







## DU MEME AUTEUR

- Pied-Noir de Mostaganem (2001),
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (1) : de 1999 à 2003,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (2) : 2004-2005,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (3) : 2005 à 2007,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (4) : 2007-2008,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (5) : de 2008 à 2010,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (6) : de 2011 à 2014,
- Réflexions sur le monde tel qu'il va (7) : de 2015 à 2018,
- Les Bras Cassés (2020),
- La méthode Jeanningros - Foi, discipline et bonheur (à paraître, 2022).

*Réflexions sur le monde  
tel qu'il va (5)*

De 2008 à 2010

ISBN : 979-10-359-5249-5

© Robert JEANNINGROS

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle, réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre.

Robert JEANNINGROS

*Réflexions sur le monde  
tel qu'il va (5)*

De 2008 à 2010

Illustration de couverture : La Sainte-Victoire de Paul Cézanne  
(1906)



A ma Famille.



**Le 5 septembre 2008**

**Petit précis de communication, de méditation, de remise en cause**

Je pense que la communication de nos jours est devenue encore plus importante. Elle est même primordiale. Les progrès sont tellement rapides, il suffit de voir les changements apportés durant tout le siècle dernier et le nouveau. Il en résulte que les événements nous dépassent à grande vitesse. Les enfants, et les grandes personnes passent de plus en plus de temps devant l'ordinateur et la télévision et en toute objectivité s'intéressent de moins en moins aux relations humaines et bien entendu à la communication. Les échanges familiaux se font de plus en plus rares, que ce soit à table ou ailleurs.

Je lis souvent des passages de l'évangile, de l'ancien testament et du nouveau et j'ai la confirmation que sur le plan de la morale, du bien-être nous n'avons rien inventé, tout est dans ces deux livres, les paraboles et les paroles du Christ qu'il faut lire et relire, rapportées par les Apôtres, Saint Paul et les autres donnent beaucoup de réponses sur ce que nous sommes et ce que nous faisons.

La vie est dure, on traverse tous des crises de dépression, l'épuisement peut nous rendre hargneux, de mauvaise humeur. Dans ce cas n'ayons pas de fausse honte, acceptons de nous faire pardonner de ce que nous ne sommes pas en réalité. On pense affection et on manifeste agressivité. Dites « pardonnez-moi et aidez-moi ». En parlant ainsi, on assiste en soi à un regain de joie, d'amour et de force.

Le cercle vicieux » maladie mauvais caractère ». On sait que des interventions chirurgicales peuvent être évitées, et sont guérissables par la remise en ordre du psychisme. Le plus vicieux des cercles est bien là. Les troubles psychiques causent des troubles organiques. Les professeurs J.P. Vivet, Borcq, Gosset et de nombreux médecins il y a déjà plus de cinquante années estimaient que dans la moitié des cas, l'origine des ulcères du duodénum est d'origine psychique. Ces éminents personnages de la médecine citaient déjà plusieurs exemples,

et affirmaient la nécessité entre une étroite collaboration entre psychiatre et chirurgiens. Si un organe fonctionne mal, c'est que nos idées erronées, nos sentiments nocifs l'ont troublé. Il faut donc éliminer la cause du mal, avant tout médicament, et développer en soi le calme et la maîtrise de soi. Il est préférable de cultiver une qualité opposée au défaut contraire. Face à l'agressivité intérieure ou extérieure cultiver la mansuétude, le calme et tout ce qui peut éliminer cet état destructeur.

L'esprit et le corps sont solidaires, notre corps ne doit pas manigancer notre esprit, fabriquons de l'enthousiasme et notre corps se portera mieux.

Saint Paul disait « ceux qui vivent selon la chair n'ont de goût que pour les choses de la chair, et ceux qui vivent selon l'esprit en ont pour les choses de l'esprit. Or la tendance de la chair, c'est la mort ; la tendance de l'esprit, c'est la vie et la paix. » Il écrivait cela dans une de ses lettres aux Romains

L'esprit orienté avec des pensées qui sont : « amour, union, pardon, tolérance » ne peut qu'aider le corps à se sentir toujours mieux.

Les effets de la pensée sont plus faciles à contrôler, si on veut bien s'en donner la peine. Une attitude bienveillante, même face à une personne qu'on ne tient pas en sympathie ne peut être que profitable pour chacun. Il suffit de chercher en elle les beaux côtés de son caractère. Arrachez avec force toutes pensées négatives.

**Une phrase d'Emerson qu'il convient de méditer : « tes actes parlent si fort que je n'entends pas ce que tu dis. »**

En gros cela veut dire que ce que nous disons en paroles, n'est pas toujours vraiment en accord avec la pensée. On peut faire du charme en paroles, mais si nos pensées sont hostiles, elles atteignent notre interlocuteur, et ce dernier ne croit pas un mot de ce qu'on dit. Voir l'exemple de certains de nos hommes politiques, c'est tout de même flagrant.

Maintenant, il y a les « comédiens » ou les artistes du propos qu'il faut observer avec beaucoup de calme et de vigilance. Beaux parleurs, emphase permanente pour toujours redorer

l'interlocuteur par des propos plein de gentillesse et de compliments. Ces derniers peuvent jouer tous les rôles, et leur vraie nature particulièrement difficile à découvrir.

Si un enfant manifeste un certain enthousiasme pour une activité, surtout ne pas l'en dissuader. Ne pas s'opposer à une motivation d'un enfant.

