu'un léopard a mangé son chien et que c'est fort peu commun, voire exceptionnel, tout comme Sandrine Jordan l'est aussi.



La photo Humaniste de Denis Rion



Dans le cadre du mois de la femme au Mozambique, l'ambassade de France a invité le photographe Denis Rion à présenter son travail au CCFM (Centre Culturel Franco Mozambicain) et organiser une sortie photographique avec les élèves de 4ème du LFIGE (Lycée Français International Gustave Eiffel). Le thème cette année traite des conséquences du changement climatique dans la vie des femmes dans le monde et le photographe français a beaucoup exploré et magnifié le travail des femmes autour de l'eau et de la vie auprès des fleuves.

Nous sommes heureux de vous présenter Denis Rion qui s'est confié à notre équipe de reporters.



Magma : Qui est Denis Rion ?

Denis Rion : Je suis photographe, j'habite en France à Nantes, je voyage beaucoup pour les reportages que je fais. Je passe beaucoup de temps à Madagascar où je fais des photos des scènes de la vie qui m'intéressent. Je monte des projets souvent à l'Alliance Française et donc je parcours les lieux, je fais des présentations, des expositions...

Comment avez-vous commencé la photographie ?

Et à quel âge ?

La photo m'est venue de mon ancien métier, éclairagiste de spectacles, régisseur. En fait, en faisant ce métier-là, j'ai pu tomber amoureux de la photo de spectacle et, petit à petit, j'ai dérivé de la photo de spectacle vers la photo de scène de vies. Ça fait à peu près une quinzaine d'années.

Comment décririez-vous votre style photographique ?

Avez-vous une inspiration ?

On pourrait dire que ce style s'appelle la photo humaniste, cela veut dire qu'on s'attache à la vie des gens. J'ai fait un reportage sur les petits métiers de rue qu'il y a à Madagascar, que j'ai retrouvés aussi ici, au Mozambique, le coiffeur de rue, le vendeur de crédit pour le téléphone, et donc on peut dire que c'est le style humaniste. Pour l'inspiration c'est un photographe malgache qui s'appelle Pierre Oumaine, c'est quelqu'un qui m'a beaucoup inspiré dans la façon aussi de créer une relation avec des gens avant même de les prendre en photo.

En regardant votre page Instagram, on peut remarquer que la majorité de vos photos portent sur les femmes, y a-t-il une raison particulière à cela ?

Il y a une raison toute bête, c'est qu'à partir du moment où j'ai commencé à faire des photos de gens, de scènes de vie, ça a commencé au Suriname où je ne me suis retrouvé qu'avec des femmes, les activités qu'on avait n'étaient qu'avec des femmes. Je me suis intéressé à leurs occupations, à leurs métiers, à leurs pratiques ; et c'est venu naturellement, j'adore la compagnie des femmes.

Quelle est votre prise de vue préférée et pourquoi ?

Je crois que c'est un portrait que j'ai pris à Madagascar avec ce fameux Pierre Oumaine. On roulait en voiture, on faisait une petite pause et là il y a des enfants. On a joué avec eux, on a blagué et il y avait un jeune enfant de peut-être 10 ans, on était vraiment joyeux, on rigolait, et puis à un moment, il a eu un regard vers son village, au loin. Dans sa tête il se passait plein de choses et j'ai pris la photo à ce moment-là parce que sur son visage, il y a de la joie et aussi un peu de tristesse. Il y avait une espèce de contraste, vraiment beau. Cette photo me touche beaucoup.

Comment s'est créé le projet Femmes du fleuve ?

Justement, ça a commencé dans un village au Suriname, je ne me suis retrouvé qu'avec des femmes. J'ai proposé à la mairie de préparer une exposition et je me suis dit que je pourrais bien étendre ça à d'autres pays. Par exemple, moi, j'habite à côté de la Loire donc j'ai été chercher une femme qui pouvait être quelqu'un d'atypique et j'ai trouvé une femme capitaine d'un navire marchand. Je lui ai proposée de passer la journée avec elle, pour pouvoir suivre son travail et elle a accepté. Après à Madagascar, l'Alliance Française m'a proposé de faire un reportage le long d'un canal, qui s'appelle le canal des Pangalanes et là où on jetait l'ancre, on suivait les métiers des femmes, donc c'est venu de là.

Qu'est-ce qui au départ vous a intéressé à propos des femmes ?

Je trouve déjà qu'il y a un manque de visibilité. On parle surtout du travail des hommes, pas assez des femmes."

Est-ce que votre projet avec les 4èmes a enrichi votre portfolio ?

Oui, ils m'ont vraiment impressionné. J'ai été étonné de leur rapidité à capter, à analyser, à travailler les photos. Et puis c'est marrant parce que, par exemple, il y en a deux qui ont fait un travail magnifique, ils traitaient les photos tout de suite sur leurs téléphones, ils passaient en noir et blanc. Quelqu'un m'a dit qu'ils ne sont pas les meilleurs élèves mais avec ce projet ils se sont valorisés. Moi j'étais nul à l'école (je n'ai pas dit qu'il ne faut pas travailler, attention !). Ils m'ont épaté, en dix minutes ils avaient fini la sélection.

Quels conseils donneriez-vous à un jeune photographe ?

Il faut de la passion. Prendre des photos de personnes, c'est vraiment complexe, il faut créer une relation avec l'autre. Il faut aussi savoir perdre son temps, se laisser distraire.

Quels sont vos futurs projets ?

Au mois de juin, j'organise comme tous les ans, une résidence d'artistes à Madagascar. Donc on fait venir des photographes, des plasticiens, des dessinateurs, tout ce qui est lié à l'image, on mélange nos pratiques. En général, on se met par groupes, un photographe et un plasticien, ...et on se met dans un quartier pendant 15 jours, être là, faire connaissance avec les gens, prendre des photos, dessiner, etc. Et la restitution du travail se fait dans le quartier, c'est à dire qu'on imprime des photos sur des morceaux de tôle en fer et on les laisse dans les rues et comme ça, les habitants quand ils retrouvent leurs photos ils se reconnaissent."

Natalia Lucas , Tata Lova Konate, Meggie Matuassa, Zaira Palácio et Ayana-Louise de Sá Lisboa
Photos: Denis Rion

A la fin de 2019, nous nous sommes retrouvés dans une situation inimaginable. Nous avons vécu une épidémie mondiale. Du jour au lendemain on était en confinement. Au tout début, nous ne pensions pas que cela serait si grave, on se disait même "Super ! 2 semaines de vacances !", mais les semaines sont devenues des mois, les mois devenus des ans.

On voyait nos proches attraper cette maladie, on les voyait mourir, les restrictions qui se renforçaient et la peur qui montait. Maintenant en 2022, le COVID-19 existe encore mais il est presque intégré dans notre normalité. Pourtant ces deux dernières années étaient l'enfer sur terre et elles ont eu un impact sur notre santé mentale.

Nous avons donc posé quelques questions au psychologue mozambicain **Romulo Muthemba**, sur les effets du COVID-19 sur la santé mentale. Voici ce qu'il avait à dire...

COVID-19 et santé mentale : un effet désastreux ?

par Knysna Leite

Quelle tranche d'âge a été la plus affectée mentalement par le Covid-19 ?

Au moment du Covid-19, la population en général était touchée. Initialement, à cause de la peur, les gens ne se rendaient pas compte de ce qui allait se passer. Puis, dans les étapes plus compliquées, les gens ont commencé à craindre l'effet de contagion : nous rencontrions déjà des proches qui mouraient du Covid-19. Mais les plus touchés étaient les groupes vulnérables.

D'abord les enfants, non pas parce qu'ils étaient très vulnérables du point de vue de l'infection, mais parce qu'ils sont de nature sociale et ce qui touche le plus les enfants, c'est le confinement. Le confinement et le fait qu'ils n'ont pas beaucoup de diversité dans les tâches.

Le deuxième groupe était les personnes âgées, car tout un ensemble de liens pour eux ont été coupés. Avant la pandémie, ils avaient des distractions et des liens positifs. Et les distractions pouvaient être aller à l'église, rendre visite à quelqu'un ou recevoir un visiteur, etc.

Et enfin, le groupe des professionnels de la santé qui, au début, ont subi aussi une certaine surcharge de travail. Ces groupes se sont montrés plus vulnérables particulièrement au début de la pandémie.

Quels pays ont été les plus touchés par le Covid-19 ? Les plus ou les moins développés ?

R : Nous n'avons pas beaucoup de données à ce sujet, mais si nous regardons un indicateur du nombre de décès, ce sont les pays les plus développés.

Maintenant, nous avons un problème avec ces statistiques parce que des pays comme le nôtre, le Mozambique, ont aussi des lacunes dans le secteur, pas

seulement dans le secteur de la santé, mais surtout il y a certains cas que nous aurions pu classer comme décès du Covid-19. Ils n'étaient probablement pas comptabilisés en raison d'une défaillance de notre système d'enregistrement.

En termes de décès, les pays les plus développés avaient des taux de mortalité plus élevés.

Le Covid-19 a-t-il apporté plus d'ouverture à la psychologie ?

R : Le Covid-19 a créé une forte demande de services de santé mentale en raison de la dépression, des troubles anxieux, y compris le stress traumatique. Mais cela a également déclenché d'autres choses chez les personnes, des états enfouis. Il y avait aussi, dans les cas de troubles mentaux graves, des patients qui, par peur et à cause des restrictions, n'ont pas réussi à effectuer le contrôle dans les formations sanitaires. Nous avons eu de nombreuses décompensations psychotiques de patients schizophrènes, bipolaires, qui en plus de la psychothérapie devaient prendre des médicaments. Donc, ces personnes ne se rendaient pas dans les structures de santé, l'hôpital lui-même limitait la présence de ces personnes.

Nous avons ouvert la ligne Alovida pour Covid-19. Cette ligne était comme un SOS pour se référer ou se faire dépister, mais on a aussi remarqué beaucoup de cas de problèmes de santé mentale, surtout en première période lors de la première vague. Des gens ont montré des signes d'instabilité, ou de "burn-out" dans une situation où beaucoup ne travaillaient pas et nous ne comprenions pas comment les gens avaient des niveaux de stress élevés même en confinement.

Donc, oui, nous avons eu une forte augmentation des demandes d'aide dans les cas de santé mentale.



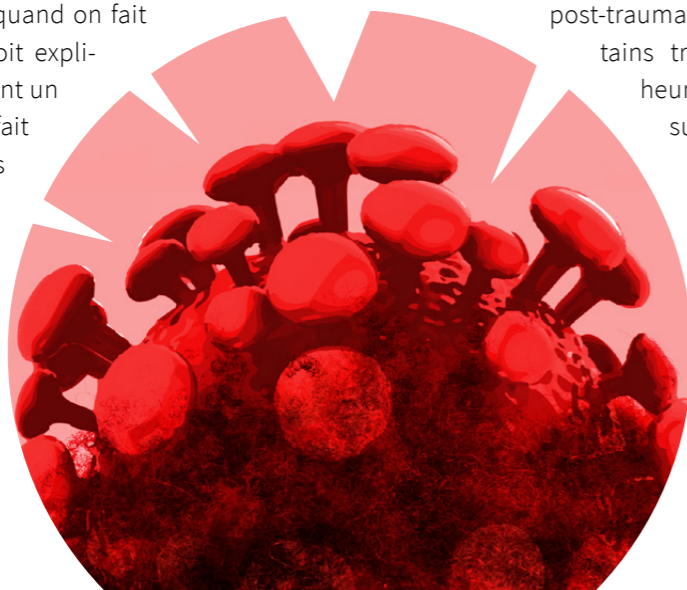
Le temps du confinement aurait-il pu être un temps de réflexion ?

