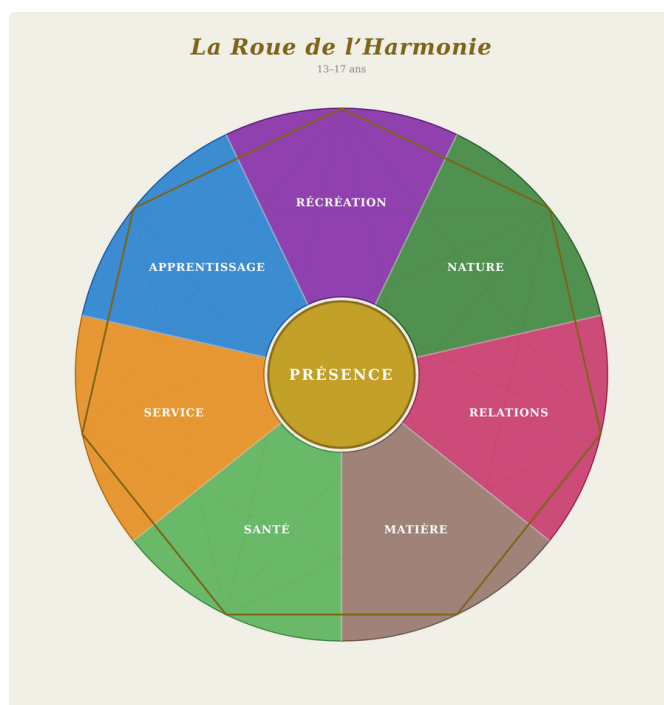


La Roue de l'Harmonie

Édition Apprentis — 13–17 ans



Un guide pour les parents et les apprenants adolescents

Fondé sur la Roue de l'Harmonie — l'Harmonisme · harmonism.io

Pour les parents et les éducateurs

Entre treize et dix-sept ans, l'apprenant accède à la capacité d'une véritable pensée systémique : tenir plusieurs perspectives à la fois, raisonner sur des structures et non plus seulement sur des contenus, et demander — avec un sérieux entier — *quel est le but de ma vie ?*

La Roue passe du statut d'outil de diagnostic à celui de cadre existentiel. L'adolescent commence à comprendre pourquoi la Présence occupe le centre, ce que signifie le Dharma, et comment la Roue personnelle se relie à l'Architecture de l'Harmonie à l'échelle civilisationnelle.

Soutenir sans imposer

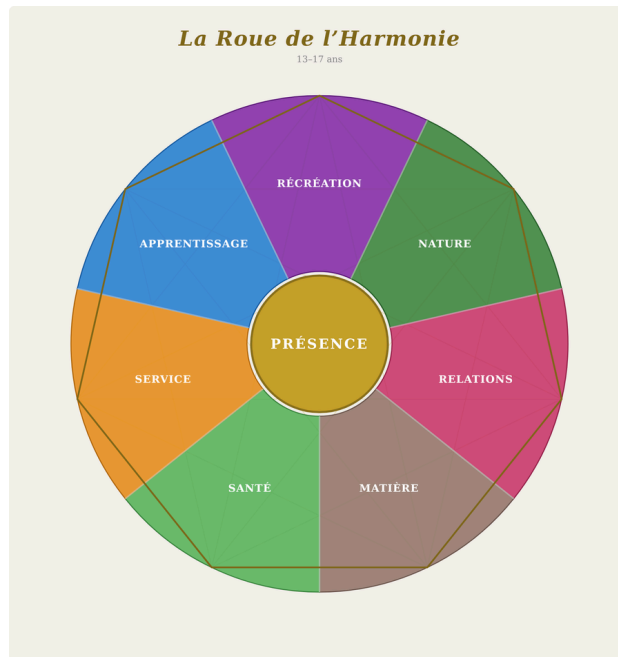
Le rapport de l'adolescent à la Roue doit être souverain. Si elle devient quelque chose que les parents lui font faire, elle est morte. Rendez-la disponible. Parlez-en quand l'adolescent en prend l'initiative. Montrez-en l'usage dans votre propre vie. Mais n'exigez pas de journal de la Roue, ne notez pas les auto-évaluations, ne faites pas du cadre une arme. Dès que la Roue devient un instrument de conformité, elle perd tout ce qui fait sa valeur.

L'exception est la crise réelle : une négligence manifeste de la Santé, un isolement relationnel complet ou une incapacité chronique à rester immobile. Alors le parent nomme ce qu'il voit et intervient. Mais cela relève du discernement parental, non de la méthode pédagogique.

Pour l'Apprenti

L'architecture d'une vie complète

La Roue de l'Harmonie est un heptagone — une figure à sept côtés — avec la Présence en son centre et sept piliers périphériques. Ce n'est pas une disposition arbitraire. Chaque pilier représente une dimension irréductible de l'existence humaine. Retire l'un d'eux, et la vie est structurellement incomplète.



