

# LES CHEMINS DE TRAVERSE

MANUEL PRATIQUE POUR  
SORTIR DE L'AUTOROUTE

---

AURELIE & ANJU

Il existe dans chaque pays une façon de vivre et de se comporter qui correspond à un genre de standard que l'on va appeler l'"autoroute".

Cette autoroute, de plus en plus standardisée dans les pays capitalistes, a même été institutionnalisée par le gouvernement, à tel point que toute sortie ponctuelle ou définitive est souvent vilipendée par les proches et les institutions et traitée de "marginalité".

De ce fait, suivre l'autoroute est assez simple et léger pour le cerveau car tout est prévu pour faciliter cette voie : itinéraire fléché, aires de repos et repas prévus, etc, et le risque de se retrouver marginalisé est minimisé.

Mais le problème de rester sur l'autoroute est multiple :

- le risque de vivre une vie standardisée, loin de ses aspirations propres
- le fait d'être utilisé comme un consommateur de sa naissance à sa mort

- le fait de servir des intérêts plus financiers qu'humains et favoriser un monde qui repose sur des valeurs de plus en plus délétères
- le fait de soutenir un rythme de vie toujours plus intense

Et comme sur une vraie autoroute, il est possible de la quitter et d'emprunter les "itinéraires bis" :

- plus de charme
- rythme plus lent (slow life)
- la possibilité de vivre librement
- on est sûr de ne pas rater les "beaux paysages"
- on peut s'arrêter quand on veut et où on veut
- on va suivre le chemin qui nous plaît le plus

Voyons dans chaque thématique de vie quelle est l'autoroute mise en place dans les pays capitalistes et quels sont les itinéraires bis possibles.



# Gravidésse

## **Le modèle Autoroute :**

- suivi avec un obstétricien
- 3 à 4 échographies touchers vaginaux réguliers
- minimum 1 rdv par mois
- préparation à la naissance en hôpital

## **Le modèle Itinéraire bis**

- suivi avec une sage-femme libérale ou un médecin de ville/de famille
- le moins d'interventions possibles (parfois même aucun toucher vaginal)
- 2 échographies obligatoires
- 1 rdv par trimestre suffisant si pas de souci
- 1 seule prise de sang à 3 mois possible

# *Naissance*

## **Le modèle Autoroute :**

- accouchement à l'hôpital ou en clinique en plateau technique, au mieux avec début en salle nature
- position imposée ou légèrement adaptée peu de liberté de mouvement  
écoute du cœur en continu
- péridurale ou/et césarienne dans 90% des cas
- privation de la puissance et de la souveraineté des parents

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- accouchement à la maison avec (AAD) ou sans (ANA) sage-femme libérale
- choix des personnes présentes ce jour là
- liberté de mouvements et de position d'accouchement
- accès libre à sa puissance de femme  
souveraineté des parents



*Nous  
sommes  
nés  
libres et  
souverains*

# Sains & santé

## **Le modèle Autoroute :**

- surmédicalisation permanente
- vaccination précoce et répétée
- antibiotique ou anti fièvre  
à chaque fois
- alimentation industrielle de mauvaise  
qualité : ultra transformée, morte,  
pleine de pesticides
- prise en "charge" seulement en cas de  
maladie, le dysfonctionnement n'est  
pas reconnu

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- éviter tout intrant chimique dans son  
corps pour ne pas affaiblir son  
système immunitaire
- alimentation bio et vivante :  
allaitement maternel, aliments frais et  
bruts, alimentation bio
- vaccination minimale renforcement du  
système immunitaire

- médication naturelle :  
phytothérapie, aromathérapie,  
homéopathie...
- thérapies douces, énergétiques ou  
émotionnelles
- autonomisation, "empuissancement"
- recours aux médecines ancestrales où le  
lien est fait entre le corps l'âme et l'esprit