R : En tant que professionnels de la santé mentale, nous disons généralement que même dans une décompensation ou en temps de crise, cela signifie aussi une opportunité. Et, dans une crise comme le Covid-19, on a introduit cette composante principalement dans la prise de conscience qui était : «D'accord, le confinement est une réalité, c'est une nécessité, mais comment pouvez-vous profiter du confinement ?» C'est clair que le confinement a apporté des éléments positifs, c'est-à-dire que les gens ont pu apprendre à se connaître, que les gens ont changé leur routine, et qu'ils ont pu retrouver d'autres habitudes (lecture, films éducatifs, etc...). C'était l'occasion d'une introspection pour les gens, d'avoir une autre expérience et de pouvoir grandir d'un point de vue mental, de développer certaines compétences, ce qui, le cas contraire, pourrait ne pas être possible.

Pour la société, c'était l'occasion pour les gens de se rendre compte que certaines habitudes d'hygiène sont indispensables. Les habitudes saines sont revenues pour être mises en œuvre dans nos vies.

Quel a été l'effet du COVID sur notre liberté ?

R : D'un premier point de vue, nous sommes des êtres très sociaux et nous sommes beaucoup nourris par la chaleur humaine, le rapport aux autres. Et ce besoin était sévèrement limité et cela a généré d'autres types de conséquences, par exemple beaucoup de gens avec non seulement de la peur, mais aussi des remords, parce que quelque chose est arrivé aux membres de la famille et les gens ont pensé qu'ils auraient probablement pu contribuer à quelque chose. Cette limitation était donc très grave d'un point de vue émotionnel et affectif. Mais les gens se sont rendu compte que c'était un moment nécessaire pour le plus grand bien de tous. C'est ce que nous appelons le principe de bienfaisance et de non-malfaisance, qu'à un moment donné, nous devons faire un plus grand bien pour que les choses reviennent plus tard. C'est comme quand on fait des interventions, on doit expliquer aux gens qu'ils jouent un rôle de malade, mais en fait ils ne sont pas malades pour toujours. (Si tu t'es foulé le pied et que tu aimes beaucoup marcher ou courir, tout de suite, tu vas assumer ce rôle pour



pouvoir vite reprendre la course). Alors, c'est plus ou moins ce qui s'est passé, la privation de liberté est momentanée et maintenant c'est grave parce que ça nous touche, mais si c'est pour le plus grand bien et pour qu'on retrouve cette liberté, alors on s'y soumet, mais c'est un dilemme car c'est un atout très important, d'autant plus que culturellement il y avait beaucoup de problèmes.

Peut-être pas tant que ça ici, mais il y avait des pays qui revendiquaient beaucoup cette liberté, parce que ce sont des pays pour qui, culturellement, la liberté est un bien très sacré. En revanche, en Afrique, les populations acceptent plus facilement les suggestions de leur gouvernement. Mais dans les pays qui avaient de sérieux problèmes et revendiquaient leur liberté, c'était très compliqué.

Est-il possible que nous soyons plus libres maintenant ?

R : Cela a à voir avec les ressources internes, chacun de nous a utilisé ses ressources internes. Nous n'avons pas la même capacité à gérer la frustration, par exemple. Certains ont pris le temps de l'introspection, ont profité de ce moment pour baisser leur garde et réduire la charge cognitive de la pensée, mais d'autres ont encore eu plus de problèmes parce qu'ils ne se conformaient pas ou que la frustration était si grande qu'ils ne pouvaient rien élaborer. Et il y en a d'autres qui se sont accrochés à la partie négative, par exemple la perte de membres de la famille. Beaucoup dépend de la façon dont nous fonctionnons individuellement en tant que personnes.

Comment prend-on le confinement ? Comme une connexion avec une nouvelle réalité ou comme une connexion avec les expériences négatives qui se sont produites.

Et certains ne peuvent pas effacer la partie négative apportée par le Covid-19 et peuvent même présenter des signes et des symptômes de stress post-traumatique. D'autres non, certains traversent une phase très heureuse parce qu'ils ont eu suffisamment de temps pour grandir mentalement, pour "s'introspecter", pour résoudre des dilemmes, pour découvrir des choses, comme nous l'avons déjà dit.

Comment pouvons-nous maintenir un état d'esprit sain pendant la saison de quarantaine ?

A : Eh bien, l'une des choses très importantes à part apprendre à nous connaître, et savoir quand nous pouvons être fragiles et nous pouvons travailler nos ressentis et nos sentiments, être bien et avec un certain enthousiasme même à ce moment-là, c'est le soutien. Soutien social, soutien familial, soutien affectif et ne pas trop craindre de demander de l'aide. Demander de l'aide, non seulement dans le sens de contenir ce soutien, mais dans le sens de se connecter avec des personnes qui nous font du bien et qui peuvent nous ouvrir des chemins pour découvrir d'autres choses même dans les moments de crise.

Il y a des gens qui disent qu'ils ont appris à faire des choses qu'ils n'auraient jamais imaginé qu'ils apprendraient un jour, mais quelqu'un leur a ouvert la voie. Et surtout, tout un ensemble d'aspects qui peuvent nourrir l'espoir. L'espoir est l'un des facteurs fondamentaux de la santé mentale et surtout lorsque les gens traversent une période difficile. L'espoir peut venir principalement des gens qui sont avec nous, qui nous font du bien.

Enfin, quel a été l'effet du Covid-19 sur la santé mentale des gens ?

R : On peut dire que c'était grave au moment de l'événement, c'est généralement normal dans des moments comme ceux-là et en temps de crise, mais après la crise, l'effet a apporté des leçons, voire une certaine résilience. Beaucoup de gens ont réalisé qu'ils pouvaient vivre comme ils ne l'avaient jamais imaginé, qu'ils pouvaient penser qu'ils étaient fragiles, mais ils ont réussi à surmonter cette période. Découvrir des choses à leur sujet qui sont très importantes et qui peuvent être fondamentales pour surmonter toute future crise, frustration, dépression, maladie chronique, etc... Les gens ont réalisé qu'ils avaient une certaine force à l'intérieur, certaines compétences qu'ils pouvaient utiliser.



Je ne dirais donc pas que les personnes sont plus fragiles. Aujourd'hui, on a des gens qui connaissent mieux tout un ensemble d'aspects liés à la contagion, on a des gens plus avisés sur les mesures de prévention, on a moins de rumeurs. À l'époque, quand le Covid-19 est apparu, il fallait gérer les rumeurs, aujourd'hui elles prennent moins, les gens sont beaucoup mieux informés. Ils ne sont donc plus vulnérables à cet effet de peur et de contagion. Aujourd'hui, les gens ont déjà cette résilience, ils ont plus de connaissances. Ainsi, d'un point de vue cognitif et même émotionnel, les gens se sont retrouvés avec des ressources qui provenaient d'un enseignement d'une époque douloureuse. C'est ce qui se passe dans les crises.

NOUS L'AVONS TOUS VÉCŪ...

par Sabreen Pyrali et Lashinda Bambissa

I/ De quoi parlons-nous ?

Durant une courte ou longue période de nos vies, nous faisons face à des moments difficiles. Quel que soit le problème à affronter, cela a la plupart du temps un impact sur notre santé mentale. Cet impact peut devenir le point de départ des troubles mentaux. On pourrait penser qu'ils sont très communs chez les jeunes mais ils touchent aussi toute personne quel que soit l'âge, la profession, le cadre familial ou encore l'origine.

Nous, deux lycéennes, trouvons important d'aborder un tel sujet qui concerne sûrement une majorité d'élèves. Nous avons tous expérimenté des moments d'angoisse qui peuvent prendre une tournure plus grave et plus inquiétante: troubles d'anxiété, troubles bipolaires, dépression, mutilations... qu'importe l'intensité.

II/ Que cherche-t-on à faire ? Quel est notre objectif ?

A travers cet article, nous voulons créer un lien entre vous et nous, aussi intime qu'il puisse être. Nous voulons inciter à la réflexion, chercher à comprendre, se poser les bonnes questions et à provoquer une aide de la part de vos proches. Nous souhaitons aussi que vous soyez capables de vous aider et de trouver la force en vous-mêmes, car personne ne vous connaît mieux que vous-mêmes. Ceci est donc notre but. C'est pour cela que nous faisons cette transition de narrateur externe à narrateur interne. Alors l'objectif devient subjectif.

Pour changer un peu, nous nous baserons en aucun cas sur des statistiques, au contraire rien que sur des avis et des opinions.

III/ Pourquoi ce thème ?

Quelques mois auparavant, des élèves de seconde ont décidé de prendre une initiative pour mobiliser ou même avertir l'école sur l'état mental de la majorité des élèves. Il nous est donc naturellement venu à l'esprit d'aborder ce sujet.

Mathilde (élève de seconde): "Um basically we realized that a lot of people were struggling with mental health and there were people who had already asked for psychologist to come to school but they hadn't and still haven't found anyone, which frustrated us because some of the cases were urgent. So we decided to organize a strike to show the director how urgent it was and we made an instagram account."

(Euh, en gros, nous avons réalisé que beaucoup de gens avaient des problèmes de santé mentale et il y avait des gens qui avaient déjà demandé à un psychologue de venir à l'école mais ils n'avaient pas et n'ont toujours pas trouvé quelqu'un, ce qui nous a frustrés parce que certains des cas étaient urgents. Alors on a décidé d'organiser une grève pour montrer au directeur à quel point c'était urgent et on s'est créé un compte instagram.)

IV/ Par quel moyen ?

De ce fait, nous avons, grâce à l'intermédiaire d'une psychologue, eu des réponses pertinentes à nos questions que nous souhaitons partager avec vous. Ainsi, vous saurez le point de vue d'une psychologue par rapport aux troubles mentaux et si on peut affirmer que l'école a des effets sur notre santé mentale.

V/ Une Interview avec une psychologue

Magma: En tant que psychologue, que pourriez-vous nous dire sur la santé mentale ?

Claire Nouvel : C'est une question immense ! :

Ce que je peux dire, c'est que la santé mentale de chacun évolue en fonction de ses environnements de vie... et l'école en est un conséquent pour les enfants et adolescents, qui constitue un lieu très important dans leur développement. En particulier, je trouve que dans des univers tels que celui de Maputo, les enfants sont généralement peu libres de leurs mouvements et il ne leur est pas toujours facile de trouver un lieu d'expression anonyme, il sont souvent conduits par leur parent (ou chauffeur) de la maison, à l'école, aux activités... en France, il existe des lieux d'écoute et d'information anonymes (Point Accueil et Écoute Jeunes, des lignes téléphoniques anonymes, plan familial, etc...) ou chaque jeune peut aller poser librement ses questions, peut s'y arrêter sur le chemin de l'école ou de la maison... Je ne crois pas que cet espace soit facile à trouver à Maputo. C'est un rôle souvent joué aussi par les infirmières scolaires.