### **1940 - Invasion de la France par les Allemands**

Je relis un texte sur la débâcle de 1940, écrit par Marcelle Auclair, Journaliste de l'époque. Elle se retrouve à Bordeaux le 19 juin, la plupart des ministres et leurs suites se sauvent en bateau pour l'Afrique du Nord.

Elle rencontre la femme d'un ministre qui lui propose une place pour embarquer sur un bateau et suivre la débâcle par mer. Elle refuse de partir. Au cours de nombreux bombardements, elle fait la connaissance de la peur physique. Très croyante, elle implore le Seigneur, et se trouve abritée dans un couvent, et pendant les bombardements elle entendait les voix des religieuses qui priaient à haute voix ensemble. Elle dit que le temps qu'elle passa là, dans la paix qui règne au-dessus de la terre et de ses nées, fut l'un des plus beaux moments de sa vie.

### **L'Argent**

Un maître indien écrit : « l'argent a ceci de comparable avec le fumier que si on le laisse en tas, il pollue l'air, mais si on le disperse dans le champ il donne des moissons merveilleuses. »

Je viens de lire le livre de Bigard « Rire pour ne pas mourir ». Je comprends mieux ce comique que l'on dit grossier. Ces grossièretés sont malgré tout une vérité de la pensée de l'homme en général. Bien entendu, il en abuse par des mots qui choquent, mais quand on réfléchit bien à ses sketches plus ou moins grossiers, on découvre des vérités. A titre d'exemple en parlant de la classe politique, il dit : la gauche, ce sont « des enculés de gauche » et la droite ce sont « des enculés de droite », à la seule différence que pour la droite on peut s'y

attendre un peu mais pour la gauche qui se dit sociale, c'est le choc elle nous encule davantage. François Mitterrand avait demandé à son ministre de la justice de faire sanctionner ces propos par l'assemblée nationale, en disant qu'on ne pouvait laisser dire une chose pareille, mais il avait utilisé le mot « sodomiser ». Bigard lui a répondu qu'il n'avait pas utilisé le mot « sodomiser » qui veut dire pénétrer,, pratiquer le coït anal alors qu'enculer peut vouloir dire se faire avoir. A la suite de cette réponse F.M. a cessé toute intervention.

La femme de Bigard après une opération très bénigne se solde par une septicémie. Très éprouvé par ce qui arrive à son épouse, il ne la quitte plus, elle s'affaiblit de plus en plus. Son mari lui prend la main et ne la lâche plus, pas une minute, la mort ne me l'enlèvera pas, pense-t-il ? Ou alors nous partirons tous les deux. Après beaucoup de chagrin et de colère, Claudia, son épouse revient lentement vers la vie, et se met au bout d'un moment à parler en racontant ce qu'il vient de lui arriver. « Une lumière immense baignait la chambre, lui dit-elle, j'étais bien, très sereine et calme.

Une figure monstrueuse est apparue, avec des bras et des jambes en quantité innombrable, un être jamais vu de semblable, mon désir était de suivre ce visiteur, de partir, je me sentais bien... Mais tu me retenais par la main avec une telle force que je n'ai pu partir, je tirais, je tirais, mais tu ne me lâchais pas.

### **Lundi 15 sept. - La Bourse 2008**

C'est le Krach dans le monde, les bourses sont au plus bas. Une des plus importantes banques américaines dépose son bilan. A I G, la plus grosse Cie d'assurance américaine vient d'être renflouée par le trésor américain, ouf...

### **Mercredi 17 sept.2008**

Nous partons en TGV sur Paris ce matin vers 11 heures, retour prévu jeudi 25 si tout se passe bien. Opération prévue pour lundi 22, avec une nuit à l'hôpital Tenon.

### **Séjour Paris - Lille du 17 au 28 sept. 2008**

L'opération de Denise semble s'être bien déroulée, je formule des vœux pour une réussite totale. Le Prof. Haab nous convoque pour le mardi 21 octobre à Paris. .

### **Analyse boursière de Marc Touati**

Le revenu du 26 sept. Au 2 oct., Marc Touati, Directeur de la recherche économique et financière chez Global Equities semble optimiste. Il souligne que le CAC 40 a en effet progressé lors de deux précédentes crises économiques européennes, en 1993 et en 2003. Pour cet économiste, 2009 est bien partie, pour être une année de reprise boursière avec un indice parisien qui devrait atteindre 5200 points.

Ce que je crains, c'est que par rapport à 1993 et 2003, il n'y avait pas de subprimes et de faillites de banque.

Bien entendu, combien je voudrais qu'il ait raison dans son analyse. Il pense qu'avec cette crise, il va y avoir une demande de simplification de la part des investisseurs qui pourrait avoir un effet salubre, en replaçant l'économie au cœur du système financier. Je note et attendons 2009.

### **Anticancer David Servan-Schreiber - Octobre 2008**

Depuis de nombreux mois, je cherchais à obtenir ce livre à la bibliothèque, j'ai pu enfin l'avoir et le lis avec plaisir et même passion.

Bien qu'il soit écrit par un Médecin Chercheur en neurosciences, ce livre est à la portée d'une grande partie de la population, tout au moins française.

Ce chercheur a eu un cancer du cerveau qui, malheureusement a récidivé, il sait donc de quoi il parle. Tout en continuant à se soigner ou se faire soigner par la médecine traditionnelle, il a en parallèle modifié complètement son alimentation. Ce livre est donc son expérience personnelle et nous révèle l'effet positif d'une bonne alimentation sur le cancer. A noter qu'un cancer met entre 4 et 40 ans pour se développer. Des quantités de conseils nous sont données : les choux, les brocolis, l'ail, le soja, le thé vert, les framboises, les myrtilles, le chocolat