# Stress

## **Le modèle Autoroute :**

- antidépresseurs, bêtabloquants, neuroleptiques en tout genre

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- se couper des sources d'informations négatives : médias mainstream
- être dans la nature
- faire remonter sa vibration
- se mettre au contact de la nature
- méditations régulières
- faire chaque jour des choses qui nous font plaisir
- vivre dans un environnement calme et ressourçant
- s'éloigner des relations toxiques et nourrir des relations saines
- développement personnel

# Hygiène

## **Le modèle Autoroute :**

- utiliser uniquement des articles jetables et polluants achetés dans le commerce classique
- produits de soins et ménagers "classiques" en grande surface
- utiliser des toilettes à eau

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- utiliser des articles lavables et réutilisables fabriqués à la maison
- faire ses produits maison
- utiliser des produits biodégradables
- toilettes sèches



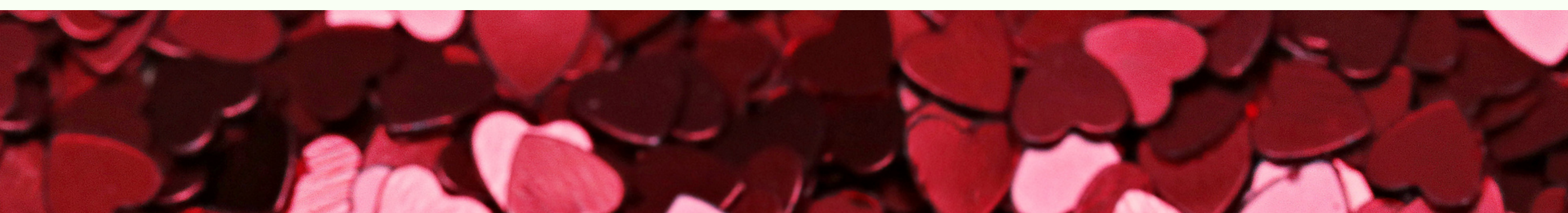
# *Relations humaines*

## **Le modèle Autoroute :**

- mariage
- monogamie
- adultère déviant
- fonctionnement pyramidal
- sexualité classique avec recherche de performance
- décisions à la majorité

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- union libre
- polyamour
- relations conscientes sans attentes ni attachement
- fonctionnement horizontal
- sexualité sacrée, tantrique, consciente, slowsex
- décisions à l'unanimité avec recherche de consensus



# Consommation

## **Le modèle Autoroute :**

- achat d'aliments industriels de mauvaise qualité et pleins de pesticides
- achat d'objets neufs à chaque fois donner son argent à de grosses structures (supermarchés, chaînes de magasins, grosses enseignes internet)
- surconsommation : grand nombre d'objets, changer de modèle régulièrement (téléphone, voiture, etc)
- beaucoup d'objets manufacturés
- articles jetables
- objets à base de matériaux non dégradables

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- minimalisme : moins mais de meilleure qualité
- achat d'occasion

- alimentation bio et vivante produite soi-même ou achetée auprès de petits producteurs locaux
- location d'objets plutôt que achat
- achat auprès de petits artisans locaux
- beaucoup de fait-main (objets ou alimentation)
- articles réutilisables
- objets à base de matériaux naturels et nobles



# *Education*

## **Le modèle Autoroute :**

- crèche/nounou dès 2 mois et demi
- école à 2-3 ans
- éducation adultiste
- cursus scolaire et professionnel pour faire plaisir aux parents

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- congé parental long
- école vraiment alternative
- instruction en famille
- éducation et communication bienveillante
- libre choix de projet de vie et professionnel qui a vraiment du sens pour soi

# *Information*

## **Le modèle Autoroute :**

- médias mainstream (télévision, radios, journaux) qui appartiennent à l'oligarchie
- pas de remise en question des informations données

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- prendre ses informations par différents biais
- suivre des médias indépendants
- esprit critique en toute occasion
- garder l'esprit ouvert
- écouter différents sons de cloche