Quel est le processus que vous appliquez lors d'un entretien avec un élève qui par exemple pense être en dépression ?

Si un enfant arrive avec cette question, l'étape la plus habituelle est de lui proposer de remplir un ou des questionnaire (s) qui permet d'objectiver son ressenti. En répondant spontanément à des questions relatives à son humeur, ses pensées, ses comportements, etc. Il pourra se "mesurer" sur une norme statistique établie sur une grande population de personnes du même âge, et de comprendre si ses questionnements semblent "normaux" pour son âge (car c'est aussi le travail de l'adolescent de se questionner !), ou bien en décalage plus ou moins fort avec ses contemporains.

Mais tout ne relève pas du questionnaire : la compréhension de la situation de l'enfant, sa façon de se raconter, l'écoute de certains symptômes font aussi partie de l'identification d'un épisode dépressif, et bien souvent la personne qui arrive ne se dit pas forcément en dépression (pour pleins de raisons et car l'idée peut faire peur), mais elle identifie des difficultés, des pensées parasites, certaines souffrances morales qui l'amènent à venir en parler et peuvent nous conduire vers un diagnostic de dépression. Il s'agit alors d'un diagnostic "du moment" et on va cheminer avec le jeune pour qu'il accepte d'en parler à ses parents, qui doivent être informés pour pouvoir l'aider et jouer leur rôle, et envisager des démarches en dehors de l'école. Il est important aussi de garder en tête que la période de l'adolescence

est une période de changements continus, avec parfois de vraies variations dans les humeurs, et qu'il ne faut pas hésiter à parler quand les besoins s'en font ressentir, car la situation peut se débloquer très vite, et un diagnostic évolue dans le temps, surtout en pleine croissance !

Avez-vous connu des élèves ou biens des gens du personnel tels que les professeurs qui souffrent de troubles mentaux ?

Oui, bien sûr... difficultés ou troubles : l'important ne me semble pas être l'étiquette posée (car la personne évolue !) mais une difficulté passagère n'étiquette personne pour la vie.

Pensez-vous que l'école est un facteur déclencheur de ses troubles et pourquoi ?

Déclencheur, ça peut l'être : par exemple un enfant peut se trouver mis à mal par une sociabilité difficile, le sentiment d'être rejeté ou mal valorisé par ses camarades et se trouver démuni ; de même, des difficultés scolaires peuvent impacter l'estime de soi... mais il y a aussi les exemples positifs : les enfants ayant des problèmes à la maison peuvent trouver à l'école un refuge extraordinaire et trouver beaucoup d'aide auprès de leurs professeurs ! J'entends parfois des professionnels de l'éducation dire que lorsqu'à la maison ça ne va pas bien, il faut que ça aille à l'école, et vice-versa !

Pour les personnes qui craignent de consulter un psychologue, quels conseils leur donneriez-vous ?

C'est toujours une étape un peu déstabilisante en premier lieu, on a peur de ce qui va en sortir :) ...mais c'est aussi l'opportunité de se comprendre mieux, on n'a pas besoin d'avoir de gros problèmes pour avoir envie de s'intéresser à soi. Le rôle du psy n'est ni celui du juge ni celui du devin, c'est juste un interlocuteur, qui essaye de faire le miroir et de se mettre à la disposition de son visiteur

La santé mentale reflète la personne, son attitude, son état. Elle est la base d'un être humain. La santé mentale saine, induit au bien être de quelqu'un. Ce sujet de conversation est abordé par plusieurs or, réellement considéré par certains. Dans un sens ou dans un autre le monde d'aujourd'hui entame l'ouverture des esprits envers les troubles mentaux. Ce qui revient à l'importance de notre entourage et des spécialistes tels que les psychologues qui se chargent d'améliorer ou bien de suivre les individus dans leur chemin qui les mènent au BONHEUR. On pourra se demander, si relativement en Europe, cette question de la santé mentale est rejetée par la société africaine ?

La santé mentale en Afrique

par Tata Lova Konate

"Ces hommes qui du jour au lendemain se retrouvent sans travail ou à la rue parce qu'ils n'ont plus d'argent pour payer leur loyer ? En ce qui concerne les enfants... Eh bien, ils font avec, tout simplement. A force de voir les voisins ou certaines personnes de la famille vivre ce genre de scènes, c'est normal qu'ils s'habituent. Les coups de théâtres, tout ça fait partie du quotidien.

Alors que le père du voisin vit avec ses trois femmes et ses nombreux enfants, ou que leur(s) ami(e)(s) viennent leur présenter leurs nouveaux frères et sœurs du même père et pas de la même mère, ils n'en sont aucunement choqués. Et tout aussi banal, ces enfants qui viennent habiter chez eux sans leurs parents, et qu'on leur présente comme des cousins et cousines, et toujours en leur disant de les considérer comme des frères et sœurs, parce que l'essentiel dans tout ça, c'est de former une vraie famille. En Afrique, les enfants sont les plus résistants à ce genre de situations et s'en sortent très bien, parce que leur chance c'est de vivre justement avec toute une grande famille. Grande famille à la maison, mais grande famille aussi avec les gens du quartier. Ce qui fait que les enfants ne sont pas au centre des disputes d'adultes." – Aya de Yopougon, Intégrale 1, Marguerite Abouet

La santé mentale est un sujet pratiquement tabou en Afrique, beaucoup de parents le prennent pour une sottise et quand l'enfant vient en parler à ses parents, ceux-ci les traitent parfois de fou, ce qui n'aide pas du tout, et peut voir même aggraver l'état mental de l'enfant.

En Afrique, et surtout en Afrique de l'ouest, ce qu'on dit habituellement aux psychologues, on le dit aux amis autour du thé. Ce qui justifie légèrement la manque de psychologues en Afrique. Toutefois la santé mentale est un sujet extrêmement important à ne pas négliger. L'organisation Witness Change a décidé de raconter les histoires de ces personnes stigmatisées voire maltraitées. On peut lire sur leur site internet : "Une personne

sur quatre connaîtra un problème de santé mentale au cours de sa vie. Lorsque nous rencontrons des troubles mentaux, psychosociaux et intellectuels, nous sommes souvent confrontés à la stigmatisation et à la marginalisation empêchant l'accès aux soins et au soutien. Dans de nombreux pays du monde, cela conduit à la négligence, à l'incarcération et à l'immobilisation".

Selon eux, 50 millions de personnes souffriraient de maladies mentales dans le monde et 85 % de ces personnes vivent dans un pays au P.I.B. bas ou moyen, comme c'est le cas dans certains pays du continent africain.

"Witness Change cherche à élever les histoires de santé mentale et à humaniser ce problème négligé, afin de briser la stigmatisation. (...) Notre objectif est de créer un monde où la santé mentale est reconnue comme une priorité de santé mondiale et une société où les personnes vivant avec des problèmes de santé mentale sont vues, entendues et valorisées".

Mais il ne faut point désespérer car il y a toujours au moins une personne qui prendra une initiative pour changer les choses, au Bénin par exemple, de nombreux centres de prévention contre le suicide fleurissent. Ce qui correspond à un grand changement de mentalité parce qu'au nord du Bénin, quand on enterrait le corps d'un suicidé, on l'enterrait avec des épines pour le punir.

Toutes ces initiatives nous permettent de modifier notre regard sur les pathologies mentales et, peut-être qu'un jour nous vivrons dans un monde où l'on n'enchaîne pas, où l'on n'isole pas, où l'on n'emprisonne pas une personne souffrant de troubles mentaux. Au contraire, on lui laissera toute sa place, et toute la liberté d'être traitée, aimée et accompagnée avec toute la bienveillance possible quel que soit l'endroit où elle vit, en Afrique ou ailleurs.

Les réseaux sociaux sont-ils une drogue ?

par Sabreen Pyarali et Lashinda Bambissa

Aujourd'hui la société est bouleversée. Les réseaux sociaux ont une emprise dans la vie des adolescents. Ils font partie de la cause de l'affaiblissement des liens sociaux. L'hyperconnectivité aux réseaux entraîne un trouble mental chez nos jeunes. Nous pouvons donc en déduire, que les réseaux sociaux sont une conception fatale qui mènent les adolescents, loin dans un gouffre noir...

UNE VIE BASÉE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Inconsciemment, ces plateformes font perdre la perception du réel chez les internautes. Un décalage entre la vraie vie et la virtualité se crée. De même, on observe une génération qui induit une réduction de la sociabilité, les jeunes gens s'isolent et oublient même ce qui les entourent: la vie réelle, sans internet, sans téléphone, sans vibrations ni notifications impulsives venant d'une photo postée. Que ces gens-là apprécient davantage le son de la nature, ou fassent de nouvelles rencontres sans passer par ces circuits d'abonnements et d'acceptations ! Nous devons valoriser les plaisirs de la vie en toute simplicité. Quel gaspillage nous faisons de nos instants sur terre!

N'est-il pas plus facile de s'exprimer derrière un écran? On s'inflige des habitudes qui nous détruisent. La sociabilité via le contact humain est fondamentale, c'est pour cela qu'il est de notre devoir de la préserver puisqu'elle nous aide à vivre en osmose avec d'autres individus et aussi à nous définir en tant qu'être humain.