La Présence n'est pas un pilier parmi d'autres. C'est le centre qui les traverse tous — la conscience, la qualité d'attention, la capacité d'être pleinement ici. Une séance de sport faite avec Présence est qualitativement différente de la même séance faite en pilote automatique.

Les principes centraux

Présence → **Méditation**. La culture systématique de la capacité à percevoir le réel sans distorsion.

Santé → **Moniteur**. Prêter attention aux signaux de ton corps et y répondre.

Matière → **Intendance**. Prendre soin du monde physique, et pas seulement le consommer.

Service → **Dharma**. La question la plus profonde : qu'es-tu venu faire ici ?

Relations → **Amour**. La pratique active de se soucier profondément des autres et d'agir selon ce souci.

Apprentissage → **Sagesse**. Un savoir intégré dans une compréhension vécue.

Nature → **Révérance**. Aborder le monde naturel en participant, non en touriste.

Récréation → **Joie**. Non la distraction, mais le vrai bonheur d'être vivant.

Les sous-roues

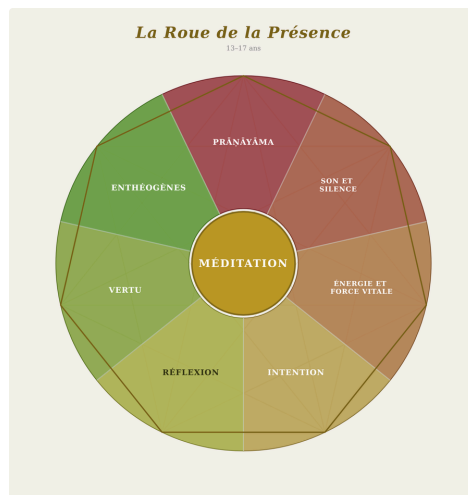
Chaque pilier s'ouvre sur sa propre roue en sept parties. Le motif fractal se répète à chaque niveau — une fois que tu as compris la logique à un niveau, tu la comprends à tous les niveaux.

Santé (centre : Moniteur) — Sommeil, Récupération, Suppléments, Hydratation, Purification, Nutrition, Mouvement.



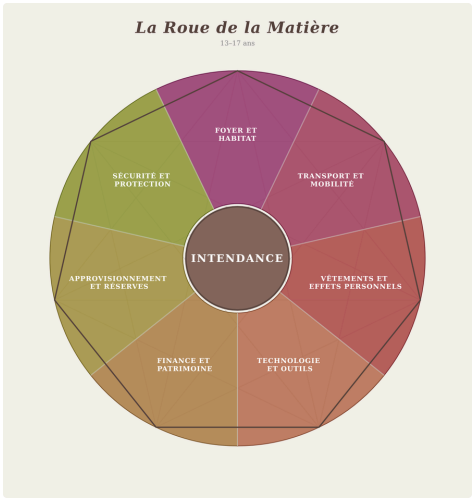
Quand ton pilier de la Santé semble dérégulé, cette sous-roue te dit exactement où regarder. « Je suis en mauvaise santé » est une plainte ; « mon sommeil s'est effondré et mon hydratation est insuffisante » est un diagnostic.

Présence (centre : Méditation) — Souffle / Prāṇāyāma, Son et Silence, Énergie et force vitale, Intention, Réflexion, Vertu, Enthéogènes.



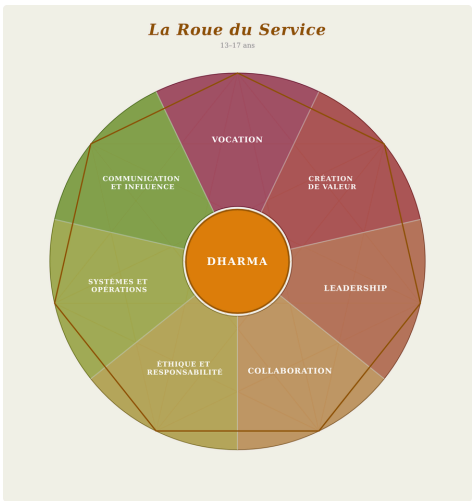
Remarque que le Souffle vit ici, et non dans la Santé. La respiration comme porte vers des états modifiés de conscience relève de la Présence. La respiration comme fonction autonome relève de la Santé.

Matière (centre : Intendance) — Foyer et habitat, Transport, Vêtements, Technologie, Finance, Approvisionnement, Sécurité.



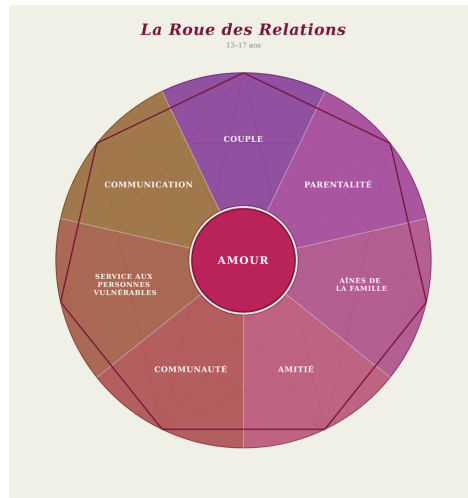
La manière dont tu te rapportes à tes possessions, à ton espace et à tes ressources révèle ton rapport à la responsabilité elle-même.