# *Citoyenneté*

## **Le modèle Autoroute :**

- engagement citoyen par le biais du vote une fois de temps en temps
- pas d'engagement au quotidien / déresponsabilisation citoyenne (exemple d'amis qui votent écolo mais ne sont pas du tout écolos dans leur quotidien)

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- engagement régulier à la vie de la société par le biais de l'engagement associatif et militant
- choix conscient de voter ou non engagement dans ce que l'on prône dans sa vie personnelle et professionnelle au quotidien
- choix de pratiquer la souveraineté dans un ou plusieurs aspects de sa vie

# *Travail*

## **Le modèle Autoroute :**

- travailler pour un patron
- travailler avec des collègues que l'on ne choisit pas
- horaires non flexibles-> lever tôt, déplacements, stress, manque de sommeil, peu de temps de qualité en famille

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- être son propre patron
- gérer ses horaires en fonction de ses obligations familiales ou personnelles
- travailler avec qui on veut (ou presque)  
possibilité de coupler avec l'IEF-> plus d'indépendance,  
possibilité de s'organiser en fonction de ses rythmes et obligations personnelles propres

# *Finances*

## **Le modèle Autoroute :**

- compte bancaire
- crédits : conso, voiture, immobilier, études...
- paiement dématérialisé : CB, bitcoin

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- utilisation de l'argent liquide au maximum
- groupes d'échanges : SEL / JEU
- monnaie locale
- monnaie libre
- prêts entre particuliers (prêt à 3 cœurs)
- mouvements d'économie solidaire

# *Habitat*

## **Le modèle Autoroute :**

- location
- emprunt sur 30 ans pour devenir propriétaire
- maison moderne à base de matériaux polluants

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- habitat nomade
- habitat léger sur un terrain agricole
- tiny house
- autoconstruction
- matériaux naturels et biodégradables



# *Légalité*

## **Le modèle Autoroute :**

- je suis ma personne juridique
- j'obéis même si je ne suis pas d'accord
- je consens à tout ce que fait la société  
"République Française"

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- j'utilise ma personne juridique quand  
je le désire
- je suis libre et souverain
- je ne consens pas ce que fait le  
gouvernement à chaque fois

# *Energie*

## **Le modèle Autoroute :**

- faire tourner les centrales nucléaires
- boire de l'eau du robinet / en bouteille  
(morte)
- utiliser tous les jours des énergies fossiles : fuel et/ou gaz, pétrole
- électroménager à outrance

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- panneaux photovoltaïques ou solaires
- source ou puits
- énergie mécanique humaine ou animale (vélo, remplacer les petits robots ménagers par le bras, traction animale)
- énergie libre

# Mort

## **Le modèle Autoroute :**

- incinération
- cercueil
- frais de concession et de funérailles importants

## **Le modèle Itinéraire bis:**

- humusation
- cimetières naturels (comme à Niort)
- funérailles libres sur son terrain ou dans la forêt ou l'océan (illégal mais légitime)