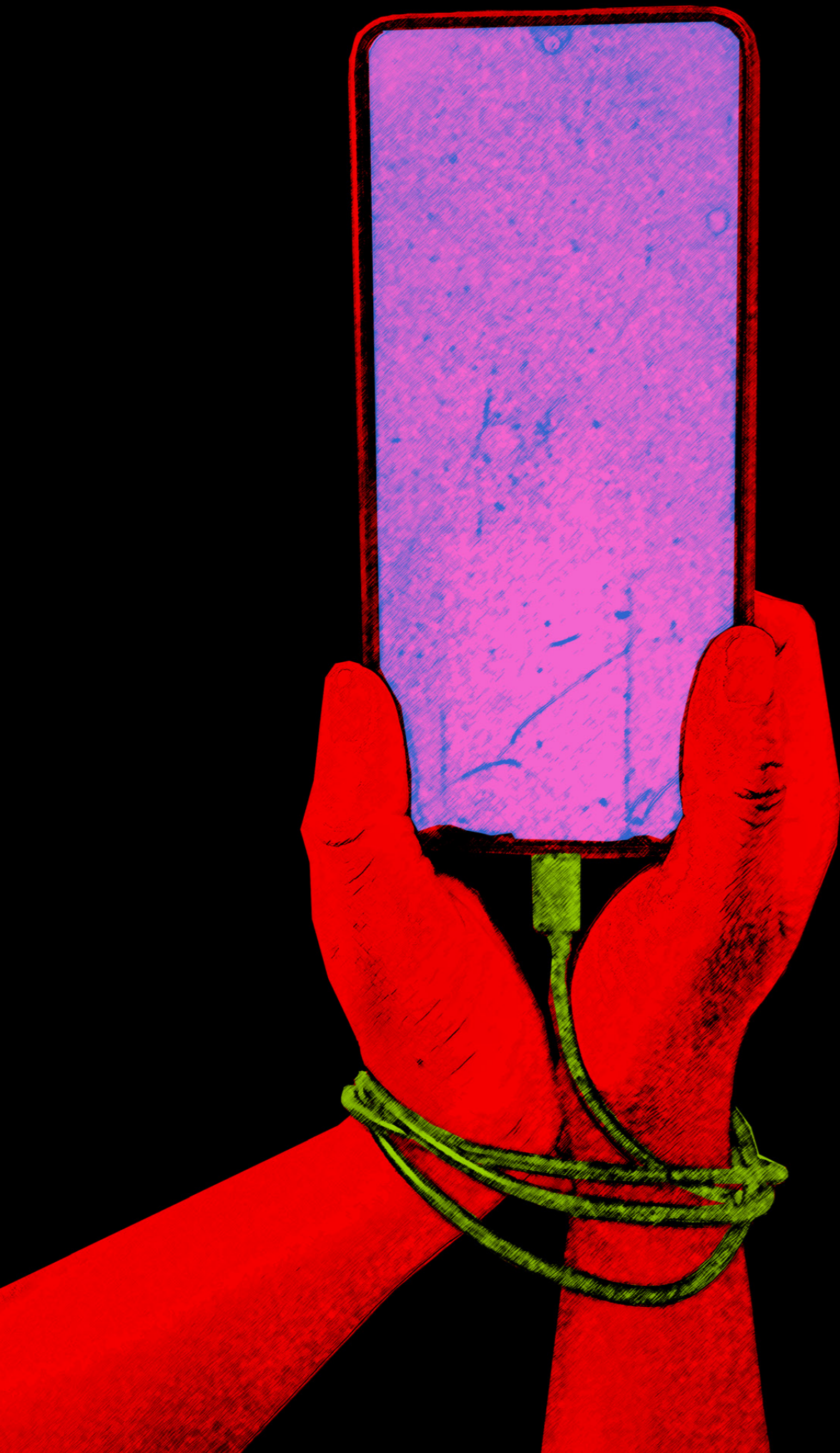
LE CONTACT HUMAIN DISPARAÎT.

Pourquoi se cacher derrière un écran quand au contraire, le contact avec un individu existant est important pour trouver la meilleure connexion? Les réseaux sociaux contredisent le dicton "L'homme est par nature un être social" ; un individu

intrinsèquement antisocial est soit sous notre attention, soit plus qu'humain. La société est quelque chose qui précède l'individu." déclare Aristote, sous-entendant que la destinée de l'homme est sa société. Comme dans la narration on retrouve la synecdoque. On ne pourrait donc guère parler de société sans mentionner son composant principal: l'Homme, qui est le centre de toute préoccupation, et donc évolue au contact des ses frères et ses sœurs. Selon des recherches, sur 7.91 milliards d'individus dans le monde en 2022, 4.6 milliards soit 58.40% d'internautes sont actifs sur les réseaux sociaux. C'est pourquoi plusieurs de ces internautes saisissent l'opportunité et font ce qu'on appelle le *Catfishing* dans le langage des internautes. Se faire passer pour quelqu'un qu'on n'est pas devient synonyme de la honte de montrer sa véritable identité. De ce fait, Nev Schulman, un producteur, présentateur et acteur américain s'est inspiré de ce phénomène pour consacrer son temps à réaliser un documentaire sorti en 2010 nommé *Catfish*. Un documentaire où, accompagné de son équipe, il réussit à démasquer les *Catfishes*, pour le bien d'autrui.

Leo Buscaglia, un conférencier motivateur américain, dit une fois "Nous sous-estimons souvent le pouvoir d'un contact, d'un sourire, d'un mot gentil, d'une oreille attentive, d'un compliment sincère, ou d'une moindre attention; ils ont tous le pouvoir de changer une vie."

Ce qui nous amène à nous demander dans quel monde nous vivons si nous nous mentons mutuellement ? Finalement, ne sommes-nous pas faits pour apprendre à nous connaître réellement ? Or, qui sommes-nous pour juger? Des divinités, des déesses, des dieux, des membres d'un pouvoir supérieur, non, simplement des membres d'une société défaillante qui sans critique n'évoluera pas.



NE NÉGLIGEONS PAS LES AUTRES EFFETS NÉGATIFS!

Tous autant que nous sommes, nous abusons de l'utilisation des réseaux sociaux: cela s'appelle l'hyperconnectivité. Un vrai phénomène, oui, qui engendre pour la majorité une addiction. Plutôt qu'avoir une consommation modérée, l'Homme peut être amené à un excès d'utilisation. Un autre terme a plusieurs lettres: le cyberharcèlement très fréquent mais occasionnellement abordé. En quelques mots le cyberharcèlement vu par la psychologie sociale revient à l'anonymat. Ce sont des cyberintimidateurs qui utilisent l'anonymat comme une façon de se justifier pour leurs actions. D'après eux, il est plus acceptable de se moquer de ceux qu'on ne connaît pas en envoyant des messages haineux. Ils négligent éventuellement les conséquences qui peuvent survenir tel que des dommages émotionnels, psychologiques et physiques.

Pour mieux comprendre, on prend l'exemple d'une émission, **Ça commence aujourd'hui** où un père aborde le suicide de sa fille de 14 ans. Mettant en avant le péril des réseaux sociaux il raconte la cause du suicide. Cette adolescente, avec des histoires des personnes de son école, a eu recours à un changement d'établissement. Ce qui a entraîné un sentiment de tristesse et d'isolement. Elle trouve refuge sur les réseaux sociaux, où elle discute avec plusieurs personnes. Par conséquent, son décès à engendré une enquête judiciaire qui laisse comprendre la gravité de la situation.

Ainsi, elle laisse derrière elle un mot et une vidéo d'explication et d'adieu, dont le but ultime est aussi de détecter les cyberintimidateurs.

On parle alors de dissonance cognitive, entre ce qui est acceptable en personne et ce qui est acceptable en ligne ou dans l'anonymat. De nombreuses campagnes et de lois s'opposent au harcèlement mais à la fois dépeignent et acceptent le harcèlement comme un rite inévitable de passage et de développement.

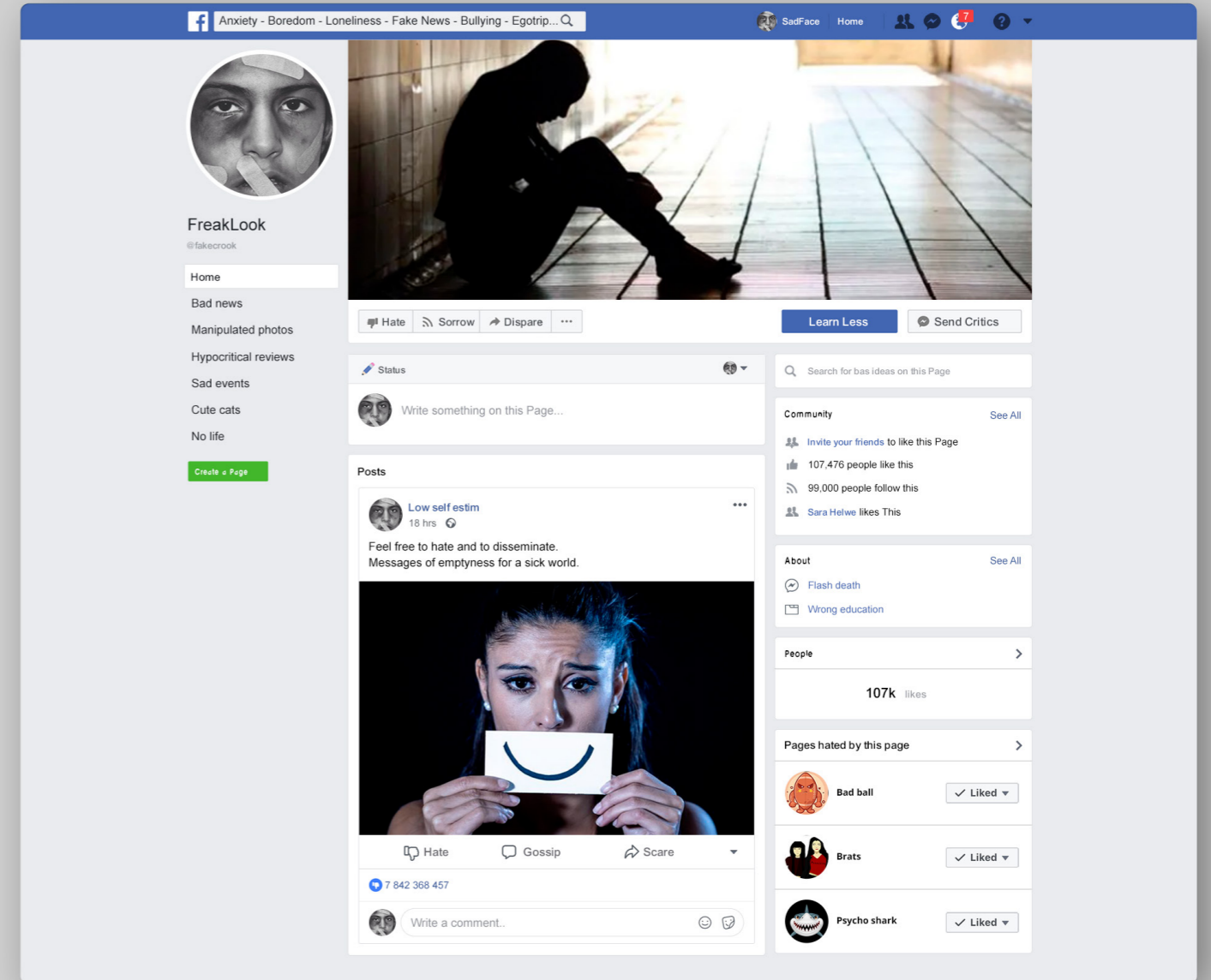


Ces intimidateurs argumentent leurs actes en se basant sur le fait qu'ils ne font que dire la vérité, même si cela implique le mal être de quelqu'un, tout en évitant de se faire prendre.

On pourrait dans ce cas, citer d'autres aspects négatifs des réseaux sociaux comme les fakes news, les données personnelles qui sont diffusées, les dangers pour les enfants, ainsi que leur accès facile dans des pages explicites. N'oublions pas que ceux-ci restent un espace artificiel, les **beauty standards** qui y sont créés vont ensuite influencer la société sur la perception de la beauté féminine et masculine provoquant en conséquence des insécurités. On le comprend par le reflet d'un manque d'empathie, conséquence de l'éloignement et de l'isolement.

Enfin, comprenons donc que tout ce dont nous avons parlé est négatif. On ne parle donc pas d'hyperbole mais seulement de faits réels. Tout aspect présente des effets positifs ainsi que péjoratifs, y compris les réseaux sociaux. Tel que les **Fleurs du Mal**, ils peuvent résumer tout le bien comme tout le mal dans la vie d'une âme. En fin de compte la conception d'une chose est toujours accueillie avec des perceptions différentes par le grand public. Or, la distinction entre le bien et le mal ne fait que construire des camps ou bien des groupes opposés.

Prenez donc un temps de réflexion, et pensez à ce qu'apportent réellement les réseaux sociaux dans vos vies...



