

Mustapha MEZZINE

LA TRAJECTOIRE

CHAPITRE 1.....	7
Les conflits.....	7
Combat et conflit d'intérêts.....	8
Compétition et conflit.....	10
Le conflit d'intérêts.....	11
Exemple de conflit et de haine.....	15
Leur maison était brulée par la haine.....	21
Des situations de conflit d'intérêts.....	26
Les solutions de prévention.....	30
Les solutions compétitives.....	32
Les situations de guerre destructrice.....	33
La souffrance psychique.....	39
CHAPITRE 2.....	44
La vie de Mostapha et ses expériences.....	44
Sa volonté et la volonté de Sa mère.....	49
L'autonomie de la volonté.....	54
Le développement de la volonté.....	55
La mémoire et les quatre règles.....	57
La force du changement.....	58
Comment définir la volonté ?.....	62
La vie de Mostapha en primaire.....	66
Sa première erreur.....	70
Il a décidé de changer sa vie.....	77
La motivation.....	83
CHAPITRE 3.....	100
Les changements sont constants.....	100
L'insécurité.....	100
Revenir à Soi et relâcher la pression.....	102
Qu'est-ce qu'un être transformé ?.....	105
La vie est-elle souffrance ?.....	108

Par où commencer pour changer le monde ?.....110

INTRODUCTION

Ce livre ne peut être qu'un miroir de la vie, par l'agencement des faits et des événements, il vise à produire un « effet de réel », une inspiration faite de faits divers, je tente de saisir à la fois une réalité psychologique incarnée par les personnages de ce livre, et une réalité sociale, historique qui implique un ancrage de l'action dans un temps clairement défini .

Ce réalisme consiste donc à choisir et à ordonner les faits, et non à les retranscrire dans le foisonnement de la vie.

Mes convictions c'est que, je ne dois pas me cantonner dans ce qui était considéré comme conforme à une vie normale, mais je dois tout montrer : les conflits, la haine, la souffrance, la misère et l'isolement.

Dans ce roman le naturalisme, le vérisme et le réalisme se confondent pour donner le modèle de la science. J'ai inclus dans ce livre des éléments réalistes et j'étais attentif à la situation sociale dans cette région complètement isolée.

Il ne s'agit pas ici d'un surréalisme qui est un automatisme psychique pur par lequel on se propose d'exprimer soit verbalement, soit par écrit, soit de toute autre manière, il s'agit d'une véritable série des faits et des événements impensables qui ont causé des souffrances inoubliables dans les esprits de certains individus.

On cherche à libérer les gens du rationalisme de la culture barbare jugée étouffante et obsolète.

Ce roman est la production exacte de la réalité, il est écrit avec le plus de sincérité et avec un sens aigu de l'observation, je décris ce que j'ai vu et ce que je pense avec bonne foi, je décris ce que je connais, ce que j'ai moi-même observé, avec les soucis du vrai, que ce soit beau ou laid, je le dit avec objectivité.

Ce livre est une étude raisonnée des mœurs et des individus de cette région, j'essaie d'éviter tout spectaculaire et je m'oppose aussi à tout ce qui est exotique ou romantique.

Dans ce réalisme je m'adresse au plus grand nombre et je dois permettre aux lecteurs de tout comprendre, ainsi les personnages représentés

sont réels et décrits dans un style le plus simple possible sans effet particulier, il est totalement sincère, ce réalisme rend compte de la vie de tous les jours, de la réalité telle qu'elle est, le réel étant vu à travers le regard du personnage qui vit des situations pleines de souffrances.

Je me limite à ce que j'ai perçu d'où la multiplication des scènes qui amènent de façon vraisemblable à de nombreuses descriptions. Les lieux, les personnages et les objets sont minutieusement décrits. J'utilise aussi un vocabulaire spécifique du milieu décrit.

J'ai essayé dans ce roman d'exprimer le plus fidèlement possible la réalité, de peindre le réel sans l'idéaliser, les histoires réelles vécues sont privilégiées, les personnages ont des sentiments vraisemblables et le milieu ainsi que le physique des personnages sont évoqués avec minutie et objectivité.

Je représente fidèlement le réel tel qu'il est, je décris le monde réel pour essayer d'analyser les problèmes sociaux et de comprendre les comportements humains, je décris avec précision

une réalité qui permet de comprendre la psychologie des gens qui souffrent quotidiennement.

Je me demande si ce qu'on appelle « les basses classes » n'avait pas droit à une vie normale privée de souffrances.

J'ai voulu explorer la vie quotidienne de ces habitants sous toutes ses formes de souffrances, j'essaie de représenter la réalité de façon signifiante et de retranscrire dans ce livre la vie réelle des êtres qui animent la société.

