

Christophe Fauré, Anja Linder, Trans-Mutation 2019

Chers Anja et Christophe, chers participants,

Les fidèles de nos universités d'été connaissent notre détermination à intégrer chaque année dans le programme des interventions relevant de la **sphère intime, de la connaissance de soi, du cœur, de l'âme**. Des interventions invitant à cultiver son intériorité pour rencontrer le fond de son être, afin ensuite d'essayer de donner le meilleur de soi au monde.

Ce soir, nous avons la joie d'accueillir Anja Linder et Christophe Fauré. Ils partageront leurs expériences et réflexions pour des mutations individuelles bénéfiques, pour éviter l'effondrement et se forger une vie authentique et intense malgré les ruptures de vie.

Agnès Sinaï, vous m'offrez sans le savoir les mots parfaits pour articuler les deux interventions de ce soir avec notre thème Mutation ou effondrement. Parlant de l'effondrement de notre monde, de notre civilisation thermo-industrielle, vous utilisez les mots-mêmes que l'on pourrait associer à chacune de nos vies individuelles.

Vous terminez par les mots suivants une tribune publiée cet été dans le Monde avec Pablo Servigne (2018) et Yves Cochet – je vous cite:

*“ Certes, le récit de l'effondrement comporte des risques et des écueils, comme tout récit, mais il est puissant et a plusieurs mérites : il évite le catéchisme de la croissance, il réactive **une vision cyclique des choses en appelant une renaissance, et surtout il dit que c'est maintenant ou jamais**. Il nous rapproche de l'idée de la mort. D'ailleurs, n'est-ce pas ce que la philosophie nous enseigne depuis des siècles ? Apprendre à bien vivre, c'est apprendre à bien mourir, à **prendre conscience de notre statut de mortel, radicalement vulnérable, humble, interdépendant des autres êtres vivants et de notre milieu de vie**. »*

Nous avons choisi d'inviter Anja et Christophe car nous sommes convaincus que **leurs apports seront en phase avec l'ADN optimiste de Trans-Mutation**. Fameux défi avec le thème de l'année. Si tous deux évoqueront les ruptures de vie, la fragilité, tous deux parleront aussi d'intensité, d'épaisseur de vie, de **l'urgence pour chacun d'opérer de vrais choix conscients, guidés par la boussole de nos finitudes - et donc de l'urgence de vivre pleinement**.

Anja, issue d'une famille d'artistes, vous apprenez la harpe dès votre plus jeune âge. Vous obtenez un premier prix de harpe de musique de chambre

au Conservatoire de Strasbourg, suivi d'autres prix et reconnaissances. En 2016, François Hollande vous fait Chevalière de l'ordre national du mérite.

En 2001, votre vie bascule suite à un grave accident dans lequel plusieurs personnes trouveront la mort. Vous ne pouvez plus marcher ni jouer de la harpe.

Dans votre livre *Les escarpins rouges*, vous racontez la création de votre **nouvelle manière de vivre** après l'accident. Un concentré de courage et de détermination, d'intensité, de passion, de joie de vivre, de confiance.

Je vous cite :

“Être uniquement en vie ne m'intéressait pas. Je voulais être pleine de vie... Quoi qu'il en soit, aller vers la légèreté, la lumière et la beauté. »

Vous vous promettez de ne pas vous plaindre et de dégager des énergies positives. Vous constatez et affirmez la **puissance de l'optimisme et de la spiritualité dans vos combats**. Ne pas vous effondrer mais au contraire muter, changer votre regard sur la vie.

Des ingénieurs mettront au point une harpe électro-pneumatique pilotée par ordinateur, l'**Anjamatic**, sur laquelle nous aurons ce soir le privilège de vous écouter, et sur laquelle vous enseignez.

Vous participez à la bande originale du film Human de Yann Arthus-Bertrand, à diverses émissions télévisées, à TEDx Paris.

Titulaire d'une licence de lettres modernes, vous montez des projets qui mêlent différents arts, comme *Regards imaginaires* avec Patrick Poivre d'Arvor, qui est une lecture en musique autour de *L'insoutenable légèreté de l'être* de Milan Kundera.

Vous proposez des **événements musicaux en duo** avec Mickael Maccari, que nous avons la joie de compter parmi nous ce soir. Mickael est un compositeur guitariste, qui s'est produit notamment aux côtés Liane Foly, Jamel Debbouze ou Alain Chabat.

Et vous oeuvrez pour améliorer la situation des personnes porteuses de handicap.

Anja, nous nous réjouissons de vous écouter et de vous rencontrer ce soir, avec votre double casquette d'artiste et de témoin.

Une joie aussi de partager d'abord un moment intense avec Christophe. Psychiatre et psychothérapeute, votre travail porte principalement sur les

ruptures de vie. La maladie, la fin de vie, le deuil, les ruptures dans le couple, les transitions importantes qui invitent à des mutations essentielles. Vous aidez à appréhender les clés de ces ruptures pour en traverser les souffrances le mieux possible. Au cœur de votre travail : votre **conviction que chacun d'entre nous porte en soi d'insoupçonnables ressources pour parvenir à l'apaisement**. Anja et son parcours impressionnant témoigneront parfaitement de ces ressources formidables.

Vous exercez en pratique libérale à Paris, après avoir travaillé longtemps dans des services hospitaliers de soins palliatifs. Vous êtes engagé dans plusieurs associations d'accompagnement du deuil et de prévention du suicide.

Votre livre « **Vivre le deuil au jour le jour** », publié la première fois dès 1994 chez Albin Michel, est un des premiers ouvrages grand public à traiter du vécu du deuil. Ré-édité et enrichi, il continue à beaucoup se vendre tant il recèle de trésors de psychologie précis, concrets, clairs, à destination des personnes endeuillées comme de leur entourage.

Vous collaborez régulièrement avec divers media écrits et audio-visuels, dont Psychologies magazine, Europe 1 ou RTL.

Parmi vos ouvrages parus chez Albin Michel : « Maintenant ou jamais – La transition du milieu de la vie » qui a reçu le prix FNAC-Psychologies.

Dans votre dernier livre « **S'aimer enfin** », vous prenez le lecteur par la main pour un récit initiatique pour retrouver l'essentiel.

De ce livre, j'ai retenu avant tout une **invitation à mener une vie intense et authentique, proche de ses aspirations profondes, de sa petite voix intérieure, dans la conscience que notre vie ici est brève et qu'aucun instant vécu ne se reproduira**.

Non pas une invitation à l'intensité par la quantité, certainement pas, mais bien une invitation à l'intensité de qualité.

Lors de ce cheminement ponctué d'enseignements du bouddhisme, vous nous emmenez dans votre enfance difficile, dans votre vie passionnée et généreuse de psychiatre, dans votre retraite de moine bouddhiste de deux ans, suivie d'un retour à la psychiatrie. Notamment auprès de personnes en fin de vie ou endeuillées ; aux premières loges donc pour comprendre les clés d'une vie réussie, que vous partagez inlassablement.

Deux de vos nombreuses phrases-bijoux :

« Les vivants ferment les yeux des morts et les morts ouvrent les yeux des vivants. »

«Quand la conscience de la mort nous aide à embrasser la vie. »

Christophe et Anja, merci déjà pour vos invitations-cadeaux à muter en éclairant nos regards à la lumière de l'essentiel.