Les Emojis

Les émojis sont de plus en plus critiqués à cause de leur manque de diversité et d'inclusion. On peut par exemple trouver peu de textures de cheveux différentes, une gamme de tons de peau réduite. En effet, la couleur internationale de l'emoji est le jaune. Certaines personnes vont même pousser la critique jusqu'à dénoncer un certain racisme et parfois, on est confronté à des expressions qui ont une nuance politique etc...

Nous avons donc eu l'idée farfelue de créer une série d'émojis plus ouverts et ainsi de démontrer, par opposition, le 'degré' de racisme déjà existant :

Natália Lucas, Tata Lova Konate, Meggie Matuassa,
Zaira Palácio et Ayana-Louise de Sá Lisboa



Tu Rêves

Réveille-toi petite flamme,
Néglige ton infériorité,
N'accepte pas d'être accusée
Tout simplement pour être femme !

Tu rêves d'égalité,
Tu rêves de paix,
Tu rêves de sincérité,
Leurs impressions : "Mouais"

Es-tu coupable de ton silence ?
Dont tu as par défaut hérité,
De même que ta rare liberté,
Dont tu es privée depuis ta naissance !

Tu rêves que ton rêve n'en soit plus un,
Un jour ce rêve ne se cachera plus dans ce misérable coin !

Dusan Zejak



NOTRE VIE EN TANT QUE LYCÉENS

par Sabreen Pyarali et Lashinda Bambissa, photo : Anlo J.
Modèles: Zaira, Tata Lova, Natália, Ayana-Louise, Albion



Depuis que nous sommes petits, nous allons à l'école en pensant que, par la suite, grâce aux études et au prestige des diplômes, nous allons trouver un emploi rémunérateur. Ce qui semble vrai. Cependant, est-ce que cette perspective nous fait apprécier les études ?

Certains d'entre nous n'ont jamais aimé aller à l'école, la seule chose qui nous motive est la forte socialisation qui existe dans la vie scolaire. Une envie irrésistible de voir nos amis, ce qui est important car ça enrichit notre vie sociale et ce sont des personnes qui seront là pour le reste de ta vie comme un soutien moral.

Au fur et à mesure que nous grandissons, nous réalisons que l'école n'est en fait pas si terrible que ça. Lorsque nous arrivons à un certain âge et à un certain niveau de classe, nous commençons à voir le bon côté que peut avoir l'école. A force d'avoir usé nos semelles dans les mêmes couloirs et rasé les mêmes murs encore et encore, c'est l'heure de sécher les cours, d'aller aux fêtes, de zapper ses devoirs et...se faire punir pour ça... On enfreint les règles, mais finalement, c'est le plaisir que nous devrions avoir car la vie d'école s'échappe et ne revient pas.

Lorsque nous arrivons au lycée, les attentes des enseignants changent : ils exigent plus de maturité et plus de dévouement dans les études. Cependant, le lycée n'est pas seulement une question d'études et de projets futurs, c'est aussi le début d'une nouvelle phase de notre vie où nous voulons juste nous amuser, faire la fête, rencontrer de nouvelles personnes, expérimenter de nouvelles choses, en gros cette envie de découvrir la vie. Honnêtement, il vaut mieux en profiter.

Le lycée est tellement amusant parce que tu es avec des personnes proches que tu connais depuis des années. Il se crée une réelle intimité. Oui, être lycéen, c'est très fatigant à cause de la masse de travail mais tu peux toujours t'amuser quand tu es entouré des gens que tu aimes mais aussi, comme vous vivez la même expérience vous saviez que c'est difficile et donc vous pourriez être un soutien pour l'un et l'autre.

Ce sont les années les plus importantes parce que notre vie en dépend car c'est là où nous devrions décider ce que nous allons devenir en choisissant nos spécialités. Cependant, ce sont aussi les meilleures années car, nous rencontrons de nouvelles personnes, nous développons de nouveaux intérêts, des nouvelles idées par rapport à la vie...c'est le moment où nous nous sentons le plus rebelle, car nous avons toujours cette envie qui croit, et c'est toujours très exaltant !

D'après notre expérience, la Seconde est la meilleure année du lycée, c'est un peu comme une année de relâche. Cela ne veut pas dire qu'il ne faut pas faire d'effort, mais c'est un peu "chill" si vous voulez. Pas de pression, pas de stress. Comme vous venez de passer votre brevet et que vous allez rentrer dans le cycle terminal, on ne vous met pas trop de pression et les sujets abordés sont aussi simples.

L'entrée en première est une autre histoire, la pression monte. Nous voudrions quitter l'école, fuir pour ne plus subir toutes ces exigences.



C'est normal, c'est un passage obligé. Mais, il faut toujours se souvenir que c'est pour une bonne cause. Pendant cette période, beaucoup de personnes subissent des troubles mentaux, la dépression, des crises d'angoisse... On n'en parle pas trop mais c'est une réalité. De nombreux élèves en subissent. Malgré un lourd sentiment de honte et de culpabilité, il faut toujours en parler et toujours essayer d'être optimiste. Il ne faut pas hésiter à en parler à vos proches, aux amis (car peut-être sont-ils dans le même état que vous) mais aussi à un psychologue s'il y en a un. Parler de quelque chose peut réduire le poids que nous portons.

A la fin du lycée, les élèves subissent une pression de la part des parents sur le choix de nos futures études et notre futur métier. Ce qui peut être une cause principale de troubles mentaux car c'est une très grande pression. Il faut que les parents soutiennent leurs enfants au lieu de les obliger à suivre le même chemin qu'eux ou de leur imposer des études.

Pour illustrer ce qu'on vient de vous dire, voici quelques réflexions à propos de l'école, de la part des des élèves de première:

- **Bernard:** "C'est nul, on vient juste travailler, pas de vie sociale. Cependant, c'est bien grâce aux amis mais à cause de la pandémie ce n'est pas comme avant!"
- **Alexandre:** "It's kind of boring, it's not as exciting as people would say it would."
- **Dusan:** "I can barely wait to go home and learn!"

Être au lycée peut être fatiguant pour certaines personnes. Pour quelques-uns, cela peut être les meilleures années de leur vie mais ce serait le contraire pour d'autres. C'est certainement très stressant car ce sont les années les plus importantes de notre vie scolaire car c'est durant celles-ci que nous décidons notre avenir.

**BE POSITIVE
AND KNOW
IT'S FOR A
GOOD CAUSE**





Le mépris du bonheur dans les films

par Nádía Kassa

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi les films dramatiques sont pris plus au sérieux que les comédies? Pourquoi sont-ils annuellement salués par des prix? Eh bien, si vous deviez regarder les films à l'affiche des grandes remises de prix, vous constateriez que la plupart d'entre eux portent sur la tristesse et la colère, car ces émotions sont censées avoir plus de profondeur que la joie.

Cela m'a fait réfléchir. Qu'est-ce qui rend les émotions négatives plus attractives que les émotions positives? Si l'on compare les sentiments procurés par les films jugés majeurs et les feuilletons télé par exemple, il n'y a qu'une seule différence entre les deux. Même si les deux apportent du divertissement, les premiers provoquent souvent de la tristesse et les deuxièmes nous font rire jusqu'à en pleurer.



Il est important de différencier la joie du divertissement que l'on reçoit en regardant un film - quels que soient les thèmes abordés. Le visionnage peut apporter de la joie à part entière, indépendamment des sentiments procurés par l'histoire. Si l'on confond les deux, les films sont réduits à des œuvres de divertissement, et non des histoires qui incitent le public à réfléchir. On pourrait dire qu'une histoire sans problème n'en est pas une.

L'intrigue de la plupart des films peut être résumée à ceci: le personnage désire quelque chose, et pour que l'histoire ne soit pas ennuyeuse, notre personnage doit bien sûr faire face à un obstacle. Ce serait donc pour cela que le public se régale d'histoires de danger et de désespoir. Ainsi, la joie qu'obtient le personnage à la fin de son parcours, et donc du film, est plus passionnante grâce aux adversités auxquelles il a été confronté.

En effet, les histoires mettent souvent en action des personnages - héros ou anti-héros - auxquels le public peut s'identifier. même quand le protagoniste est un meurtrier, il y a toujours une triste histoire de fond pour susciter l'empathie chez le public. Ce sentiment crée un lien profond avec le personnage, ce qui nous pousse à regarder l'histoire jusqu'au bout. Si l'on voit le personnage se débattre, il est beaucoup plus facile de s'identifier à lui et d'être empathique envers lui. D'après Bergson, philosophe français du XX^{ème} siècle, le rire est incompatible avec la sympathie, donc l'auteur comique doit empêcher les spectateurs d'un sentiment de sympathie envers les personnages. Selon lui, le trait de caractère le plus risible est la vanité, ce que l'on retrouve plus rarement dans les films plus sérieux. Molière a tiré des vanités humaines les sujets de ses pièces de théâtre. Il parvient à nous faire rire de nos défauts. Et rire de nos défauts, c'est accepter l'idée que tout n'est pas parfait mais que l'on ne sombre pas pour autant dans le désespoir.

On se demande donc toujours à quoi ressemblerait une histoire qui parle de joie ou de bonheur profond.

Pour la grande communauté des fans de films d'animation, ce serait la mission du réalisateur Miyazaki. Il vient du Japon, soit le pays où le taux de suicide reste le plus élevé au monde. Pour tenter de limiter ce phénomène, Miyazaki enjolive la vie de tous les jours à travers ses films d'animation dont la cinématographie s'appuie fortement sur l'esthétique de la culture japonaise. Ses histoires sont souvent vues à travers les yeux des enfants, pour profiter de leur émerveillement face au monde. Il aborde les thèmes de la curiosité, de l'aventure, de l'amitié et du courage.

Il transforme des habitudes quotidiennes en plans qui ressemblent à des tableaux. Miyazaki montre donc que l'on peut trouver de la joie dans des moments banals, et son objectif est finalement d'aider son public à trouver le bonheur dans la vie de tous les jours. Son film le plus connu est *Le Voyage de Chihiro*, qui raconte l'histoire d'une petite fille qui se perd dans l'univers du folklore japonais.

Aussi important soit-il de reconnaître les problèmes auxquels nous sommes confrontés, tels que les problèmes de santé mentale, je pense que nous perdons le fil en privilégiant de montrer les sentiments les plus profonds que nous pouvons, comme la tristesse et la colère. Ainsi, nous finissons par peindre la joie et le bonheur comme insignifiants. Le grand public, en particulier notre génération, considère le bonheur comme insignifiant, introuvable. Ce que je veux dire par là, c'est que je pense qu'une œuvre d'art peut être profonde même si elle évoque des thèmes autres que la colère et la tristesse. Les œuvres qui évoquent le chagrin, la peur et la perte sont acclamées par la critique. Mais la joie constitue autant la condition humaine que la souffrance, et elle devrait donc être dépeinte avec légèreté, ou bien le jeune public se vautrera dans sa tristesse et ne pourra jamais en sortir.

Je souhaite que les histoires ne soient pas prises au sérieux en tant qu'art simplement parce qu'elles portent sur la peine - ce n'est pas parce qu'une histoire est déprimante que c'est une bonne histoire. Ce n'est pas parce qu'une histoire est triste qu'elle est profonde. Pourquoi ne prenons-nous pas plus au sérieux les comédies par exemple? Je pense que nous confondons la mélancolie avec la profondeur, mais il y a autant de passion dans la joie que dans la mélancolie. À quoi ressemblerait une histoire qui parle de joie ou de bonheur profond?

