

## Charte d'utilisation consciente de la technologie

Ce texte a été établi entre novembre 2018 et avril 2019 à partir d'un stage du Kaya Team Universe, avec la participation d'environ 70 personnes.

Membres du réseau de créatifs culturels, Kaya Team Universe, créé en 2015 par Pierre Lassalle, écrivain, conférencier, Céline Lassalle, écrivaine, conférencière, poétesse, et Lucie Delalain, illustratrice, peintre, conférencière ([www.kaya-team-universe.org](http://www.kaya-team-universe.org)), nous nous sommes questionnés et informés sur les effets nocifs des ondes électromagnétiques et des outils technologiques sur l'Être Humain.

Nous avons pris conscience des conséquences destructrices de cette pollution. Elle agit à la fois sur le plan physique (maux de tête, fatigue, trouble du sommeil, certains cancers, etc.) et sur nos facultés humaines, psychiques et spirituelles (baisse de la concentration, de la mémoire, du sens de l'orientation, difficulté à se relier à son intériorité, diminution de la sensibilité et de l'intérêt pour autrui, manque d'initiative, etc.).

La technologie prend une place grandissante dans notre vie de tous les jours. Protégeons notre Humanité en faisant des choix éclairés et responsables et en adoptant de nouveaux comportements d'utilisation.

C'est pourquoi nous avons créé cette Charte d'utilisation consciente de la technologie.

### 1) Avoir un usage en conscience – sortir de la naïveté

Avant toute utilisation d'un outil technologique, je clarifie mon intention. Je me donne des buts précis et reste vigilant(e) et concentré(e) pendant l'utilisation. Éventuellement je peux m'aider d'un rituel ou d'un exercice, comme la visualisation, la respiration, une phrase-clé...

Je me donne un temps limite d'utilisation et je pense à faire des pauses si ma concentration et mon énergie baissent.

Je me discipline, par exemple définir la fréquence de consultation de ma messagerie.

Je fais l'effort de me questionner, de chercher des solutions par moi-même, au lieu de prendre tout de suite l'information sur internet par facilité ou insécurité.

Je vais en nature me relier à la terre pour me ressourcer. Cela m'apaise et m'apporte une certaine sécurité.

Je médite régulièrement dans mon corps énergétique. Cela m'aide à définir davantage qui je suis, ce que je veux, à avoir ma propre opinion, afin de ne pas me laisser influencer par les médias, la mode...

### 2) Se protéger soi et les autres

Je commence et finis ma journée par une activité sans technologie ; le matin pour nourrir le lien à moi-même, et le soir pour favoriser un sommeil réparateur.

Si je passe régulièrement un certain temps devant l'ordinateur, je pense à prendre soin de mon système nerveux très sollicité par les écrans ; alimentation de qualité, sport, techniques de relaxation, contact avec la nature, etc.

J'éteins tous les appareils le soir, afin de laisser mon organisme se régénérer au mieux la nuit. La journée, j'éteins les appareils que je n'utilise pas. Je peux même faire des « jeûnes » technologiques, afin de préserver mon indépendance.

J'évite tout contact prolongé de mon corps avec les outils technologiques (ordinateur sur les genoux, portable dans la poche...)

Je suis vigilant(e) de ne pas avoir de comportement à risque ; par exemple, la smartozombi (nom officiel donné à ceux qui utilisent leur smartphone tout en marchant) a fait en 2018, 475 morts dans le monde.

Il n'y a aucune réelle protection par rapport aux téléphones portables et aux smartphones, à la fois des effets des ondes électromagnétiques, mais aussi du

pistage de la récupération de nos données. De plus, leur utilisation entraîne une addiction, appelée nomophobie, traitée par les services de psychologie.

Je démasque la manipulation marketing et utilise des moteurs de recherche et des boîtes d'adresse mail protégées. Je protège mes données personnelles, et je m'abstiens d'utiliser les réseaux sociaux. En parallèle, je réfléchis et médite sur les bienfaits et avantages d'avoir une vie vraiment « privée ».

Je préserve mes espaces de vie des effets néfastes de la pollution électromagnétique, par des solutions éprouvées. Par exemple : utiliser un câble Ethernet au lieu du Wi-Fi, vérifier si j'ai des prises de mise à la terre, me servir d'un téléphone filaire plutôt que sans fil, etc.

Je protège les enfants des portables, tablettes et ordinateurs. Je sensibilise les adolescents et les gens autour de moi en partageant mes découvertes et mes expériences à ce sujet.

Je vais au-devant des informations et me fais mon propre avis sur les avancées technologiques ; compteur Linky, Gazpar, la 5G, etc. Exemple, la pose du compteur Linky n'est pas obligatoire, contrairement au discours des installateurs, ou bien la mise en place de la 5G n'est pas sans danger pour la santé. Conférences, interviews, études scientifiques, etc... peuvent nous fournir des éléments de réponses.

Garder à l'esprit que c'est la machine qui est au service de l'homme et non pas l'homme qui doit devenir esclave de la machine, permet de ne pas donner à l'ordinateur et à l'outil informatique en général, plus d'importance qu'il n'en a.

## Pour aller plus loin

### Films :

*Snowden* de Oliver Stone  
*Ready player one* de Steven Spielberg  
*Citizen four* de Laura Poitras  
*Nothing to hide*  
(<https://framtube.org/videos/watch/d2a5ec78->)

### Émission :

Cash investigation : *Les secrets invouables de nos téléphones portables*

### 3) Privilégier le réel au lieu du virtuel

J'ose les rencontres en direct pour prioriser la communication vraie. Je limite l'utilisation des outils de télécommunication (portable, SMS, e-mail, réseaux sociaux, Skype, etc.) à des informations factuelles.

Je prépare mon itinéraire au lieu d'utiliser le GPS.

Je choisis de vivre de vraies aventures, plutôt que d'aller sur les jeux vidéos.

Je m'ouvre aux surprises et aux imprévus de la vie, en limitant l'utilisation systématique des outils de télécommunication. Je suis ainsi davantage en lien avec les événements de ma destinée !

### Documents :

<https://www.5gspaceappeal.org/the-appeal>

### Livres :

*Internet rend-il bête* de Nicolas Carr.  
*Libre et Humain à l'ère d'internet* d'Amélie Delalain [www.espritcreateur.net](http://www.espritcreateur.net) et d'Héloïse Pierre [www.etikya.fr](http://www.etikya.fr).  
*Contre l'autorité* de John Twelve Hawks.  
*L'habitat créatif* de Pierre Lassalle  
*Les mystères de la Nature Humaine* de Pierre Lassalle

### CD Méditations Créatrices :

Livret et CD Céline et Pierre Lassalle (Éditions Terre de Lumière)

### Sites internet :

[www.kaya-team-universe.com](http://www.kaya-team-universe.com)  
[www.cef-cfs-koltsov.com](http://www.cef-cfs-koltsov.com)  
[www.maisonsaine.ca](http://www.maisonsaine.ca)  
[www.earthing.com](http://www.earthing.com)  
[www.cleanergie.fr](http://www.cleanergie.fr)  
[www.navoti-shop.com](http://www.navoti-shop.com)

### Humour :

Gad Elmaleh « le GPS, spectacle Papa est en haut »  
Cyprien « La technologie » YouTube