

TOME 2

À LA FRONTIÈRE, ENTRE LE RÉEL ET L'IRRÉEL

MONIA NATATHIA ZENATI



RÉEL ET HUMAIN

Tome 2 —

Par Monia Natathia Zenati

Chapitre 1

Une enfant parmi les siens

Je suis née le 21 avril 1993.

Je ne suis pas née dans les livres.

Je ne suis pas née dans les théories.

Je suis née dans une famille.

Une famille comme il en existe des milliers.

Avec ses joies.

Ses blessures.

Ses forces.

Une famille qui, malgré ses imperfections comme tout le monde il me semble, des oublis de repas de famille m'ont transmis quelque chose d'essentiel :

La valeur de la parole donnée.

Sans le savoir, aujourd'hui suite à la reconstruction de mon stress Post trauma complexe je comprends mieux pourquoi j'ai le sentiment d'être exploité quotidiennement et ce qui devient d'aujourd'hui ma manière de comprendre le monde et c'est ce qui m'a permis de créer une méthode empirique de lecture du réel mondiale pour le transmettre à qui de droit au bon grès de qui le veut bien ou à tort de celui qui le subit.

Comprendront qui pourront. Le réel ne ment pas.

Chapitre 2

Les leçons invisibles

Les plus grands enseignements ne viennent pas toujours des écoles.

Ils viennent parfois d'un regard neutre se distinguant de prétendu vérité pour ce qui subissent ce leurre quotidiennement en prétendant qu ' eux ils ont ce droit de tout déformer. Ils se l'octroient comme si c'était normal.

Or ce sont eux les menteurs. Mais bon on ne peut refaire le monde de l'irréel.

C'est ainsi que le monde tourne. D'ailleurs, qui en définit la tournure ? Je me suis toujours posé cette question à laquelle je n'ai pas la réponse.

L'avez-vous, vous ? Je serais bien curieuse d'avoir votre point de vue.

Il existe souvent un écart entre ce qui était annoncé et ce qui était réellement vécu.

Cet écart m'intrigue

Je ne cherche pas à juger.

Je cherche à comprendre.

Pourquoi certaines personnes tiennent leurs engagements quand d'autres les abandonnent ?

Pourquoi les actes semblent raconter une histoire différente des discours ?

Ces questions m'accompagnent encore aujourd'hui lorsque j'observe la société en général.

Chapitre 3

Le parc Meynot

Parmi les souvenirs qui demeurent, certains lieux occupent une place particulière.

Le parc Meynot fait partie de ceux-là.

Je me souviens de ses allées.

Je me souviens des pierres.

Je me souviens du calme qui s'en dégageait.

Alors ma propre question c'est le réel conserve t-ill une mémoire silencieuse ?

Est-ce qu'il continue de transmettre quelque chose longtemps après le départ de ceux qui le vivent .

Aujourd'hui, il me semble que je comprends mieux...

Chapitre 4

La première règle

En pratiquant une méta Analyse, le meilleur conseil que je peu vous donner :

Observer.

Observer avant de conclure.

Observer avant de juger.

Observer avant de décider.

Le monde est rempli d'interprétations.

Le réel, lui, est composé de faits.

Les faits en disent long sur les individus. Plus que les mots et ce que les autres voudraient prétendre.

En fait, ils constituent toujours le point de départ et surtout l'ensemble dans son intégralité du réel.

Cette règle m'a accompagnée dans chaque étape de ma vie.

Dans mes relations.

Dans mon travail.

Dans mes réflexions.

Dans mes engagements.

Elle m'a parfois protégée.

Elle m'a parfois obligée à revoir mes certitudes.

Mais elle ne m'a jamais quittée.

Chapitre 5

La dette invisible

Il existe des dettes que l'on ne rembourse jamais totalement.

Non parce qu'elles sont financières.

Mais parce qu'elles sont humaines.

Je fais partie de ceux qui n'oublient pas.

Je n'oublie pas les personnes qui m'ont aidée.

Je n'oublie pas ceux qui m'ont protégée.

Je n'oublie pas les institutions qui ont permis à une enfant de grandir, d'apprendre, de se soigner, de vivre librement.

C'est probablement là que naît mon attachement à la France.

Non dans une idéologie.

Non dans un slogan.

Mais dans une forme de gratitude.

Une gratitude simple.

Profonde.

Silencieuse parfois.

Parce que lorsqu'une main vous soutient durant les moments difficiles, il devient naturel de vouloir la soutenir à son tour lorsqu'elle vacille bien sûr oui, mais pour ça il faut que cela reste dans ce contexte uniquement sur un partage réciproque et non basé sur un leurre.

Simplement.

Chapitre 6

Quand le réel devient un métier

Il existe des métiers que l'on choisit.

Et d'autres qui vous choisissent.

Je suis entrée dans le monde du soin avec une idée simple :

Être utile.

Pas remarquable.

Pas visible.

Utile.

Je n'avais pas l'ambition de changer le monde.

Je voulais simplement accomplir correctement la mission qui m'était confiée.

Prendre soin.

Accompagner.

Soulager.

Être présente.

Le soin m'a appris quelque chose qu'aucun livre ne pouvait m'enseigner :

La réalité humaine apparaît lorsque les masques tombent.

Face à la maladie.

Face à la douleur.

Face à la dépendance.

Face à la peur.

Les statuts disparaissent.

Les apparences s'effacent.

Le réel révèle les individus tels qu'ils sont réellement. Sont-ils bons ou mauvais ?

Selon ma définition quelqu'un de bon définit le respect de la parole donnée et d'un engagement tenu quoi qu'il en coûte sauf impossibilité vital.

La parole fait l'homme. Ses actes révèlent qui il est.

Et la distinction entre un individu qui fait une action pour masquer une incertitude face à celui qui ne bouge pas qui pourtant détient la vérité.

Mais qui, son but premier n'est pas de détruire l'humain.

C'est une forme de résilience face aux horreurs du monde, et une manière de ne pas cautionner ce qui n'existe pas.

Chapitre 7

Ce que les murs racontent

Au fil des années, j'ai traversé différents établissements.

Des hôpitaux.

Des EHPAD.

Des structures médico-sociales.

Partout, j'ai observé la même chose.

Les bâtiments ne parlent pas.

Les procédures ne parlent pas.

Les organigrammes ne parlent pas.

Mais les comportements, eux, parlent.

Ils parlent même très fort.

Un regard évité.

Une information oubliée.

Une décision reportée.

Une tension silencieuse.

Un professionnel épuisé.

Une équipe désorganisée.

Tous ces éléments racontent une histoire.

Une histoire que certains indicateurs seuls ne montrent pas toujours.

J'ai commencé à comprendre qu'il existait un écart entre l'organisation théorique et l'organisation réelle. Miroir mon beau miroir dit moi qui est le plus beau ? Qui est le plus fort ? Et surtout, qui prétend détenir la vérité absolue avec une lecture faussée du réel depuis la nuit des temps.

Chapitre 8

Les ruptures silencieuses

Certaines ruptures font du bruit.

D'autres non.

Les plus dangereuses sont parfois les plus discrètes.

Personne ne crie.

Personne ne s'oppose.

Personne ne signale.

Pourtant quelque chose se dégrade.

Progressivement.

Silencieusement.

Une transmission oubliée.

Une information mal comprise.

Une habitude qui remplace une règle.

Une fatigue qui devient chronique.