Je ne dis pas que toutes les créations heureuses sont élogieuses, mais les comédies romantiques ne sont pas nommées aux Oscars par exemple. Dire qu'une œuvre cinématographique doit faire pleurer son public pour être pertinente est insensé. La joie peut émouvoir aussi bien que la tristesse, sans être rattachée à celle-ci. Vous pourriez dire que les films dramatiques tristes sont plus populaires parce qu'ils résonnent davantage avec la vie des gens, mais même les personnes qui vivent dans la souffrance vivent des moments de joie dans leur vie. Si l'art est censé représenter tous les aspects de la condition humaine, les films tristes n'en sont pas le parfait exemple. Le véritable art serait de trouver un équilibre entre la souffrance et la joie et ainsi de créer une œuvre qui résonne véritablement avec le public.



Chemins vers le bonheur ?

par Dusan Zejak

Pourquoi écrire sur le bonheur quand il y a tant d'autres sujets fascinants? Ma réponse est la suivante ; je le fais parce que je suis convaincu que trouver le bonheur est le but ultime de la vie, mais le problème c'est que presque personne ne sait comment le trouver.

Voilà pourquoi !

Comment définir le bonheur ?

Un état de plénitude où nous nous sentons complet avec une positivité spirituelle qui dure. Cela signifierait donc que pour être heureux il faut trouver ce qui nous fait plaisir spirituellement ou moralement.

Il est important d'éclaircir l'idée suivante: le bonheur est différent de la joie. Nous mélangeons très souvent ces deux mots en pensant que ce sont des synonymes. En réalité, ils ne le sont pas. En effet, le bonheur est un état et a un sens positif qui dure, alors que la joie est un affect puissant et a un sens positif aussi mais qui ne dure pas ou très peu. Certains diront éventuellement que le bonheur est une accumulation de moments joyeux. Mais n'oublions pas qu'on peut tout à fait être malheureux et vivre des moments de joie (et c'est très souvent le cas d'ailleurs) car l'homme ne peut être durablement satisfait avec des plaisirs et des désirs physiques qui durent très peu.

Le bonheur existe-il? Est-il possible de le trouver?

Premièrement, pour généraliser, tout individu souhaite être heureux dans sa vie. Certains le font en cherchant des satisfactions matérielles (physiques) comme des voitures, des grandes maisons, des téléphones, des montres, de l'alcool, de la drogue etc., tandis que d'autres le font en cherchant des satisfactions morales (qui viennent de l'esprit) en aidant les autres, en apprenant des choses qui nous fascinent, en s'efforçant à être de meilleurs individus, etc. Et il en existe même certains qui essaient de faire les deux.

Dans tous les cas, les mots-clés sont «satisfaction», «plaisir» et «joie». D'une part, il y a ceux qui cherchent le bonheur à travers le matériel. Dans ce cas, ils ont intérêt à constamment renouveler les satisfactions du corps car les besoins matériels n'arrivent pas à le satisfaire durablement.

Le sophiste Calliclès était convaincu que le bonheur revient à remplir un tonneau percé. En d'autres termes, que la vie consiste à satisfaire sans cesse ses désirs pour trouver le bonheur.

Alors que d'autre part, il y a ceux qui cherchent le bonheur à travers la morale, donc l'esprit. Est-ce que quand il s'agit d'une satisfaction spirituelle, la pratique ne voudrait pas qu'il soit plus difficile de trouver le bonheur initialement (donc de trouver l'état ou la chose morale qui permet le bonheur)? Car dans notre société, il est observable que le bonheur semble se réduire à un état qui peut être atteint par la satisfaction des désirs matériels car nous vivons dans un monde où le but semble de faire du profit. Et on peut faire du profit lorsque quelqu'un achète une voiture mais pas quand quelqu'un cherche le bonheur dans sa propre réflexion. Un monde tel que le nôtre aurait donc tout intérêt à accumuler du bonheur dans la recherche d'argent qui serait la condition du bonheur. Cela veut dire qu'on ignore bien souvent le fait que le bonheur peut être atteint autrement. Et on se sent vite en échec lorsque les finances ne suivent pas.

Mais une fois que l'on découvre que le bonheur peut se trouver autrement, il peut difficilement se perdre (donc c'est un bonheur durable). Le philosophe Socrate quant à lui est convaincu que pour trouver le bonheur, il faut remplir un tonneau non percé. En d'autres termes, la vie consiste à remplir ce tonneau et, une fois rempli, nous serons heureux. Alors que Calliclès pense que le bonheur se trouve lorsque nous nous efforçons de remplir les tonneaux, et de ce fait, il les préfère percés.

Ce qui distingue ces deux types de bonheur est que l'un est une quête et que c'est la quête qui procure le bonheur. Et pour l'autre, c'est le résultat obtenu à l'issue de la quête qui correspond au bonheur.

A mon avis, Le bonheur peut uniquement être atteint par le spirituel. Pourquoi? Tout simplement parce que le bonheur est un état qui dure et nous avons vu qu'avec les biens matériels, nous obtenons des sensations de plaisirs non durables (cela veut dire alors que si l'on s'appauvrit par exemple, et qu'on ne

peut plus acheter ces plaisirs, on ne peut plus être heureux?) Certains diront par la suite que l'idée du tonneau percé m'inspire peu mais elle a l'avantage de donner au bonheur un sens actif, une quête.

En somme, je pense, de mon côté, que le bonheur serait une recherche active pour augmenter sa vie. En effet, l'idée d'une recherche active est attirante. Et Socrate ne dit pas qu'on ne devrait remplir qu'un seul tonneau non percé! Je peux tout à fait remplir plusieurs tonneaux car quand on est heureux et qu'on a trouvé les choses qui rendent le bonheur possible, il existe toujours d'autres choses qui peuvent nous rendre encore plus heureux. Et puis nous passons notre vie à nous transformer donc nos désirs aussi se modifient. Il est alors très intéressant de s'investir dans le spirituel pendant toute une vie car cela permet d'amplifier le sentiment de positivité spirituelle que nous avons déjà...

Cela peut paraître bizarre mais, pendant un court moment, je vous demande d'oublier tout ce que vous venez de lire et de vous demander à quoi correspond le bonheur pour vous? Est-ce que vous agissez dans ce sens ou bien attendez-vous que le bonheur arrive sans prévenir?

Une question m'a été posée par la suite: «Dans ce cas, où ranges-tu l'amour? Satisfaction spirituelle ou matérielle? Car on aime avec son être tout entier, corps et esprit. Bonheur durable ou pas?» Ma réponse est que cela dépend de l'amour. Si l'amour que l'on ressent pour quelqu'un persévère dans le temps, alors l'amour serait plutôt spirituel. Mais si c'est un amour qui se dissout très rapidement, alors dans ce cas, il serait physique.

Encore une fois certains diront: «Mais je pense qu'il faut aussi renouveler les satisfactions spirituelles, c'est la même chose qu'avec les biens matériels.»

Rien n'a été dit contre cela. En effet, il faut renforcer (et pas renouveler) les satisfactions spirituelles. D'ailleurs, j'ai bien dit que le spirituel est durable mais pas infini. La différence entre les deux types de satisfaction est que le bonheur provenant de l'esprit dure beaucoup plus longtemps que l'autre. D'où d'ailleurs l'intérêt de remplir plusieurs tonneaux. Socrate ne dit pas le contraire.

Pour finir, je conclus que pour trouver le bonheur il faut satisfaire des désirs moraux. En effet, si l'on souhaite être véritablement heureux, il s'agit de cultiver son esprit et d'investir principalement sur le plan non-matériel !

Bonus de l'auteur

Qu'est ce qui me rend concrètement heureux ?

Personnellement, c'est le fait d'avoir une vie paisible entourée de personnes qui m'aiment et de pouvoir m'investir dans la construction de mon caractère! Et quand il s'agit de la construction de mon caractère, je m'appuie notamment sur un approfondissement des principes que je tiens déjà, surtout en lisant et en écoutant ceux qui ont les mêmes principes que moi.

Assez simple non ?

Texte de Platon sur lequel je m'appuie:

Socrate

«[...] Suppose qu'il y ait deux hommes qui possèdent, chacun, un grand nombre de tonneaux. Les tonneaux de l'un sont sains, remplis de vin, de miel, de lait, et cet homme a encore bien d'autres tonneaux, remplis de toutes sortes de choses. Chaque tonneau est donc plein de ces denrées liquides qui sont rares, difficiles à recueillir et qu'on n'obtient qu'au terme de maints travaux pénibles. Mais, au moins, une fois que cet homme a rempli ses tonneaux, il n'a plus à y verser quoi que ce soit ni à s'occuper d'eux ; au contraire, quand il pense à ses tonneaux, il est tranquille. L'autre homme, quant à lui, serait aussi capable de se procurer ce genre de denrées, même si elles sont difficiles à recueillir, mais comme ses récipients sont percés et fêlés, il serait forcé de les remplir sans cesse, jour et nuit, en s'infligeant les plus pénibles peines. Alors, regarde bien, si ces deux hommes représentent chacun une manière de vivre, de laquelle des deux dis-tu qu'elle est la plus heureuse ? Est-ce la vie de l'homme déréglé ou celle de l'homme tempérant ?

En te racontant cela, est-ce que je te convaincs d'admettre que la vie tempérante vaut mieux que la vie déréglée ? Est-ce que je ne te convaincs pas ?

Calliclès

Tu ne me convaincs pas, Socrate. Car l'homme dont tu parles, celui qui a fait le plein en lui-même et en ses tonneaux, n'a plus aucun plaisir, il a exactement le type d'existence dont je parlais tout à l'heure : il vit comme une pierre. S'il a fait le plein, il n'éprouve plus ni joie ni peine. Au contraire, la vie de plaisirs est celle où on verse et on reverse autant qu'on peut dans son tonneau.

Socrate

Mais alors, si on verse beaucoup, il faut aussi qu'il y en ait beaucoup qui s'en aille, on doit donc avoir de bons gros trous, pour que tout puisse bien s'échapper !

Calliclès

Oui, parfaitement.

Socrate

Tu parles de la vie d'un pluvier, qui mange et fiente en même temps ! -non ce n'est pas la vie d'un cadavre, même pas celle d'une pierre ! Mais dis-moi encore une chose : ce dont tu parles, c'est d'avoir faim et de manger quand on a faim, n'est-ce pas ?

Calliclès

Oui

Socrate

Et aussi d'avoir soif, et de boire quand on a soif

Calliclès

Oui, mais surtout ce dont je parle, c'est de vivre dans la jouissance, d'éprouver toutes les formes de désirs et de les assouvir... voilà, c'est cela la vie heureuse !

PLATON GORGIAS (VERS 390 AV JC) 493D-494B
FLAMMARION 1987 GF - TRADUCTION : MONIQUE CANTO





La liberté, un mot à reconquérir

par Carole Chiaradia

La liberté de l'homme consiste uniquement en ceci qu'il obéit aux lois naturelles parce qu'il les a reconnues lui-même comme telles, et non parce qu'elles lui ont été extérieurement imposées par une volonté étrangère, divine ou humaine, collective ou individuelle, quelconque.