# *Les spirales*

## **La spirale morbide ou la spirale de la Vie :**

Agroalimentaire: maladie de  
l'environnement et alimentation  
industrielle

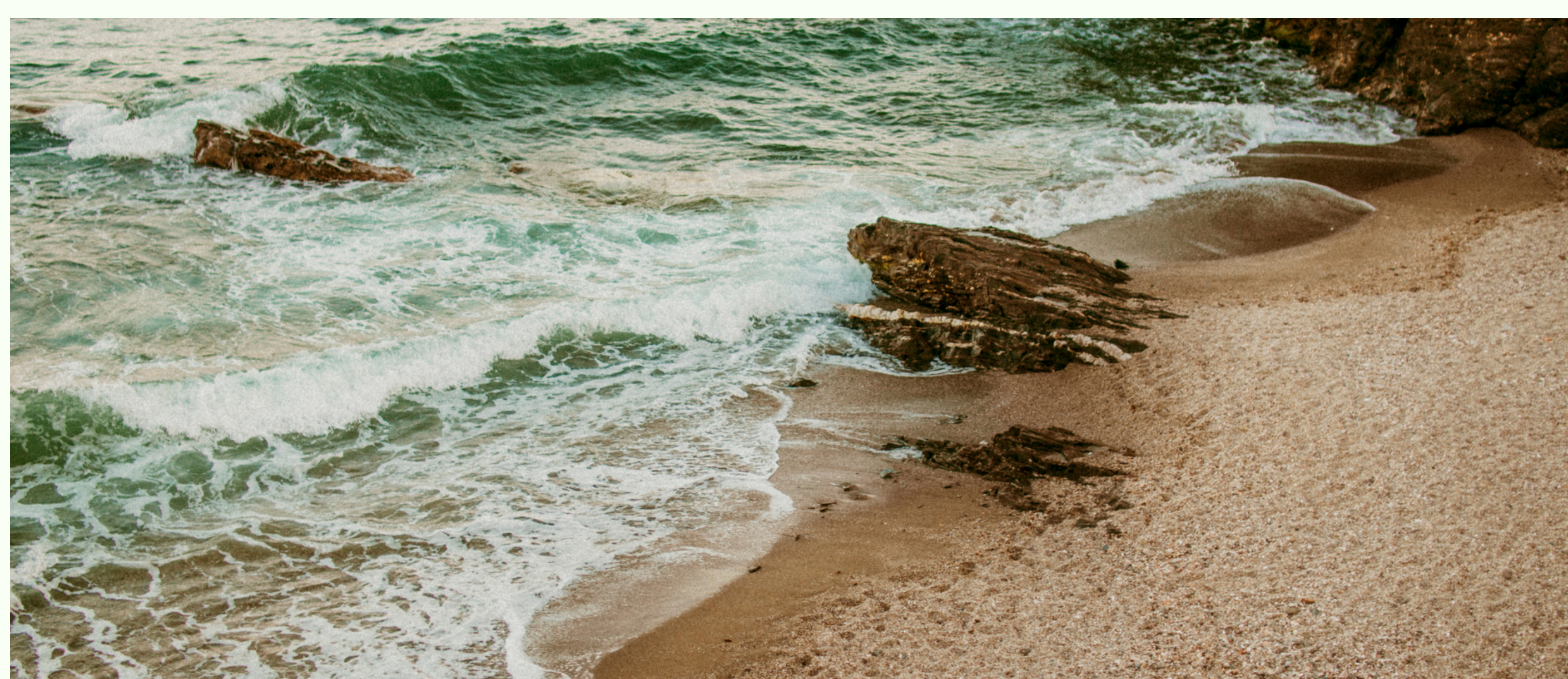
Qui fait utiliser la Pharmacie : maladie de  
l'humain

Plus d'activité physique avec le rythme  
métro-boulot-dodo et l'idée de faire du  
sport dans une salle fermée sur des  
machines au lieu d'avoir une vie en plein-  
air et une activité physique naturelle et liée  
aux travaux de la vie quotidienne :  
balades, ménage, potager, réparations, ...

Vendre son temps et du coup devoir consommer du tout fait, tout pensé, quand on travaille pour soi et/ou autrement on a beaucoup plus de temps pour créer tout ce dont on a besoin.

Par exemple : les frais de crèche et de garderie, d'essence, de 2ème véhicule et de plats préparés sont annulés quand un des parents n'a plus de travail salarié avec des heures de bureaux ou de commerçant.

La fabrication de matériel lavable et durable n'est plus un problème car tu as plus de temps, les enfants peuvent être instruits en famille, on peut voyager en dehors des vacances scolaires pour 3 fois moins cher, etc. Ce n'est pas plus compliqué ou vivre avec moins d'argent, c'est juste différent.



On peut utiliser l'autoroute  
quand on le souhaite mais  
avec conscience.

On peut choisir d'en sortir  
quand on veut, pour plus  
de souveraineté et plus  
d'indépendance et surtout  
pour SE CREER UNE VIE  
SUR MESURE.