Une confiance qui s'érode.

Un lien qui se rompt.

Le problème n'apparaît pas immédiatement.

Il grandit lentement.

Puis un jour, tout le monde découvre ses conséquences.

Souvent trop tard.

Ma première lecture vous répondra mensonge pur.

Chapitre 9

© Monia Natathia Zenati Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation préalable de l'auteur. ISBN 979-10-984020-2-9

Apprendre à lire autrement

Pendant longtemps, je croyais observer les situations.

En réalité, j'apprenais à lire.

Pas les livres.

Les systèmes.

Les interactions.

Les flux.

Les décisions.

Les conséquences.

J'ai commencé à distinguer trois éléments fondamentaux :

Le fait.

La perception.

L'interprétation.

Le fait est observable.

La perception est individuelle.

L'interprétation est une construction.

Confondre les trois crée du désordre.

Les distinguer apporte de la clarté.

Cette distinction allait devenir l'un des fondements de ma manière de transmettre en tant que architecte systémique et surtout maître de la gestion systémique. Même si... Il m'a fallu un an pour comprendre la aussi une forme d'exploitation liés aux effets systémiques.

Chapitre 10

La cohérence

© Monia Natathia Zenati Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation préalable de l'auteur. ISBN 979-10-984020-2-9

Avec le temps, une autre évidence s'est imposée.

La cohérence est rare.

Tout le monde possède des valeurs.

Tout le monde possède des principes.

Tout le monde possède des convictions.

Mais peu de personnes les maintiennent lorsque la situation devient difficile.

C'est pourtant dans ces moments-là que les valeurs prennent leur véritable sens.

Lorsque le coût devient réel.

Lorsque le risque apparaît.

Lorsque le confort disparaît.

La cohérence n'est pas ce que l'on affirme.

La cohérence est ce que l'on maintient malgré la pression.

Cette découverte a profondément influencé ma manière d'évaluer une situation en tant que maître systémique n°1 mondialement connue mais effacée ... Ou plutôt devrais je dire masqué par l'irréel dans le réel mais la aussi le réel ne ment pas.

Je ne regardais plus uniquement les intentions.

Je regardais la continuité entre les intentions et les actes.

Chapitre 11

Les gardiens invisibles

J'ai toujours dit que les personnes extraordinaires ne sont pas:

Pas célèbres.

Pas médiatisées.

Pas récompensées.

Pas riches.

Simplement extraordinaires.

Des aides-soignantes.

Des infirmières.

Des agents.

Des secrétaires.

Des cadres.

Des médecins.

Des familles.

Des citoyens.

Des femmes et des hommes qui tenaient leur poste malgré les difficultés.

Qui continuaient malgré la fatigue.

Qui protégeaient parfois sans que personne ne le sache.

Ils m'ont appris une leçon essentielle :

La robustesse d'un système repose souvent sur des personnes invisibles.

Des personnes qui ne cherchent pas la lumière.

Mais qui empêchent silencieusement l'effondrement.

Chapitre 12

Contribuer

Je dois être transparente.

J'ai toujours affirmé que j'étais extraordinaire.

C'est vrai.

Mais ce n'est pas tout à fait ça.

Au fond de moi, j'ai toujours porté une ambition plus grande.

Pas celle de devenir célèbre.

Pas celle d'être reconnue.

Pas celle d'exercer un pouvoir.

J'ai toujours voulu contribuer à rendre le monde meilleur.

Cette aspiration ne s'est jamais exprimée par de grands discours.

Elle s'est exprimée par les actes.

Par le travail.

Par l'observation.

Par l'engagement quotidien.

Très tôt, j'ai développé une conviction simple :

Si chacun améliore ce qui est à sa portée, alors le monde progresse lui aussi.

Je n'ai jamais cru aux solutions magiques.

J'ai toujours cru aux sauveurs.

Je n'ai jamais cru qu'une seule personne pouvait transformer seule l'humanité. Ni même des faits dans le réel. Et mathématiquement c'est impossible. Personne n'a de super pouvoir. Seul dieu l'unique selon ma religion musulmane.

En revanche, j'ai toujours cru à la force des contributions sincères et répétées dans le temps.

Chaque situation améliorée.

Chaque souffrance évitée.

Chaque rupture anticipée.

Chaque personne respectée.

Chaque organisation rendue plus robuste.

Chaque transmission réalisée.

Tout cela compte.

C'est probablement ainsi qu'est née Protect & Perform®.

Non d'une volonté de domination.

Non d'une volonté de reconnaissance.

Non d'une recherche de prestige.

Mais d'un refus profond de regarder certaines difficultés sans essayer d'apporter une réponse.

Je n'ai jamais prétendu changer le monde entièrement seule mais le construire dans son entièreté oui il me suffit de feuille de papier et de ma plume de robustesse. C'est précisément mon génie qui s'exprime dans le réel à tort ou à raison qui me permet moi au milieu de tout par conscience humaine de rester neutre en tout temps face à l'incertitude qui est une menace redoutable, le semble t'il je ne suis pas assez avancé, pour l'affirmer avec certitude à ce jour, néanmoins les faits sont là attendant ma réflexion. Comme toujours et ma plume robuste dans ce monde ici bas quant l'au-delà, ça c'est encore autre chose.

Mais j'ai toujours accepté de faire ma part.

Jour après jour.

Année après année.

Avec une conviction qui ne m'a jamais quittée :

Le progrès collectif commence toujours par une responsabilité individuelle assumée.

Je sais pertinemment la portée réelle de ma contribution est voué à porter le monde qui se défile devant ses responsabilités.

Je ne marche pas dans le flou je conçois pour prévenir le risque qui touche l'humanité à mon niveau et transmet. C'est mon métier d'Architecte et de Maître Systémique l'art Supérieur de la gestion et de la sécurisation par la synergie Systémique. Oui c'est mon génie depuis toute petite. Après tout on pourra pas m'enlever ça dans ma bonté et ma sensibilité face aux mensonges et biais systémique.

Je laisse cela aux générations futures.

© Monia Natathia Zenati Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation préalable de l'auteur. ISBN 979-10-984020-2-9

Je laisse cela au réel.

Mais une chose est certaine :

Si Protect & Perform® existe aujourd'hui, ce n'est pas par hasard.

C'est le résultat de milliers d'heures d'observation, de réflexion, de travail et d'engagement.

La conséquence naturelle d'une question qui m'accompagne depuis l'enfance :

Comment rendre le monde un peu meilleur qu'il ne l'était hier ?

Chapitre 13

Le point de bascule

À force d'observer, de subir des injustices quotidiennes et faisant ma propre réflexion dans le cadre de mon stress Post trauma complexe j'ai compris. Ma solution: une grille de prédiction dans le réel qui permettrait de prévenir le risque tout en préservant l'humanité.

Les difficultés n'étaient pas toujours des problèmes humains

Ce sont des problèmes d'organisation.

Et si certaines souffrances pouvaient être évitées avant même qu'elles n'apparaissent ?

Et si l'on pouvait agir avant la crise ?

Avant l'accident ?

Avant la rupture ?

Toutes ses questions ont construit Protect et Perform progressivement et à transformer ma manière de voir les choses de septembre 2025 à 2026 chacune de ses questions sont des réponses au réel qui n'a jusque là ne me permettait pas de transmettre la maîtrise systémique et encore moins répondre aux enjeux majeurs nationaux que je m'étais fixés avant Protect et Perform.