Service (centre : Dharma) — Vocation, Création de valeur, Leadership, Collaboration, Éthique, Systèmes, Communication.



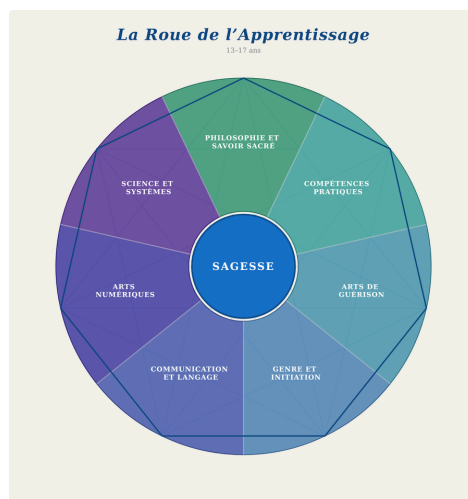
Chaque forme de service est orientée par ton alignement singulier sur ta raison d'être.

Relations (centre : Amour) — Couple, Parentalité, Aînés de la famille, Amitié, Communauté, Service aux personnes vulnérables, Communication.



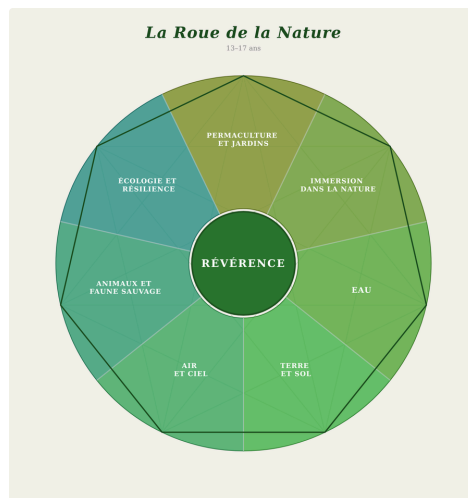
L'amour n'est pas un sentiment dans lequel on tombe ; c'est une pratique que l'on construit.

Apprentissage (centre : Sagesse) — Philosophie, Compétences pratiques, Arts de guérison, Genre et initiation, Langues, Arts numériques, Science.



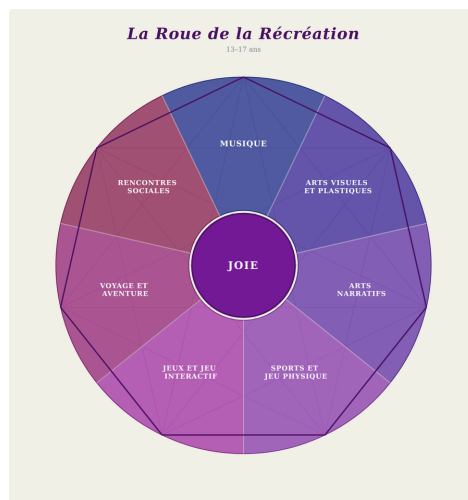
Un savoir sans intégration est incomplet. La Sagesse au centre signifie que l'apprentissage sert la compréhension, non l'accumulation.

Nature (centre : Révérence) — Jardins et arbres, Immersion, Eau, Terre et sol, Air et ciel, Animaux, Écologie.



Ta relation au monde naturel n'est pas récréative — elle est ontologique. Tu fais partie de ce système.

Récréation (centre : Joie) — Musique, Arts visuels, Arts narratifs, Sport, Jeux, Voyage, Rencontres.



La joie n'est pas une distraction. C'est l'expression naturelle d'une vie engagée dans la beauté, le jeu, le récit et la fête partagée.

La Roue et l'Architecture

La Roue a une jumelle civilisationnelle : l'Architecture de l'Harmonie cartographie les mêmes sept dimensions à l'échelle des sociétés. La Santé devient la Nourriture, le Service devient la Gouvernance, l'Apprentissage devient l'Éducation, la Nature devient l'Écologie, la Récréation devient la Culture. Le cadre même dont tu te sers pour parcourir ta vie personnelle peut aussi servir à comprendre le monde.

Ton Dharma

La fonction la plus profonde de la Roue n'est pas diagnostique, mais d'orientation. Elle existe pour t'aider à trouver ton Dharma — ton alignement singulier sur ce que l'Harmonisme appelle le Logos, l'ordre fondamental du réel. Le Dharma n'est pas une carrière. C'est ce qui émerge quand tes capacités les plus profondes rencontrent les besoins réels du monde. Tu es au commencement de cette recherche. La Roue n'est pas une cage qui te contraint — c'est une boussole qui t'oriente. Là où tu vas t'appartient.

Fait partie de l'Harmonisme — harmonism.io