Pour les situations ordinaires qui rythment leurs vies, je décris la vie telle qu'elle est de paysans de régions reculées et oubliées, derrière ce regard lucide porté sur les hommes se cache une critique de l'état des rapports sociaux, comme l'impossibilité de l'amour, et l'affrontement des classes.

Ce roman est un miroir qui se promène dans des régions oubliées où règnent la misère et la souffrance.

Chaque individu a le droit de rêver ou de rester réaliste, il sait ce qu'il perd, mais pas ce qu'il gagne.

Aujourd'hui nous avons une grande prise de conscience du potentiel d'épanouissement et de réalisation de soi, changer de vie est devenu le rêve le plus partagé au monde, mais comment s'y prendre pour changer de vie.

Quelles étapes faut-il suivre ?

Quelles erreurs faut-il éviter ?

Chaque situation est unique, mais il existe des clés à connaître pour réussir son changement de vie.

Changer de vie nécessite de fixer l'objectif et d'identifier la trajectoire à suivre.

Comment changer de vie si on ne sait pas précisément où on veut aller, avant de se lancer dans le grand changement, on doit prendre le temps de bien réfléchir et de faire le bilan de notre vie, domaine par domaine : familiale, professionnel, social, on ne doit pas changer pour fuir quelque chose, il faut construire sa vie future d'une façon consciente et épanouissante.

La clé du changement c'est de prendre soin de déterminer ce vers quoi on veut aller, de quoi on a besoin pour vibrer au quotidien.

Avant de rentrer totalement dans le moule, il faut identifier ce qui est vraiment notre mission dans la vie.

Il faut travailler aussi sur nos valeurs, nos croyances et nos aspirations profondes, on doit chercher ce qui a du sens pour nous, les valeurs clés qu'on doit défendre au quotidien, on doit trouver le cadre qui permettra de les mettre en avant et d'augmenter notre satisfaction.

Pour changer de vie, il faut commencer par penser très fort que c'est possible, tout ce que nous sommes est le résultat de ce que nous avons pensé.

Il est nécessaire d'accepter que le changement prend du temps, on a fait des années pour arriver là où on n'est aujourd'hui .on peut pas tout changer en un an, il faut profiter du cheminement vers une vie épanouie.

Si je fais des dettes que je ne peux pas rembourser, je finirai par tout perdre, il est vital d'être réaliste

pour ne pas s'exposer au pire et garder une chance d'être heureux.

Pourquoi nous manquons si souvent du réalisme ?

Trois raisons sont possibles, par ignorance, par erreur de jugement ou par refus du réel. Tôt ou tard nous nous cognons à la réalité .Le réel est toujours plus fort que nous.

Mais il faut comprendre que le bonheur se construit avec des actions bien pensées au quotidien, chaque individu doit être convaincu qu'il a droit au bonheur.

Nous allons voir la trajectoire que Mostapha a faite pour changer sa vie, il a construit son bonheur dans la souffrance, les conflits et l'ignorance.

Il était armé par la volonté, la motivation et un grand désir de changement.

Les diverses motivations d'une personne peuvent entrer en conflit entre elles, lorsque les intérêts personnels et les responsabilités d'une même personne la conduiraient à des actions différentes. Le conflit est alors intra-personnel entre diverses dimensions d'une même personne.

Il y'a aussi « des conflits d'intérêts » qui sont des conflits « interpersonnels » (entre les personnes).

Les intérêts d'une personne sont en contradiction avec une autre personne. C'est la rareté d'une ressource désirée par deux individus qui crée le conflit entre eux, mais il l'est également dans l'autre sphère de notre vie.

Dans le conflit d'intérêt, l'agressivité est dirigée vers l'adversaire lui-même, celui-ci n'est plus seulement un adversaire ou un obstacle à l'atteinte de la satisfaction, mais il devient un ennemi.

Dans ce livre, nous allons voir des exemples réels vécus par Mostapha, dans lesquels les gens étaient transformés en ennemis suite à des conflits sur les biens et les intérêts.

Chaque individu a des objectifs spécifiques à lui, mais il faut : la volonté, les connaissances et la force de changement qui forme le triangle de feu psychologique assurant l'énergie nécessaire pour atteindre son objectifs.

La volonté c'est le comburant, les connaissances(le savoir) sont des carburants, et la force de changement représente l'étincelle. Ces trois

éléments sont nécessaires pour allumer le feu psychologique qui nous donne l'énergie suffisante pour suivre notre trajectoire du point de départ jusqu'au point d'arrivée (objectif).

Mostapha a pris une décision ferrique pour changer sa vie, il a utilisé le triangle du feu psychologique pour concrétiser ses objectifs.

CHAPITRE 1

Les conflits

On utilise l'expression « conflit d'intérêts » ou « situation de conflits d'intérêts » pour désigner des