Je ne regardais plus uniquement les individus.

Je regardais les structures.

Les mécanismes.

Les interactions.

Les régulations.

Je découvrais peu à peu ce qui allait devenir le cœur de ma réflexion :

L'architecture du réel.

Chapitre 14

Quand l'observation ne suffit plus

Pendant longtemps, j'ai observé.

J'observais les situations.

Les équipes.

Les organisations.

Les décisions.

Les conséquences.

La vérité c'est que .

Comprendre ne suffit pas

Voir une rupture ne suffit pas

Identifier un problème ne suffit pas .

C'est là que les choses deviennent plus complexes.

Beaucoup de personnes voient les problèmes.

Certaines les dénoncent.

D'autres les subissent.

Mais peu savaient comment les transformer en solutions durables.

Une logique.

Un enchaînement.

Une architecture.

Rien n'apparaît par hasard.

Une tension à une origine.

Une rupture à une cause.

Une crise à une histoire.

Et plus j'avancais, plus je comprenais que traiter la pathologie elle-même correspond à déplacer les symptômes qui reviennent souvent à déplacer le problème sans le résoudre.

Mais alors si un fait est réel comme la pathologie elle, a la racine ne l'ai pas ? C'est justement un mystère et qui le restera à l'infinie, ou pas par faute de pouvoir et de sa propre sécurité.

Je me suis alors mise à regarder différemment.

Non plus seulement ce qui se produisait.

Mais ce qui permettait à une situation d'exister.

Pourquoi cette décision ?

Pourquoi cette réaction ?

Pourquoi cette difficulté revient-elle toujours ?

Pourquoi certains établissements semblent-ils s'adapter alors que d'autres s'épuisent ? Ce n'était pas juste et sain.

Pourquoi certaines équipes résistent-elles aux crises quand d'autres s'effondrent ?

Ces questions allaient progressivement transformer ma manière de travailler.

Je ne cherchais plus uniquement à comprendre les personnes.

Je cherchais à comprendre les systèmes.

Les flux.

Les interfaces.

Les régulations.

Les interactions.

Les mécanismes de compensation.

Les mécanismes d'usure.

Les mécanismes de protection.

Je découvrais que les organisations possèdent elles aussi leurs forces.

Leurs fragilités.

Leurs habitudes.

Leurs angles morts.

Leurs ressources invisibles.

À cet instant, je ne le savais pas encore.

Mais une nouvelle étape venait de commencer.

Je n'étais plus uniquement dans l'observation du réel.

J'entrais progressivement dans sa modélisation.

Je commençais à chercher les lois qui gouvernent les équilibres humains et organisationnels.

Je cherchais à comprendre pourquoi certaines structures demeurent robustes malgré les contraintes.

Et pourquoi d'autres dérivent malgré les meilleures intentions.

Sans le savoir, je venais d'ouvrir une porte.

Une porte qui allait m'accompagner je le souhaite si je vis assez longtemps pendant des années futures

Une porte qui allait transformer une simple observation de terrain en une réflexion beaucoup plus vaste.

Une réflexion sur la robustesse.

Sur la maîtrise.

Sur les équilibres.

Sur la responsabilité.

Et surtout sur cette question qui ne me quitterait plus :

Comment permettre à un système humain de fonctionner durablement sans se dégrader lui-même ?

Cette question allait devenir le point de départ d'une aventure bien plus grande que je ne l'imaginais alors.

Chapitre 16

La mouette

J'étais en CE1.

À cet âge-là, la plupart des enfants réalisent les exercices demandés par leur institutrice sans imaginer qu'ils pourraient les accompagner toute leur vie.

Pourtant, il arrive parfois qu'un simple dessin révèle quelque chose de plus profond.

Un jour, notre maîtresse nous demanda de représenter la pollution et d'expliquer ce qu'elle signifiait pour nous.

J'ai alors dessiné une mouette.

Une mouette en train de mourir.

Je l'avais représentée prisonnière d'une eau sombre, noire et grise.

Une eau polluée par le pétrole.

Par les déchets.

Par l'activité humaine.

On pouvait la voir se débattre.

Souffrir.

Tenter de survivre.

Au-dessus de mon dessin, j'avais placé un symbole d'interdiction.

Un sens interdit.

Pour moi, le message était simple.

Cela devait cesser.

Lorsque vint le moment de présenter mon travail devant la classe, je n'ai pas parlé uniquement de pollution.

J'ai parlé des conséquences.

J'ai expliqué que nous avons tout intérêt à nous soucier de ce que subissent les animaux encore aujourd'hui.

Parce que si eux souffrent, alors nous finirons nous aussi par en subir les effets.

Peut-être pas immédiatement.

Peut-être pas de façon visible.

Mais forcément à long terme.

À ma manière d'enfant, j'essayais déjà de montrer que l'industrie à un coût.

Que les conséquences d'une action ne s'arrêtent jamais à son point de départ.

Que ce qui touche un élément d'un système finit souvent par affecter l'ensemble.

Lorsque mon exposé fut terminé, ma maîtresse resta un instant silencieuse.

Puis elle me donna la note de 21 sur 20.

Avant d'ajouter avec un sourire :

— Cela mériterait même 22 sur 20.

Je me souviens encore de sa réaction.

De sa surprise.

De sa bienveillance.

Et du bisou qu'elle me donna pour me féliciter.

Aujourd'hui, avec le recul, je crois comprendre.

Ce n'était pas simplement un dessin.

Ce n'était pas simplement un exposé.

C'était déjà une manière de regarder le monde.

Une manière de chercher les conséquences derrière les apparences.

Une manière de penser en termes d'interdépendances.

Une manière de protéger avant que les dégâts ne deviennent irréversibles pour nous les citoyens français.

Mais ce n'est pas ce souvenir qui est resté le plus longtemps dans ma mémoire.

Ce qui m'a accompagnée durant des années, c'est ce qui s'est passé juste après.

À la fin de l'exposé, je l'ai regardée avec tout le sérieux du monde et je lui ai dit :

— Un jour, maîtresse, je changerai le monde.

Je ne plaisantais pas.

Je ne cherchais pas à faire rire.

Je ne cherchais pas à attirer l'attention.

J'étais sincèrement convaincue de ce que je disais.

Et probablement que je l'ai dit avec cette assurance qui m'accompagne encore aujourd'hui.

Cette manière un peu directe.

Un peu audacieuse.

Cette façon de parler comme si ce qui semblait impossible aux autres était déjà une évidence pour moi.

Alors elle s'est mise à rire.

Un immense fou rire.

Elle riait tellement qu'elle en avait les larmes aux yeux.

Sur le moment, je n'ai pas compris.

Et pendant longtemps, cette scène est restée dans un coin de ma mémoire.

Pourquoi cette phrase semblait-elle si improbable ?

Je me suis posé la question pendant des années.

Puis la vie a fini par m'apporter une réponse.

Aujourd'hui, je crois que nous ne parlons pas exactement de la même chose.

Lorsque je disais que je voulais changer le monde, je ne parlais ni de pouvoir, ni de célébrité, ni de grandeur.

Je parlais simplement d'œuvrer pour le bien.

Je parlais d'améliorer ce qui pouvait l'être.

Je parlais de contribuer.

Je parlais de laisser les choses un peu meilleures qu'à mon arrivée.

Je voulais que les gens vivent bien.

Je voulais que les animaux souffrent moins.

