



A LA RECHERCHE DU BONHEUR

un triptyque sur 3 continents

DREAM - LIVE - ACT



INTRODUCTION

Inspirée par le livre/ film Mange, Prie, Aime ou Eat, Pray, Love en anglais se basant sur l'histoire d'une femme qui a décidé de partir un an, dans trois pays, pour se (re)trouver, je souhaitais construire un projet avec une idée similaire

Quand j'ai commencé à réfléchir sur ce que je désirais expérimenter pendant mon année sabbatique, il m'est vite apparu évident qu'il me fallait un projet qui transforme cette année de voyage en mon voyage. Comment rendre ce voyage singulier ? Qu'est ce que je voulais vraiment vivre ? Qu'est ce que je voulais vraiment voir ? Qu'est ce que je voulais vraiment faire ?

J'ai réalisé que ce qui m'attirait particulièrement dans cette année de voyage était l'idée que pour la première fois de ma vie, j'avais la possibilité d'être vraiment libre de prendre du recul et de ne plus suivre temporairement ce que la société voulait de moi. J'avais à disposition une fenêtre, un espace privilégié pour vivre une expérience nouvelle, différente, initiatique. Pendant plusieurs mois, je pouvais donc partir à la recherche de nouvelles sensations et pourquoi pas à la recherche du bonheur. On parle de plus en plus actuellement de ce nouvel indice du bonheur, notamment mis en place au Bhoutan. Mais comment cet indice se déclinait pour moi ? Restait maintenant la manière dont le tout allait se construire.

L'histoire de Eat, Pray, Love mais alors revenue en tête. L'idée de scinder mon voyage en trois grandes parties me plaisait. Comme dans cette histoire, il me fallait une évolution, un sens, un ordre. Je me suis décidée pour trois pays qui m'attirent particulièrement; l'Inde, la Nouvelle-Zélande et le Costa-Rica. Voilà déjà les bases fondamentales de mon projet. Toutefois en gardant le fil conducteur de la recherche du bonheur, il me fallait avec chaque pays mettre en évidence cette thématique essentielle à ce voyage.



INDISCHE



ZEE
Andan

DREAM

L'Inde, que j'ai eu l'occasion d'étudier au collège dans mon cours de civilisation orientale, m'a tout de suite fascinée, par sa cosmogonie tellement riche et exotique, ses nombreux gourous et surtout cette civilisation semble être le pays de toutes les utopies possibles. Pour l'Inde, ce sera Auroville. Auroville, cette utopie que l'on croyait impossible et qui continue d'exister jour après jour. Cette communauté ville fondée en 1968 par Mère et son compagnon Sri Aurobindo a pour vocation d'être un lieu de vie communautaire universelle, où des hommes et femmes apprennent à vivre en paix. Cet endroit construit sur un désert est actuellement parfaitement viable et jouit actuellement d'une aura internationale. Cette communauté, comme d'autres ont une vision du monde différente de celle que nous connaissons. Son mode de vie n'est pas centralisé sur l'argent et le profit, mais est orientée autour du bonheur. Vivre dans cette utopie pendant une période me permettrait de voir le monde d'une autre manière. C'est pour cela que le premier volet de mon voyage triptyque se prénommera **DREAM**, où comment concrétiser le rêve en réalité. Il est beau de se dire que les rêves les plus fous ayant pour objectif le bonheur peuvent se réaliser.



LIVE

LIVE sera ma deuxième expérimentation en Nouvelle-Zélande, mon voyage dans ce pays ressemblera à un Into the Wild ou plus récemment à Wild. Initiée aux Scouts depuis l'âge de 7ans, j'ai développé un grand sens de la débrouillardise et de la vie en plein air, voire même parfois de la survie ! Comment faire un campement en pleine nature, observer tous les indices nécessaires de notre environnement, ses exigences, ses beautés, ses secrets, d'en utiliser les ressources nécessaires de façon adéquate, mais aussi d'autres valeurs respectueuses, comme de prendre conscience de nos possibilités, de les développer et d'utiliser une assurance saine envers soi-même et envers sa relation aux autres. Toutes ces valeurs que je souhaiterais maintenant mettre en application dans un lieu magique et particulièrement isolé du reste du monde, qui a gardé une faune et des espaces vierges extraordinaires. Il s'agira de faire un mélange entre de la marche dans la nature, de l'auto-stop et la vie chez l'habitant (couch-surfing), bref, un vrai goût d'aventure. La marche, me permettra de me confronter à moi-même, de cerner et d'explorer mes limites pour mieux me comprendre. De redécouvrir simplement le bonheur d'être avec soi-même dans l'immensité de la nature. Comme ce poète de la nature Henry Thoreau du 19 eme siècle qui avait pressenti les dégâts à venir de la civilisation industrielle et inspira les nombreux mouvements écologistes. La lecture également de 1000 days of spring, souligne l'importance de la route, de se sentir émerveillé par le paysage, de redécouvrir l'importance du moment présent surtout en marchant qui est une manière privilégiée de retourner à cette qualité de l'instant présent et de se sentir au bon endroit, à sa juste place. En Nouvelle-Zélande, je vais pouvoir me confronter à moi-même, mieux me connaître.