Bakounine, Dieu et l'État, 1907

Et par le pouvoir d'un mot

Je recommence ma vie

Paul Eluard, "Liberté", Poésie et vérité, 1942 (recueil clandestin)

Liberté. On lit ce mot sur les banderoles des manifestants du monde entier, sur les murs des villes et des écoles, dans toutes les langues, sur les T-Shirts... Chanteurs, poètes, romanciers, philosophes, réalisateurs de films, présentateurs télé et j'en passe, s'arrêtent tous à un moment ou à un autre sur cette idée. Des revues, des quotidiens, des magazines portent son nom ou font régulièrement leur Une sur cette notion. Cependant, l'omniprésence de la liberté semble avoir vidé celle-ci de sa substance. Et plus encore, ce mot semble avoir fini par dire l'inverse de ce qu'il signifie. On entend parler de notre liberté d'aller au bout de nos rêves (souvent à coup de cartes de crédit...), d'entreprendre, de travailler, de penser, de gagner beaucoup d'argent, d'acheter en ligne... *Just do it*, nous vendent certains. Bref, la liberté est devenue un outil marketing pour des coachs en bien-être monopolisant les têtes de gondole des librairies. On commence alors à se sentir perdu et à ne plus savoir à quoi renvoie la liberté. Il est donc nécessaire de redonner à ce mot toute son épaisseur pour saisir de quoi il retourne et juger s'il est possible de vivre libre.

Comment définir la liberté ? Faisons simple. On pourrait dire qu'être libre, c'est agir, penser et se déplacer en étant guidé par sa propre volonté, sans être empêché par des forces extérieures ou intérieures. La liberté exige donc réflexion et action ce qui présuppose, pour paraphraser Simone de Beauvoir, qu'on ne naît pas plus libre que femme mais qu'on le devient et de ce fait, on n'est peut-être pas aussi libre qu'on le pense.

Vivre en se croyant libre, c'est prendre le risque de ne plus y penser et ainsi se laisser porter par la vie sans se poser de questions, vivre dans le conformisme, rester à sa place, endormir son esprit critique parce qu'on croit avoir atteint son objectif, oublier que

nous avons le choix, être sage, résilient, poli, moral... Ne pas être libre, c'est vivre une vie où la vie s'est endormie, où la vie a cessé d'être la vie.

Mais comment parvenir à la liberté ? Il faut alors que je m'accompagne de ceux qui ne se sont pas endormis. Être libre, pour penser avec Camus en le résumant un peu trop sans doute, c'est d'abord accepter que la vie n'a pas de sens. C'est vertigineux quand on y pense vraiment ! La vie n'a absolument aucun sens, aucun autre but qu'elle-même. Nous n'avons pas de mission, personne n'attend rien de spécifique de notre part, nous sommes seuls face à l'absurdité de la vie. Le risque majeur ici serait de se dire que puisque la vie n'a aucun sens, autant renoncer tout de suite. Camus rejette cette option. Il nous encourage plutôt à nous révolter. La révolte, chez Camus, s'illustre concrètement dans la capacité à se lever chaque jour en sachant que la vie n'a pas d'autre finalité qu'elle-même, sans se décourager. La seule certitude que nous avons, poursuit-il, c'est que nous allons mourir un jour. Nous sommes condamnés à mort, nous n'avons donc rien à perdre. Être libre, c'est donc sortir de l'illusion et vivre plus, vivre intensément, passionnément, multiplier les expériences de vie quelles qu'elles soient.

Vivre par-delà le bien et le mal, nous dirait Nietzsche, par-delà cette morale arbitraire et contingente parce que construite par la société dans laquelle on vit. Oser faire, oser dire.

Déconstruire le monde dans lequel on vit. Déconstruire - non détruire - tout remettre à plat en quelque sorte, revenir à la racine des choses, être radical.

Faire la peau aux déterminismes, s'affranchir des idéologies, ne plus avoir peur de prendre une route non balisée et puis se divertir, se réjouir, jouer à la vie, suivre nos intuitions.

Vivre en artiste, en poète, créer sa vie, à sa façon, chaque jour. Saisir la moindre occasion pour éprouver plaisir et joie, nous dirait Spinoza.

Oublier l'artisan qui sommeille en nous et qui répète les mêmes gestes de façon mécanique. Passer de l'être automate à l'être autonome. Changer les habitudes pour rendre la vie plus humaine. Vouloir plutôt que devoir. Agir plutôt qu'être agi. Penser le monde comme un vaste terrain de jeu.

Arriver à soi, seul objectif qui vaille.

Comment ? Je ne sais pas, c'est difficile.

Essayons avec Bergson. Notre quotidien est fait d'habitudes, nous explique-t-il, des actes, des idées, qui se répètent jour après jour et qui s'ancrent profondément en nous jusqu'à devenir une seconde peau. Les habitudes demeurent cependant nécessaires car sinon, nous nous épuiserions en mettant toute notre énergie et notre temps à réfléchir à la moindre de nos actions. Nous pouvons par exemple cuisiner de manière automatique, conduire une voiture sans penser aux actions à accomplir, marcher, respirer, mais aussi nous installer devant notre ordinateur, pratiquer une activité sportive, jouer de la musique, travailler, enseigner, lire, écouter un flash info de manière automatisée... à chacun ses habitudes, mais au final, le résultat est le même.

Cependant, les habitudes deviennent problématiques quand elles envahissent nos vies, nos actes, nos idées. Elles rendent nos actes mécaniques qui, ainsi accomplis, ne nous permettent plus d'être pensés. Et ces habitudes se répètent pour devenir des vérités qui nous empêchent de voir la vie autrement. Il faut alors faire preuve de volonté pour s'opposer à nos façons de penser et d'agir. Mais lorsque nous parvenons à faire un pas de côté et à nous observer, alors certains aspects de notre vie voire notre vie entière peut se révéler illusoire, mensongère - une mauvaise blague en quelque sorte.

C'est difficile à accepter et, bien souvent, nous préférons regarder ailleurs et faire comme si l'on n'avait rien vu, comme les esclaves dans la caverne chez Platon qui refusent d'écouter celui qui a vu au-delà des apparences. Il faut faire preuve de courage pour remettre sa conscience en éveil et bouleverser l'ordre qui s'est installé dans notre vie.

Pourtant, en filant la pensée de Bergson, le désordre n'existe pas, et finalement, en renversant l'ordre initial, nous ne faisons jamais que réordonner les choses, différemment, un peu plus à notre image. On ne craint plus le désordre lorsqu'on le pense comme un nouvel ordre.

Tout ceci demeure bien vague et général mais je me passe d'exemples car je ne voudrais pas laisser croire qu'il existerait un mode d'emploi tout tracé. Chacun doit être en mesure de saisir à quel point ses habitudes et l'absence d'improvisation qui en découle enlèvent de saveur à sa vie.

La vie libre semble alors à portée de réflexion, il faut juste la créer, geste après geste, pensée après pensée, en permanence, en se trompant et en recommençant. Parfois cependant, on s'essouffle, on se laisse aller et la vie redevient proportionnellement mécanique. Mais il ne tient qu'à nous de simplement reprendre notre souffle et de nous remettre à l'ouvrage.

Le chemin, cependant, demeure complexe et semé d'embûches car comment arriver à soi lorsque les contraintes extérieures jouent contre nous ? Comment être libre quand chaque jour on s'aliène davantage par le travail, les séries télé, les réseaux sociaux et où l'on finit par ne plus répondre qu'aux injonctions des autres, de ceux qui ont un profit quelconque à tirer de nous ? Comment être libre en vivant à l'ère de la surveillance de masse ? lorsque nous-mêmes sommes devenus le produit ? Comment vivre libre dans *La société du spectacle* pour paraphraser Guy Debord dont l'expression n'a rien perdu de son sens - au contraire ?

Comment être libre quand d'autres ne le sont pas, ceux qui enchaînent des boulots qui épuisent leur corps et leur esprit pour gagner une misère toujours insuffisante, ceux qui n'obtiendront pas les bons diplômes, ceux qui n'existent que comme force de travail ou chair à canon ? Comment être libres ensemble ? Comment mettre en pratique à l'échelle de la société ce que nous tentons d'appliquer à l'échelle individuelle ?

Quel guide pratique pouvons-nous suivre pour sortir de cette vie déshumanisée ?

Il n'y en a pas. Tant mieux ! Il serait dogmatique. Le monde tel qu'il devrait être n'existe pas, nous rappelle Nietzsche. Il est urgent de se mettre dans la tête que le monde idéal est une utopie et que chaque société portera toujours en elle des contradictions.

Alors quoi ? Ne rien faire ? Attendre que les catastrophes climatiques emportent toute vie humaine ? Attendre que l'on s'épuise dans la course au profit ?

Attendre...

Pourtant, ne pas avoir une solution immédiate toute faite ne nous conduit pas inévitablement à la passivité ou à la résignation. Au contraire.

Avant de vouloir changer la société, avant même de savoir ce que l'on veut changer et pourquoi, il faut en passer par une réflexion radicale sur celle-ci. Sinon, les transformations effectives de la société se réduiront à des métamorphoses inabouties où le monde ne sera jamais qu'une pâle copie - en meilleur ou en pire - de lui-même. Pour donner quelques exemples, chercher à améliorer les conditions de travail de chacun ne changera fondamentalement rien au travail - qui demeurera le seul moyen d'extraire de la valeur - si nous ne questionnons pas le travail en lui-même. On peut aussi épiloguer longtemps sur les tendances plus ou moins tyranniques d'un chef d'État mais les conclusions demeureront stériles si nous ne questionnons pas tout d'abord le chef, la hiérarchie, le pouvoir. Être pour ou contre la peine de mort, enfin, demeurera un débat stérile si, au préalable, nous ne nous demandons même pas ce que signifie cette possibilité qu'a un État d'administrer la mort ou de nous enfermer dans une prison pour le reste de notre vie.

L'action concrète passe donc par la critique des idéologies afin démasquer ce qui nous empêche de nous émanciper, en nous et hors de nous. Nous revenons à notre point de départ, pas d'émancipation collective sans une décolonisation individuelle de nos esprits. Mais celle-ci s'avère plus efficace si l'on s'y met à plusieurs. En s'accompagnant de ceux qui se questionnent ou se sont questionnés (artistes, philosophes, chercheurs, penseurs, amis, voisins, collègues, connaissances..., n'importe qui cherchant un moyen d'aller au-delà). Un événement suffit parfois à créer l'étincelle. Le travail de conscientisation se met alors en route.

Et finalement, pour paraphraser La Boétie, en empruntant ce chemin, peut-être qu'à un moment donné, nous dirons simplement "Non". Non, à tout ce que l'on ne veut plus - jamais !

Nous pourrions dès lors, sereinement, envisager notre monde d'après. Nous serons prêts pour penser l'impensé. Nulle métamorphose heureuse ne semble envisageable avant cela.

Alors que nous vivons la plus grande crise écologique, énergétique et économique, il est plus que temps de s'émanciper pour – enfin – agir collectivement.