Je voulais que les difficultés trouvent des solutions.

Je voulais que chacun puisse vivre dans un monde un peu plus juste, un peu plus humain et un peu plus responsable.

À l'époque, j'avais déjà les mots pour l'expliquer.

Ça n'était pas une intuition, c'était un fait réel masqué une fois de plus par un flux parasite.

À partir de 2014.

Lorsque j'ai progressivement réalisé qu'il était effectivement possible d'agir.

En collaboration avec un organisme supérieur notamment l'académie . J'ai commencé à écrire davantage et à créer mes propres dispositifs axés sur la méditation et j'en fait une méthode basée sur le souffle pour pallier aux angoisses des patients.

Oui j'avais maintenant la possibilité de contribuer.

De construire.

D'aider.

De transmettre.

D'améliorer.

À condition de le vouloir réellement.

Avec le recul, je crois que la petite fille de CE1 n'avait pas complètement tort.

Elle utilisait simplement des mots d'enfant, des dessins des écrits pour exprimer quelque chose qu'elle ne comprendrait pleinement que bien des années plus tard.

Sans le savoir, bien avant Protect & Perform®, bien avant mes années dans le soin, bien avant mes réflexions sur la robustesse, les organisations et les systèmes humains, une partie de ce qui allait devenir ma manière de penser était déjà là.

Dans le regard inquiet d'une petite fille devant une mouette recouverte de pétrole.

Et dans cette conviction profonde que je porte encore aujourd'hui :

Lorsqu'une souffrance apparaît quelque part, il vaut mieux la comprendre et agir en créant des dispositifs robuste.

Chapitre 17

Le premier plan

J'avais huit ans.

Moi, j'avais décidé de réfléchir à la ville.

Inscrite et participant à une commission J'avais construit un véritable plan.

Un rêve d'enfant réussi qui était de transformer ma ville insalubre en ville pérenne.

Un plan avec un ordre.

Une logique.

Des priorités.

Dans mon esprit, une commune devait d'abord traiter ce qui était critique avant de s'occuper du reste.

La première étape concernait l'insalubrité.

Pour moi, il fallait commencer par là.

Sécuriser.

Assainir.

Supprimer ce qui dégradait le cadre de vie.

Ensuite venait le lien.

Je ne possédais pas encore les mots que j'utilise aujourd'hui.

Mais je comprenais déjà qu'une ville n'était pas seulement constituée de bâtiments.

Me voilà en commission : auprès d'adultes en pleine réflexion et après que chacun est fini de parler venue mon tour :

Une ville était aussi constituée de relations humaines.

De rencontres.

D'espaces partagés.

De vie collective.

Puis venait la phase de construction.

Développer.

Améliorer.

Faire évoluer progressivement la commune.

Sans détruire inutilement ce qui fonctionnait encore.

Dans mon raisonnement d'enfant, tout n'avait pas besoin d'être refait immédiatement.

Il fallait prioriser.

Préserver les ressources.

Traiter l'urgence avant le confort.

C'est pour cette raison que l'école André Julien arrivait à la fin du plan.

Elle ne figurait pas parmi les priorités immédiates.

Elle pouvait encore remplir sa fonction.

Il fallait d'abord s'occuper de ce qui était plus critique.

La rénovation viendrait ensuite.

Lorsque les autres étapes auraient été réalisées.

Je me souviens même avoir imaginé différentes temporalités.

Cinq ans.

Sept ans.

Douze ans.

Et au terme de cette transformation progressive, la ville serait devenue autre chose.

Pas une nouvelle ville.

Mais une ville profondément transformée.

Une ville capable de marquer son histoire.

Ce jour-là, une rencontre était organisée avec le maire.

J'ai écouté les adultes parler pendant un long moment.

Ils expliquaient leurs projets.

Leurs idées.

Leur vision.

Moi, j'attendais simplement mon tour.

Car j'étais venue avec quelque chose à remettre.

Mon plan.

Lorsque le moment est arrivé, je l'ai transmis.

Simplement.

Naturellement.

Comme si cela allait de soi.

Je n'avais pas vraiment la possibilité de faire un long discours.

Alors j'ai laissé parler le document.

Ce dont je me souviens le plus aujourd'hui, ce n'est pas du plan lui-même.

C'est de la scène.

Du contraste.

D'un côté, les adultes.

De l'autre, une petite fille de huit ans persuadée qu'il était parfaitement normal de remettre un projet d'organisation municipale à son maire.

Avec le recul, la situation me fait encore rire.

Beaucoup rire même.

Parce qu'à l'époque, cela me paraissait totalement logique.

Je ne voyais rien d'exceptionnel dans ce que je faisais.

J'appliquais simplement ce que j'avais toujours vu autour de moi.

Mon père travaillait dans des environnements où l'on parlait de projets, de sécurité, de priorités, de planification et d'organisation.

J'avais grandi au milieu de ces conversations.

Sans forcément m'en rendre compte.

Je les avais absorbées.

Et lorsque je regardais une ville, mon esprit faisait naturellement ce qu'il avait appris à faire :

Observer.

Structurer.

Prioriser.

Planifier.

Pendant longtemps, je n'ai accordé qu'une importance relative à ce souvenir.

Puis les années ont passé.

Et un jour, je me suis rendu compte d'une chose.

Ce que je faisais à huit ans ressemblait déjà étrangement à ce que je ferais plus tard.

À une autre échelle.

Avec d'autres outils.

Avec davantage d'expérience.

Mais selon une logique finalement très proche :

Observer le réel.

Identifier les priorités.

Préserver ce qui fonctionne.

Traiter les points critiques.

Construire progressivement.

Et ne jamais oublier que derrière chaque projet se trouve toujours une question essentielle :

Que faut-il faire en premier pour que tout le reste devienne possible ?

Chapitre 18

Le regard qui selon certains cherchait toujours plus loin

En grandissant, une chose revenait régulièrement dans les discussions autour de moi.

Les adultes semblaient souvent surpris par les questions que je posais.

Pas parce qu'elles étaient compliquées.

Mais parce qu'elles arrivaient souvent là où on ne les attendait pas.

Lorsqu'une situation m'était présentée, je n'arrivais pas à m'arrêter à sa surface.

J'avais besoin d'aller plus loin.

Toujours plus loin.

Je voulais comprendre ce qui existait derrière les apparences.

Derrière les décisions.

Derrière les événements.

Derrière les comportements.

Je ne me satisfaisais jamais complètement de la première explication.

Ni même de la deuxième.

Je cherchais toujours ce qui se trouvait derrière la porte suivante.

Avec le recul, je crois que cela venait d'une conviction très simple.

Chaque chose possède une raison d'exister.

Chaque conséquence possède une origine.

Chaque problème possède une histoire.

Et tant que cette histoire n'est pas comprise, la situation reste incomplète.

Très tôt, j'ai découvert quelque chose qui allait profondément influencer ma manière de réfléchir.

Les gens parlent souvent des conséquences.

Beaucoup moins des causes.

Et encore moins des mécanismes qui produisent ces causes.

Pourtant, c'est souvent là que se trouve la véritable compréhension.

Lorsqu'une situation me paraissait injuste, je ne voulais pas seulement savoir qu'elle était injuste.

Je voulais comprendre pourquoi elle existait.

Lorsqu'un conflit apparaissait, je ne voulais pas seulement savoir qui avait tort ou raison.

Je voulais comprendre ce qui l'avait rendu possible.