L'auto-stop et la vie chez l'habitant quant à eux, sont des manières de s'enrichir au contact de l'autre, et de rentrer dans un univers différent. Dans le cadre de mes explorations scouts, je garde des souvenirs merveilleux de cet accueil chez l'habitant que j'ai pu vivre lors de treks en été. En étant accueilli chez l'autre, j'ai l'opportunité d'être en contact avec des locaux de partager un moment d'humanité et de communion qui me donne le sentiment profond de vivre le pays, de mieux comprendre la culture et de ressentir un bonheur simple, humain et authentique.



ACT

Mon dernier volet triptyque s'intitulera **ACT** avec le Costa-Rica. Petit pays qui possède la plus grande surface protégée au monde, puisqu'il s'agit d'environ 25% du territoire national. Constituée à la fois de parcs nationaux, de réserves biologiques, de zones forestières, il s'agit d'un véritablement paradis terrestre. Grâce à une politique dynamique, de conservation des parcs nationaux, de refuges de la vie sauvage, et de projets écologiques, ce pays a réussi le pari d'une préservation exceptionnelle de son écosystème. Mon projet serait de participer à du volontariat dans les nombreux chantiers proposé pour aider à la préservation de la faune et la flore. Je pense que le bonheur ne se trouve pas seulement dans l'idée de recevoir, mais également dans l'idée de donner. Participer à un de ces programmes me permettrait de « rendre » une partie des richesses et de la générosité reçues au long du voyage. Faire quelque chose qui compte pour soi est une des clés du bonheur.

INFORMATIONS

Dates et durée :

Mon voyage débutera par Auroville pour une période d'environ un mois et demi probablement octobre-novembre. Il y aura ensuite un mois et demi en Nouvelle-Zélande. Elle se situera courant février - mars 2018. Finalement, le Costa-Rica sera au mois de mai - juin 2018. La durée totale du voyage par rapport au projet sera d'environ semaines 18 semaines.

Destinations et itinéraire :

La première destination est l'Inde, ou plus précisément Auroville, qui se situe au Sud de l'Inde, complété probablement par un voyage de deux semaines à l'intérieur du pays. La deuxième destination est la Nouvelle-Zélande. Je privilégierai principalement l'exploration de l'île du sud. Depuis l'aéroport de Christchurch, je remonterai sur le nord pour redescendre au sud du côté ouest. C'est à partir de là que je débuterai mes projets de marches, dans les différents parcs (dans l'ordre) ; le Nelson Lakes National Park, le Golden Bay, également le Kahurangi National Park, Leslie-Karamea, vers le Mount Aspiring National Park et bien sûr la Steward Island.

La troisième destination sera le Costa-Rica, pour effectuer des missions de volontariat. Par exemple au Jaguar Rescue Center, j'aurai la possibilité de prendre soin d'animaux sauvages de la région avant de les relâcher dans la nature. Le centre se situe à la Ceiba. Un autre projet, au Manuel Antonio National Park, aurait pour mission d'assurer la préservation et l'entretien du parc. Je terminerai le périple par une visite du pays.

Estimation du budget :

Mon budget Je pense tourner autour des 9000.- (environ 3500.- pour les billets d'avions, pour l'Inde, 1500.-, pour la Nouvelle-Zélande 2000.- et pour le Costa Rica 2000.-) Mode de financement éventuel complémentaire : Pour financer ce projet, je vais chercher un job pour une période d'environ 4 mois durant l'été 2017.

Motivation et objectif :

Ma motivation est de vivre un voyage en accord avec mes valeurs et mes intérêts. Comme je l'ai signalé précédemment ce voyage est une fenêtre, une respiration entre

ma vie de collégienne et ma future expérience académique. C'est comme un rite de passage, une sorte d'initiation pour passer à l'âge adulte. En outre vivement intéressée par l'humain, je souhaite ultérieurement étudier la psychologie à l'Université. La quête de bonheur et ce qui rend évidemment l'individu heureux est un thème qui me passionne particulièrement. Par ailleurs la découverte de nouveaux pays et horizons sont des possibilités de vivre in vivo des expériences uniques et enrichissantes et je pense que chacun des pays sélectionnés va m'apporter une touche essentielle et exceptionnelle de cette quête du bonheur. Mon objectif est de trouver à ma manière le chemin au bonheur. D'expérimenter et d'affronter le monde d'une autre manière. Ce trip-tyque permet une évolution dans la notion du bonheur. Il y a une première phase d'observation et d'imprégnation de la réalisation du bonheur à travers une utopie, dans un deuxième temps une expérimentation et confrontation au bonheur à travers un roadtrip en Nouvelle-Zélande et pour l'ultime expérience, le volontariat à travers la préservation d'un écosystème privilégié, le Costa Rica.

Mon objectif vise donc une déclinaison du bonheur sous différentes volets avec une forme de progression, attentive (Dream), expérimentale (Live) puis engagée (Act). Vais-je approfondir ma compréhension et expérience du bonheur ?

Résultat attendu :

Evidemment, c'est une étape essentielle dans le processus de mon développement personnel du passage de la dépendance à l'autonomie, de la construction de mes propres points de références et de mes valeurs personnelles. J'espère rentrer de ce voyage grandie par les rencontres, grandie par le partage et bien sûr grandie par ma recherche du bonheur.