Je ne deviens libre vraiment que par la liberté d'autres, de sorte que plus nombreux sont les hommes libres qui m'entourent et plus profonde et plus large est leur liberté, et plus étendue, plus profonde et plus large devient ma liberté.

Bakounine, Dieu et l'État, 1907

Illettrisme un concept éducatif à la mode mozambicaine

par Felisberto Manuel

Qui n'a jamais entendu la célèbre phrase "l'éducation, est la clef du développement d'une société ?" Au Mozambique, apparemment cela n'est pas le cas. On a, peut-être, d'autres clefs pour développer la société mozambicaine.

Selon le dernier recensement général de la population réalisé en 2017, le Mozambique est un pays peuplé par environ 28 millions d'habitants, dont 99.5% sont des mozambicains. 39% de cette population est analphabète et 38.8% des enfants et adolescents entre 6 à 17 ans n'ont pas accès à l'éducation.

On estime que parmi la population scolaire qui termine le niveau primaire, 85% des élèves se trouvent en situation d'illettrisme, ce qui ne leur permet pas d'atteindre une aisance en lecture et en écriture suffisante pour conserver durablement la maîtrise des contenus qu'ils apprennent.

Cette réalité se vérifie dès les premiers contacts de l'élève avec le monde scolaire et perdure jusqu'à la fin du deuxième cycle de scolarisation du niveau primaire. Cela a des influences négatives sur la réussite scolaire des enfants et entraîne une massification de l'échec scolaire à tous les niveaux de scolarisation. Ainsi, ces élèves passent au niveau secondaire sans maîtriser les calculs de base, ni la lecture ni l'écriture et, par conséquent, ces élèves ont du mal à comprendre voire à interpréter ce qu'ils étudient.

En mai dernier, plus de 300 cadets du centre de formation des agents de la police au Mozambique ont été renvoyés parce qu'ils avaient de grosses difficultés en écriture. A ce sujet, je trouve que c'est inadmissible, dans un pays qui affirme considérer l'éducation comme la base du développement de son peuple, que des personnes ayant été scolarisées ne sachent pas écrire correctement au point de ne pas être acceptées dans une formation.

Que fait-on de cette éducation ? Pourquoi rencontre-t-on tant de dysfonctions dans le système éducatif ? Si, d'un côté, le plan stratégique de l'éducation mozambicaine prévoit un élargissement massif du système scolaire pour rendre l'éducation accessible à tout le monde, de l'autre côté, il y a un plan d'action qui ne correspond pas au plan stratégique. Par conséquent, nous avons, aujourd'hui, un surpeuplement dans les salles de cours.

A titre d'exemple, à Nampula (la troisième ville la plus importante du pays), l'école secondaire de Nampula a eu entre 70 à 130 élèves par classe durant l'année scolaire de 2019.

Une autre difficulté qui entraîne l'illettrisme est lié au temps de permanence des enfants à l'école. Au primaire, âge où l'on devait beaucoup investir sur l'entrée en écriture et en lecture, les enfants passent en moyenne trois heures par jour en classe. Dans ce temps, le professeur doit enseigner les contenus des programmes scolaires à plus de 60 élèves dans des créneaux de 45 minutes pour chaque matière scolaire. A quel moment ce professeur va-t-il se concentrer sur les difficultés individuelles que ses élèves ont en écriture, en sciences naturelles, en mathématiques et en sciences sociales s'ils ont trois heures de cours seulement chaque jour ? Je reprends la question du suivi des élèves pour mettre en évidence une autre réalité qui peut aussi être à l'origine de l'illettrisme. Pendant la crise sanitaire du Covid 19 les enfants se sont vus forcés à rester à la maison pour éviter une diffusion massive du virus dans les écoles. Au cours de ce temps, il y a d'enfants qui n'ont pas suivi des cours et maintenant que la situation sanitaire s'améliore, ces enfants ont passé au niveau supérieur sans même avoir maîtrisé les contenus du niveau antérieur.

Dans le programme scolaire il y a aussi un autre problème. En six ans, il a été, au moins, retouché trois fois pour changer quelques aspects de fond et de forme comme par exemple la suppression des examens concernant un niveau et son introduction dans d'autres niveaux ainsi que la définition des cycles ou des changements de méthodes scolaires et ce, avant même d'en être sûr de l'efficacité de ces transformations. Face à toutes ces difficultés, quelle est la probabilité d'avoir un professeur capable de donner une bonne maîtrise de la lecture à ses élèves ?

Apprendre à lire et à écrire est une tâche complexe qui demande un grand investissement soit en termes de temps et de moyens. Si on investissait massivement dans les formations des professeurs, je pense qu'il serait possible d'équilibrer le ratio d'élèves par professeur et d'augmenter le temps de présence en classe des élèves. Ainsi, les professeurs pourraient avoir beaucoup plus de temps pour faire attention aux difficultés individuelles de chacun.

Un Au Revoir

Cette période de l'année est arrivée, de joie et d'aventures, celle où la curiosité et le suspense sont les plus grands... Et non, je ne parle pas de Noël. C'est la fin de l'année scolaire de 2021-2022. Eh oui !... ça sent les vacances "d'été", c'est la joie pour tout le monde, les élèves, les professeurs, et tout le reste de l'équipe du lycée. Mais, dans des circonstances comme celles-ci, il faut se souvenir qu'il y a toujours un groupe d'élèves, une classe toute entière, qui disparaît de nos couloirs, de nos conseils des classes et de nos interactions quotidiennes.

En effet, si vous ne l'avez pas encore deviné, je parle de la classe de Terminale. Ainsi, après une longue année (qui semble pourtant passer en quelques instants), les Terminales ont tous passé leur Baccalauréat écrits et oraux. Chacun avec succès, nous l'espérons. Des parcours et des chemins tout entiers d'efforts tout au long des années mènent finalement à cet instant. Au moment de partir avec joie, car des nouvelles aventures et horizons les attendent, mais aussi avec tristesse, car ils devront se séparer de leurs familles et de leurs amis. Que votre réflexion vous guide dans cette aventure qu'on nomme la vie, et que vous puissiez trouver ce que vous permet le bonheur.

Un bravo à toute la classe :

Lea Antão
Yara Antão
Sarah Aidé
Noah Matos
Sekou Konaté
Tanguy Jonqua
Mohamed Frikha
Kayla Mussagy
Thindeka Mocumbi
Agueda Monteiro
Knysna Leite
Mario Tivane
Salomão Silva Santos
Ricardo David
Runi Paulino

Nous aimerions particulièrement féliciter Lea Antão qui est maintenant une "Boursière Excellence Major de l'AEFE".

Bravo Lea ! Que le plus beau des chemins à suivre s'illumine et s'ouvre avec toi !

Nous ne vous oublierons sûrement pas !

Dusan Zejak

Marche finale ?

Je marche, mais bientôt je ne marcherais plus...
Je serais malade, malgré tous mes efforts
Je marche, mais bientôt je ne marcherais plus,
A chaque pas je trébuche sur une montagne de plastique,
A chaque fois ça me casse les jambes.

Je marche mais bientôt je ne verrai plus le chemin
Je marche mais bientôt je ne respirerai que de l'air sale
Mon coeur flanche, mes oreilles bourdonnent,
Tout va changer, mais est-ce vraiment pour le meilleur ?

Ma façon de marcher va s'altérer,
Ma façon de respirer va être chambardée,
Ma bouffe va se métamorphoser,
Bientôt je ne mangerai que du plastique
Le climat va me chambouler

Mais est-ce que notre façon de penser va évoluer ?
Nos actions vont-elles remodeler le monde ?
Nos priorités vont-elles changer un jour ?
Planète mère : seras-tu première dans notre liste ?

Pourquoi n'a-t-on pas le droit de bien respirer ?
C'est bizarre : on veut vivre le mieux possible
Mais on est trop égoïste
On ne veut pas être déterminé, mais on ne se révolte pas

Préfère-t-on véritablement vivre dans un monde en destruction ?
Sans s'engager,
En subir seulement les conséquences ?
Notre liberté est en danger !

Je ne veux pas perdre ma liberté
Je rejette cette marche macabre
Je ne veux pas marcher seule
Je refuse! Je refuse! Je refuse !

Je veux continuer à marcher
Je veux être émancipée
Montrer à tous dans la rue,
Ma volonté, ma révolte et mes super-pouvoirs.

Je veux marcher avec toi
Car sans toi il n'y a pas de débat

Viens, donne-moi la main
Et on continuera à marcher ensemble



par Knysna Leite
Illustrations : Natália



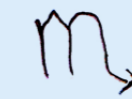
Bélier : Cette nouvelle semaine va vous apporter tellement de bonheur... attendez-vous à quelque chose de très spécial !



Balance : Chérissez et appréciez ce que vous avez avant qu'il ne soit trop tard. Ne prenez rien pour acquis.



Taureau : Ouvrez votre cœur, ne le cachez pas. C'est celui-ci qui vous rend belles/beaux au-delà du physique.



Scorpion : Votre histoire se déroule comme il se doit. La magie se produit et les miracles vont se manifester.



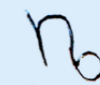
Gémeaux : Parfois, les meilleures choses arrivent lorsque vous faites tous les jours de votre mieux tranquillement.



Sagittaire : Ce qui vous est destiné ne vous échappera pas. Vous n'aurez pas à forcer le destin. Quelque chose de réel, authentique et qui vous est destiné va surgir au coin de la rue.



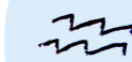
Cancer : Faites-vous confiance et sachez qu'avec de la discipline et du dévouement, vous pouvez manifester tout ce que vous avez en tête.



Capricorne : Ne vous jugez pas sur votre passé. Tout cela fait partie d'une image plus vaste, aussi vaste que l'univers...



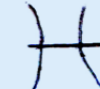
Lion : Votre énergie est unique et radieuse. Permettez-vous de briller inconditionnellement.



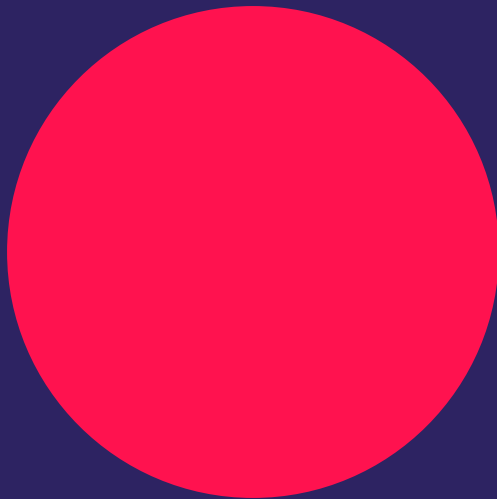
Verseau : Il y a un beau voyage aventureux et riche qui vous attend. Faites vos valises et profitez de la vie.



Vierge : N'oubliez pas de profiter de votre parcours et de faire confiance à l'inconnu, parce que le présent est tout ce que nous possédons.



Poisson : Votre passé vous hantera tant que vous le fuirez. Il faut l'accepter et faire la paix avec lui...



Lycée Français International
Gustave Eiffel



aefe
Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger



**AMBASSADE
DE FRANCE
AU MOZAMBIQUE
ET EN ESWATINI**

*Liberté
Égalité
Fraternité*