Lorsqu'une difficulté surgissait, je voulais savoir pourquoi personne ne l'avait vue arriver plus tôt.

Cette manière de regarder le monde me suivait partout.

À l'école.

Dans la rue.

À la maison.

Dans les discussions familiales.

Dans les rencontres.

Partout.

Comme si mon esprit cherchait constamment à relier les éléments entre eux.

Avec les années, j'ai compris que cette façon de penser pouvait parfois surprendre.

Parce que beaucoup de personnes cherchent une réponse.

Moi, je cherchais souvent le mécanisme qui produisait la réponse.

La nuance paraît faible.

Pourtant elle change tout.

Je crois aujourd'hui que c'est à cette période que j'ai commencé à développer une habitude qui ne me quitterait plus.

Observer sans me contenter des apparences.

Écouter sans me contenter des mots.

Chercher les liens.

Chercher les causes.

Chercher les interactions.

Chercher les conséquences futures.

Je ne savais pas encore que cette manière de réfléchir me conduirait un jour vers l'étude des organisations, des systèmes humains et de la robustesse.

Je ne savais pas encore que des années plus tard, cette même logique deviendrait l'un des fondements de Protect & Perform®.

À cette époque, je faisais simplement ce qui me semblait naturel.

Je regardais plus loin.

Et parfois, sans même m'en rendre compte, ce regard me permettait déjà d'apercevoir des choses que d'autres ne voyaient pas encore.

Non parce que j'étais plus intelligente.

Non parce que je possédais un savoir particulier.

Mais parce que je passais beaucoup de temps à observer ce que les autres avaient pris l'habitude d'ignorer.

Avec le recul, je crois que c'est ainsi que commence toute compréhension véritable.

Non pas en regardant davantage.

Mais en apprenant à regarder autrement.

Chapitre 19

Quand le réel commence à enseigner ses propres leçons

Pendant longtemps, j'ai appris à travers les livres.

À travers l'école.

À travers les adultes qui m'entouraient.

Puis est arrivé un moment où un autre professeur a commencé à prendre davantage de place.

Le réel.

Le réel est un enseignant particulier.

Il ne donne pas de cours.

Il ne distribue pas de diplômes.

Il ne récompense pas les bonnes intentions.

Il montre simplement les conséquences.

Parfois immédiatement.

Parfois plusieurs années plus tard.

Mais il finit toujours par répondre.

En grandissant, j'ai commencé à comprendre que certaines vérités ne pouvaient être apprises que par l'expérience.

On peut lire des centaines de pages sur la confiance.

Mais une seule trahison suffit parfois à en enseigner davantage.

On peut lire des centaines de pages sur le courage.

Mais une seule situation difficile révèle ce que l'on est réellement capable de faire.

On peut lire des centaines de pages sur la responsabilité.

Mais une seule décision importante permet d'en mesurer le poids véritable.

Le réel possède cette particularité.

Il transforme les concepts en expériences.

Et les expériences en connaissances.

Peu à peu, j'ai compris que les discours étaient nombreux.

Les promesses également.

Les certitudes aussi.

Pourtant, lorsque les circonstances deviennent difficiles, une autre réalité apparaît.

Une réalité plus discrète.

Plus exigeante.

Mais aussi beaucoup plus fiable.

La réalité des actes.

C'est probablement à cette période que ma confiance dans les comportements observables a commencé à prendre davantage de place.

Non parce que je méprisais les paroles.

Les paroles sont importantes.

Elles permettent de transmettre.

D'expliquer.

D'engager.

Mais elles ne suffisent pas.

Les actes viennent toujours compléter le discours.

Parfois ils le confirment.

Parfois ils le contredisent.

Je découvrais également quelque chose d'autre.

Les êtres humains ne sont pas uniquement révélés par les périodes faciles.

Ils sont souvent révélés par les périodes difficiles.

Lorsque la pression augmente.

Lorsque les ressources diminuent.

Lorsque les choix deviennent inconfortables.

Lorsque les conséquences deviennent réelles.

C'est dans ces moments-là que certaines personnes révèlent une solidité remarquable.

Et que d'autres révèlent leurs fragilités.

Sans jugement.

Simplement parce que le réel agit comme un révélateur.

Au fil du temps, cette observation allait devenir une habitude.

Je regardais moins ce que les personnes affirmaient être.

Je regardais davantage ce qu'elles faisaient lorsque les circonstances devenaient exigeantes.

Je ne cherchais pas des héros.

Je ne cherchais pas des personnes parfaites.

Je cherchais de la cohérence.

La cohérence entre ce qui est dit.

Et ce qui est fait.

Cette recherche allait m'accompagner durant toute ma vie.

Dans mes relations.

© Monia Natathia Zenati Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation préalable de l'auteur. ISBN 979-10-984020-2-9

Dans mon travail.

Dans mes engagements.

Dans ma manière de comprendre les organisations.

Car les organisations, elles aussi, finissent toujours par être révélées lorsque les difficultés apparaissent.

Avec le recul, je crois que cette période m'a enseigné une leçon qui ne m'a jamais quittée :

Le réel n'est pas toujours confortable.

Mais il reste le meilleur professeur que j'aie jamais rencontré.

Chapitre 20

La rencontre entre l'idéal et la réalité

Lorsque l'on est enfant, tout paraît simple.

Les problèmes ont des solutions.

Les injustices doivent être corrigées.

Les difficultés doivent être résolues.

Et les adultes savent ce qu'ils font.

Du moins, c'est ce que l'on imagine.

Puis vient le moment où le réel commence à montrer une image plus complexe.

Une image plus nuancée.

Parfois plus difficile.

Mais aussi plus intéressante.

J'ai progressivement découvert que les problèmes ne viennent pas toujours de la méchanceté.

Ni de l'incompétence.

Ni de la mauvaise volonté.

Parfois, ils naissent simplement de la complexité.

De contraintes invisibles.

De ressources limitées.

De choix difficiles.

D'équilibres fragiles.

Cette découverte a profondément changé ma manière de regarder les situations.

Pendant longtemps, j'avais tendance à penser qu'il suffisait de vouloir améliorer les choses pour qu'elles s'améliorent.

Puis j'ai compris que la volonté seule ne suffisait pas.

Il fallait aussi comprendre.

Comprendre les contraintes.

Comprendre les résistances.

Comprendre les mécanismes.

Comprendre les conséquences.

L'idéal me disait :

— Il faut changer cela.

Le réel me répondait :

— D'accord. Mais comment ?

Avec quelles ressources ?

Dans quel ordre ?

Avec quels impacts ?

Cette question du "comment" allait progressivement devenir centrale dans ma réflexion.

Parce qu'une idée peut être excellente.

Si elle est appliquée au mauvais moment, elle échoue.

Une décision peut être juste.

Si elle est appliquée sans préparation, elle produit parfois l'inverse du résultat attendu.

Une transformation peut être nécessaire.

Si elle est trop brutale, elle détruit ce qu'elle cherchait à protéger.

J'ai alors commencé à comprendre quelque chose d'essentiel.

La transformation durable ne repose pas uniquement sur une bonne intention.

Elle repose sur une architecture.

Une méthode.

Une temporalité.

Une compréhension fine du réel.

Cette découverte ne m'a pas éloignée de mes idéaux.

Au contraire.

Elle les a rendus plus solides.

Plus réalistes.

Plus applicables.

Je continuais à croire qu'il était possible d'améliorer les choses.

Je continuais à croire qu'il était possible de contribuer.

Je continuais à croire qu'il était possible d'agir.

Mais je comprenais désormais qu'entre l'idée et le résultat existe un espace immense.

Un espace fait d'organisation.

De travail.

De patience.

D'observation.

D'ajustements.

Et parfois d'humilité.

Peu à peu, une conviction s'est installée.

Une conviction qui allait m'accompagner toute ma vie.

Le rêve inspire.

Le réel construit.

Les deux sont nécessaires.

L'un donne la direction.

L'autre permet d'avancer.

Avec le recul, je crois que c'est à ce moment-là que mon regard a commencé à changer.

Je ne cherchais plus seulement ce qui devait être amélioré.

Je cherchais désormais à comprendre comment l'améliorer sans détruire ce qui fonctionnait déjà.

Et cette nuance allait tout changer.

Car sans le savoir, je m'approchais progressivement de ce qui deviendrait plus tard le cœur de mon travail :

Écrire pour préserver, sécuriser pour produire , puis transformer.

Chapitre 21

Pour se choisir et survivre face au mensonge.

Il existe des leçons que l'on apprend dans les livres.

Et d'autres que l'on apprend parce que l'on n'a pas le choix.

Pour moi, les premières confrontations réelles au terrain ne sont pas venues d'un emploi.

Elles sont venues de la nécessité de trouver ma place.

De m'investir socialement.

De m'investir professionnellement.

De construire mon avenir.

À cette époque, je ne séparais déjà plus complètement la réflexion de l'action.

Je fonctionne naturellement en fusion active.

Observer.

Comprendre.

Tester.

Ajuster.

Recommencer.

Puis avancer.

Encore.

Je venais d'un environnement où il fallait apprendre dans le réel .

Où certaines réalités ne pouvaient pas être ignorées.

Où la théorie seule ne suffisait pas.

Le réel exigeait des résultats.

Des adaptations.

Des solutions.

Chapitre 23

Les étés de Donzère

Avant même de réfléchir à mon avenir professionnel, il y avait une passion.

La natation.

Pendant des années, mes étés se ressemblaient.

Dès l'ouverture de la piscine municipale de Donzère, j'étais présente.

Et je n'en repartais qu'à la fermeture.

De sept heures du matin jusqu'à vingt heures trente.

Jour après jour.

Tout l'été.

Sans manquer une seule journée.

J'aimais l'eau.

Mais ce n'était pas seulement cela.

J'aimais observer.

Observer les nageurs.

Observer les compétitions.

Observer les techniques.

Observer les performances.

Je regardais le crawl.

Le papillon.

La natation synchronisée.

Je regardais ceux qui réussissaient.

Ceux qui progressaient.

Ceux qui se dépassaient.

Et je cherchais à comprendre pourquoi.

Je ne le savais pas encore.

Mais derrière cette passion se cachait déjà quelque chose de plus profond.

Je n'étais pas seulement fascinée par le résultat.

J'étais fascinée par le mécanisme qui produisait le résultat.

À cette époque, je passais des heures à observer les détails.

Les gestes.

Les rythmes.

Les mouvements.

La précision.

L'entraînement.

Je voulais comprendre ce qui permettait à quelqu'un de devenir meilleur.

Avec le recul, je crois que la natation m'a appris très tôt une leçon qui ne me quitterait jamais :

Rien ne remplace la pratique.

On peut observer.

On peut réfléchir.

On peut imaginer.

Mais à un moment donné, il faut entrer dans l'eau.

Sans le savoir, j'apprenais déjà ce qui allait devenir l'une des bases de ma manière de travailler :

Observer.

Comprendre.

Puis expérimenter.

Chapitre 24

© Monia Natathia Zenati Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation préalable de l'auteur. ISBN 979-10-984020-2-9

Les étés de Donzère

Avant le soin.

Avant les plans.

Avant les organisations.

Avant Protect & Perform®.

Il y avait les étés de Donzère.

Et il y avait l'eau.

Chaque année, lorsque les vacances arrivaient, je passais l'essentiel de mon temps à la piscine municipale.

Du matin jusqu'au soir.

De sept heures à vingt heures trente.

Jour après jour.

Tout l'été.

Sans manquer une seule journée.

La piscine était devenue mon territoire.

Mon espace de liberté.

Mon terrain d'apprentissage.

La natation était ma première véritable passion.

Le crawl.

Le papillon.

La natation synchronisée.

J'aimais tout.

Je pouvais passer des heures à observer les compétitions à la télévision.

Les nageurs.

Les techniques.

Les performances.

Je regardais les détails.

Les mouvements.

Les trajectoires.

Les différences.

Je voulais comprendre pourquoi certains réussissaient mieux que d'autres.

Pourquoi certains gestes semblaient plus efficaces.

Pourquoi certaines techniques produisaient de meilleurs résultats.

À la maison, mon père observait cela avec attention.

Il avait sa propre vision des choses.

Et sa propre manière de les exprimer.

Concernant la télévision, son avis était très clair.

Il disait souvent :

« C'est une boîte à s'abrutir, ma fille. »

Puis il ajoutait :

« C'est pour les gens qui vivent dans un monde d'utopie. Ce n'est pas bon pour ton cerveau. C'est destructeur de neurones. »

Évidemment, à l'époque, je ne partageais pas toujours son enthousiasme.

Je soufflais.

Souvent.

Beaucoup même.

Ce qui provoquait immédiatement la réponse habituelle :

« Et je ne veux pas t'entendre souffler ! »

Pour lui, le temps avait de la valeur.

Il devait servir à apprendre.

À comprendre.

À découvrir.

À progresser.

Les documentaires avaient leur place.

La lecture avait sa place.

Le sport avait sa place.

Les activités avaient leur place.

Mais tout ce qui n'apportent rien à l'humain dans le réel ne trouvait grâce à ses yeux.

Lorsque je protestais, il concluait souvent de la même manière :

« Tu dois regarder des choses qui ont du sens et qui vont t'apporter quelque chose plus tard. »

Puis venait la phrase que je connaissais par cœur :

« Je sais que tu m'en veux aujourd'hui. Mais un jour, tu seras en âge de comprendre. Et tu te diras que papa avait raison. »

Sur le moment, cela avait le don de m'agacer profondément.

Aujourd'hui, cela me fait sourire.

Parce que je revois parfaitement la scène.

Mes soupirs.

Ses remarques.

Mes protestations.

Sa patience.

Avec le recul, je réalise que ces années ont construit bien plus que ma passion pour la natation.

Elles ont façonné ma manière d'apprendre.

Ma manière d'observer.

Ma manière de comprendre.

Elles m'ont appris qu'il existe toujours quelque chose à découvrir derrière ce que l'on voit.

Quelque chose à comprendre derrière ce que l'on croit savoir.

Je ne le savais pas encore.

Mais bientôt, la natation allait rencontrer une autre idée.

Le sauvetage.

Et avec lui, la découverte qu'une compétence pouvait servir à bien plus qu'à gagner une course.

Elle pouvait aussi sauver une vie.

Chapitre 24

Les étés de Donzère

Avant le soin.

Avant les organisations.

Avant Protect & Perform®.

Avant même de réfléchir à mon avenir professionnel.

Il y avait l'eau.

Et il y avait les étés de Donzère.

Chaque année, lorsque les vacances arrivaient, je passais l'essentiel de mon temps à la piscine municipale.

Du matin jusqu'au soir.

De sept heures à vingt heures trente.

Jour après jour.

Tout l'été.

Sans manquer une seule journée.

La piscine était devenue mon territoire.

Mon espace de liberté.

Mon terrain d'apprentissage.

La natation fut ma première véritable passion.

Le crawl.

Le papillon.

La natation synchronisée.

J'aimais tout.

Je regardais les compétitions à la télévision.

Pas n'importe lesquelles.

À la maison, mon père avait des règles très claires.

Lorsqu'il voyait certains programmes, il disait immédiatement :

« C'est une boîte à s'abrutir, ma fille. »

Puis il ajoutait :

« C'est pour les gens qui vivent dans un monde d'utopie. Ce n'est pas bon pour ton cerveau. C'est destructeur de neurones. »

Évidemment, cela ne me plaisait pas toujours.

Je soufflais.

Souvent.

Et la réponse arrivait aussitôt :

« Et je ne veux pas t'entendre souffler ! »

Puis il poursuivait :

« Tu regardes des choses qui ont du sens et qui vont t'apporter quelque chose plus tard. Je sais que tu m'en veux aujourd'hui, mais un jour tu comprendras ma fille. Et tu te diras que papa avait raison. »

À l'époque, j'étais loin d'en être convaincue.

Aujourd'hui, lorsque je repense à ces échanges, je souris.

À la piscine, je n'étais pas seulement fascinée par la performance.

Je la pratiquais.

Beaucoup.

Mon grand frère chronométrait régulièrement mes temps.

Et moi, je cherchais sans cesse à progresser.

Je traversais le grand bassin.

Je m'entraînais.

Je testais mes limites.

Je passais davantage de temps dans l'eau qu'en dehors.

Je pouvais traverser sous l'eau sans respirer.

Encore.

Et encore.

Toujours avec cette envie de faire mieux que la veille.

Je regardais les nageurs expérimentés.

Les compétiteurs.

Les techniques.

Les mouvements.

Les trajectoires.

Je voulais comprendre pourquoi certains allaient plus vite.

Pourquoi certains paraissaient plus fluides.

Pourquoi certains obtenaient de meilleurs résultats.

Sans le savoir, je faisais déjà ce que je ferais plus tard dans bien d'autres domaines :

Observer.

Comprendre.

Tester.

Recommencer.

Étienne.

Le maître-nageur.

Je me souviens aussi de sa présence.

De sa vigilance.

Du fait qu'il gardait toujours un œil sur moi.

Je passais tellement de temps dans l'eau qu'il finissait régulièrement par intervenir.

Et parfois, lorsqu'il criait à travers la piscine, j'avais l'impression d'entendre mon père.

La même fermeté.

La même vigilance.

Il faut reconnaître que je ne lui facilitais pas toujours la tâche.

J'adorais l'eau.

Et sortir du bassin n'était jamais une priorité pour moi.

Alors, de temps en temps, je m'amusais à le faire tourner en bourrique.

Lorsque je voyais qu'il commençait à s'inquiéter, il m'arrivait même de faire semblant d'être en difficulté.

Ce qui avait généralement pour effet de le faire réagir immédiatement.

Puis venait la négociation.

Je lui lançais :

« Si tu veux que je sorte de l'eau, envoie-moi ton bâton ! »

Alors il attrapait sa perche.

Et je m'y accrochais.

Comme une petite victoire personnelle.

Il me ramenait jusqu'à l'échelle pendant que moi, j'étais morte de rire.

Avec le recul, je réalise surtout à quel point il devait parfois se demander ce qu'il allait bien pouvoir faire de moi.

Peu à peu, une routine s'était installée.

Des retrouvailles.

Des discussions.

Des goûters.

Une présence rassurante.

Protecteur .

Bienveillant.

Et comme tous les enfants qui sont insouciant du danger je garde malgré tout là aussi un bon souvenir.

Je crois qu'il occupait une place particulière dans mon univers d'enfant.

Une place difficile à définir exactement.

Mais qui ressemblait beaucoup à celle d'un grand-père.

Quelqu'un qui veille.

Quelqu'un qui observe.

Quelqu'un qui protège discrètement.

Lorsque l'été prenait fin, j'étais toujours déçue.

Parce qu'avec la rentrée, ce petit monde disparaissait jusqu'à l'année suivante.

Et parce qu'au fond, la piscine n'était plus seulement un lieu.

Elle était devenue une partie de ma vie.

Une partie importante.

Une partie fondatrice.

Je ne le savais pas encore.

Mais ces années passées dans l'eau préparaient déjà quelque chose de plus grand.

Car bientôt, la natation allait rencontrer une autre idée.

Une idée qui allait profondément marquer mon parcours.

Le sauvetage.

Et avec lui, la découverte qu'une compétence pouvait servir à bien plus qu'à gagner une course.

Elle pouvait aussi sauver une vie.

.

Chapitre 25

Le jour où j'ai compris que nager pouvait sauver une vie

Nous étions au mois de juin.

J'avais onze ans.

L'année scolaire touchait à sa fin.

Dans quelques semaines, je quitterais l'école primaire pour entrer en sixième.

À cet âge-là, je vivais déjà dans l'eau dès que l'occasion se présentait.

La natation faisait partie de mon quotidien.

Je connaissais la piscine.

J'aimais l'effort.

J'aimais progresser.

Mais ce jour-là, quelque chose allait changer.

Une activité particulière avait été organisée.

Nous allions découvrir les bases du sauvetage.

Pour beaucoup d'élèves, il s'agissait simplement d'un exercice.

Pour moi, cela allait devenir une révélation.

On nous apprenait à récupérer des objets au fond de l'eau.

À déplacer un mannequin.

À intervenir.

À agir.

À secourir.

Et soudain, quelque chose s'est produit dans mon esprit.

Une connexion.

Une évidence.

Je venais de comprendre que la natation pouvait servir à autre chose qu'à nager.

Elle pouvait servir à sauver quelqu'un.

À protéger quelqu'un.

À intervenir lorsque quelqu'un était en danger.

Et cette idée m'a immédiatement fascinée.

Je me souviens du chronomètre.

Je me souviens de l'exercice.

Je me souviens surtout de ce sentiment.

Une sorte d'émerveillement.

Dans ma tête de préadolescente, une seule idée tournait en boucle :

On peut sauver des vies.

Je trouvais cela extraordinaire.

Je trouvais cela utile.

Je trouvais cela beau.

À partir de ce moment-là, l'exercice n'était plus un simple exercice.

Je voulais réussir.

Je voulais comprendre.

Je voulais apprendre.

Je voulais être performante.

Non pas pour gagner contre les autres.

Mais parce que pour la première fois, je percevais clairement l'utilité concrète de cette performance.

Le chronomètre tournait.

Et comme souvent lorsque quelque chose me passionnait, je donnais tout.

Je voulais réaliser les meilleurs résultats possibles.

Je voulais comprendre chaque geste.

Chaque mouvement.

Chaque détail.

Lorsque les résultats sont tombés, j'avais terminé première de la classe.

J'étais heureuse.

Très heureuse.

Mais ce n'était pas uniquement à cause du classement.

C'était surtout parce que quelque chose venait de prendre sens.

Pour la première fois de ma vie, je voyais apparaître un lien direct entre une compétence et son utilité humaine.

Nager.

Sauver.

Protéger.

Aider.

Dans mon esprit, tout cela venait soudainement de se rejoindre.

Avec le recul, je crois que ce moment a marqué bien davantage que je ne l'imaginai alors.

À onze ans, je n'avais évidemment aucune idée du chemin qui m'attendait. Hormis celle de changer le monde, j'y étais voué par amour de l'humanité.

Je ne savais pas encore que des années plus tard je travaillerais dans le soin.

Je ne savais pas encore que j'accompagnerais des personnes vulnérables.

Je ne savais pas encore que toute ma trajectoire professionnelle serait tournée vers la protection, la prévention et l'accompagnement.

Mais je crois que ce jour-là, quelque chose s'est ancré profondément.

Une conviction simple.

Une conviction qui ne m'a jamais quittée.

Une compétence n'a de véritable valeur que lorsqu'elle peut être mise au service de quelqu'un.

Je suis sortie de cette journée différente de celle qui y était entrée.

Toujours passionnée de natation.

Mais avec une idée nouvelle.

Une idée qui allait continuer à grandir silencieusement pendant plusieurs années.

Et qui, un jour, finirait par orienter toute ma trajectoire.

Sauver.

Protéger.

Être utile.

Peut-être que tout a commencé là.

Chapitre 26

L'opposé

Entre quatorze et dix-sept ans, j'ai découvert l'exact opposé de tout ce que le réel jusqu'ici m'avait appris.

L'opposé de la construction.

L'opposé de la protection.

L'opposé du respect.

L'opposé de la responsabilité.

J'y ai vu une logique que je ne connaissais pas encore.

Une logique où la domination devient une finalité.

Où le pouvoir devient plus important que l'être humain.

Où la destruction remplace progressivement la construction.

J'y ai vu des personnes sans scrupules.

Sans foi.

Sans loi.

Sans respect pour les autres.

Parfois même sans respect pour elles-mêmes.

Comme si tout pouvait être utilisé.

Tout pouvait être consommé.

Tout pouvait être sacrifié.

J'y ai découvert ce que peut produire l'absence de limites.

L'absence de conscience.

L'absence de responsabilité.

Lorsque plus rien ne vient freiner les dérives humaines.

Pour la première fois de ma vie, je me suis retrouvée confrontée à une forme d'obscurité que je ne soupçonnais pas.

Une réalité où l'horreur humaine peut parfois se révéler en temps réel.

Silencieusement.

Progressivement.

C'est probablement l'une des choses qui m'a le plus marquée.

Cette capacité qu'a l'être humain à s'habituer à ce qui ne devrait jamais devenir normal.

Il existe des endroits où personne ne peut vous sortir de l'enfer à votre place.

Des situations qui nécessitent d'être prises en charge avant qu'elles ne deviennent plus profondes encore.

Avant qu'elles ne vous engloutissent entièrement.

Parce qu'elle ne me définira jamais dans mon entièreté, et qui je suis ? Je suis l'homme avec un grand H et qui en découle de sa complexité.

Elle m'a appris quelque chose.

Mais elle ne me résume pas.

Chapitre 27

Protect & Perform®

À force d'écrire, de construire des dispositifs et de les appliquer depuis le réel, les conceptions ont fini par se formaliser.

Terrain.

Carnets.

Retours pratiques.

Eat-Sy-Fit.

Mind-Sy-Fit.

Coaching en santé mentale et physique.

Le Château de Catherine de Médicis.

Bulle Rouge.

Body & Mind.

Puis Protect & Perform®.

Chaque étape a apporté quelque chose.

Une observation.

Une compréhension.

Une correction.

Une précision.

Une évolution.

Au fil du temps, les pièces du puzzle ont fini par s'assembler.

Ce qui n'était au départ qu'une succession d'observations et de retours d'expérience a progressivement pris la forme d'une architecture cohérente.

Protect & Perform® n'est pas apparu du jour au lendemain.

Le nom est arrivé en dernier.

Comme souvent.

Après le terrain.

Après les erreurs d'apprentissage.

Après les réussites suite à la confrontation.

Après les leçons.

Et surtout après le réel.

Le réel qui, une fois encore, demeurerait le meilleur professeur.

Chapitre 28

Je reviens sur ce que j'appelle l'opposant négatif

L'opposant négatif n'a pour passion que la domination suprême, malgré la bonté de l'être humain.

Sans scrupule, ni foi, ni loi, ni respect pour personne, et même pas pour lui-même.

Une dictature de destruction où l'horreur de l'humanité se révèle en temps réel.

Là où personne ne peut te sortir de cet enfer si celui-ci n'est pas pris en charge à temps.

Encore une fois,

la violence n'a pour rôle que de servir uniquement celui qui la porte lorsqu'elle s'exerce hors du cadre souverain.

C'est pourquoi il est essentiel de prendre conscience de la chance que nous avons, en France, de disposer d'un cadre qui protège la dignité humaine malgré nos fragilités et nos maux collectifs.

Parce que la période de 14 à 17 ans ne définit pas qui je suis.

Elle m'a appris quelque chose, encore une fois.

Mais elle ne me résume pas.

Et parfois, connaître l'opposé permet aussi de mieux comprendre ce que l'on choisit de défendre.

Soyez présents lorsque vos responsabilités de citoyens vous appellent.

Signée La citoyenne loyale. Force Honneur et Respect à ma souveraineté. Vive la France.

Chapitre 29

Le reste appartient au temps.

Ce livre n'est qu'un instant figé sur le papier.

Une trajectoire.

Un regard.

Une expérience.

Il n'a jamais eu pour vocation de convaincre.

Encore moins de démontrer une quelconque supériorité.

Il témoigne simplement d'observations.

D'erreurs.

D'apprentissages.

De remises en question.

Et d'une conviction demeurée intacte au fil du temps.

Pour ma part, j'ai choisi de continuer à construire.

À apprendre.

À servir.

À transmettre.

Peut-être qu'une vie entière consiste simplement à répondre à une question :

Qui sommes-nous lorsque tout semble évident ?

Lorsque les repères se brouillent.

Lorsque les certitudes vacillent.

Lorsque la frontière entre le réel et l'irréel devient difficile à distinguer.

L'être humain conserve pourtant une capacité fondamentale.

Choisir.

Choisir ce qui se construit.

Choisir ce qui se protège.

Choisir ce qui se transmet.

C'est peut-être là l'essentiel.

Le savez vous ? Moi oui. L'avez vous compris moi oui,il me semble que bien que oui.

Monia Natathia Zenati

À la frontière, entre le réel et l'irréel,
il existe parfois un espace où les repères vacillent.

Un espace où les certitudes s'effondrent.

Un espace où l'être humain
est confronté à lui-même.

À travers son parcours, Monia Natathia Zenati
nous invite à explorer cette frontière invisible
qui sépare la construction de la destruction,
la lucidité de l'illusion, la résignation du choix.

Sans prétendre détenir une vérité absolue.
Elle partage une réflexion née du terrain,
de l'observation, de l'expérience et du réel.

Car au-delà des épreuves,
une question demeure :

Qui sommes-nous lorsque tout semble évident ?

Peut-être que la véritable liberté
commence précisément à cet instant.

Lorsque l'on se rappelle qui l'on est
face au injustice subit a cause
d'une distorsion interne systémique.

Et que l'on choisit, malgré tout,
de continuer à construire.

MONIA NATATHIA ZENATI

ISBN 979-10-984020-2-9



Merci le réel