

**hikikomori**

made in mouse<sup>®</sup>

Toute l'équipe  
de made in mouse®  
vous souhaite  
une belle année 2023,  
une année de partage,  
d'échanges, d'ouverture  
aux autres...



### **Hiki...quoi ?**

*“Hikikomori”, c’est un mot japonais dérivé du verbe hikikomoru qui veut dire “s’enfermer (chez soi)”. Il désigne le syndrome d’isolement social de personnes qui décident de se “retirer” du monde pour vivre recluses chez elles pendant une période généralement longue. Ce comportement de retrait s’apparente en réalité à un mécanisme de défense pour se protéger du monde qui les entoure. Même si son apparition en Europe est relativement récente, ce phénomène a démarré il y a plusieurs dizaines d’années au Japon, où les habitants sont soumis à une pression sociale immense dès leur plus jeune âge.. En 2016, un rapport commandé par le gouvernement japonais estimait qu’environ 541 000 personnes, âgées de 15 à 39 ans, souffriraient de hikikomori, dans le pays. Mais des Japonais plus âgés sont aussi touchés : selon une autre étude, dont les résultats ont été publiés en 2019, le pays compterait 613 000 personnes souffrant de ce syndrome âgées de 40 à 64 ans. Au départ, certains traits distinctifs de la société japonaise ont été évoqués comme autant d’explications potentielles à l’apparition de ce syndrome : “normes sociales rigides, fortes attentes de la part des parents, une culture de la honte”, entre*

*autres éléments, forment “un terreau fertile au sentiment d’inaptitude et au désir de rester sous les radars”, disait Takahiro Kato, professeur associé de psychiatrie à l’Université de Kyushu. Mais le Japon n’est pas le seul pays concerné. Selon d’autres études, ce syndrome est présent dans de nombreux territoires et pays : Hong Kong, Oman, l’Espagne, l’Inde, la Corée du Sud, les États-Unis... Mais aussi en France, où ce phénomène touche de plus en plus de jeunes gens.*

Lorem ipsum dolor sit amet. Qui itaque maxime aut alias quos eos architecto necessitatibus ea iste blanditiis non delectus blanditiis aut debitis alias rem itaque quia. Ea dolorum voluptatem ut corporis accusamus est voluptatem officia eos laboriosam maxime ut libero amet et velit provident. Qui obcaecati voluptatem aut quia minus est eveniet delectus ut maxime natus ab natus impedit est aliquam reiciendis et laudantium consequatur.

Ut voluptatem quidem id magnam quaerat a dolor tenetur ut dolorem unde et eligendi deserunt. Sit Quis optio ut delectus error et consequuntur laudantium ut corporis placeat. Ut ducimus dolor eum optio consequuntur ut quia dolorem ut facere aliquid et temporibus enim est rerum consequuntur ?

**Partir. Sortir.  
Se laisser un jour  
séduire. Devenir  
plusieurs, braver  
l’extérieur,  
bifurquer ailleurs.  
Voici les trois  
premières  
étrangetés,  
les trois variétés  
d’altérité, les trois  
premières façons  
de s’exposer.**

**Michel Serres**

**Nous ne  
pouvons devenir  
nous-mêmes  
qu'en sortant  
de nous-mêmes,  
en rencontrant  
les autres qui ont  
en eux la force de  
ce même besoin,  
de ce même désir,  
de cette même  
demande.**

**Charles Pépin**

**Le secret  
de l'action,  
c'est de  
s'y mettre.**

**Alain**

**Une  
vraie rencontre  
provoque  
une influence  
réciproque.  
Deux mondes  
intimes  
interagissent  
et chacun  
modifie l'autre.**

**Boris Cyrulnik**

**Pour aller  
résolument  
vers l'autre,  
il faut avoir  
les bras ouverts  
et la tête haute,  
et l'on ne peut  
avoir les bras  
ouverts que  
si l'on a la tête  
haute.**

**Amin Maalouf**

**Il y a  
des moments  
où on a besoin  
de sortir  
de soi,  
d'accepter  
l'hospitalité  
de l'âme  
des autres.**

**Marcel Proust**

**Celui qui apprend  
quelque chose  
de moi enrichit  
son savoir sans  
réduire le mien,  
tout comme celui  
qui allume  
sa chandelle à la  
mienne se donne  
de la lumière  
sans me plonger  
dans l'obscurité.**

**Thomas Jefferson**

**Il est plus  
facile de  
réformer  
autrui que  
soi-même.**

**Georges Clémenceau**

**C'est une  
époque où tout  
le monde gueule  
de solitude et  
où personne ne  
sait qu'il gueule  
d'amour. Quand  
on gueule de  
solitude, on  
gueule toujours  
d'amour.**

**Romain Gary**

Le générosité  
est le nom que l'on  
donne à l'attitude  
qui est au fondement  
de la construction  
de chacun : l'ouverture  
à ce que nous apporte  
l'autre, même lorsque  
cet apport nous  
paraît inquiétant,  
voire dangereux.

Toute rencontre  
comporte un risque.  
Être généreux, c'est  
affronter ce risque.

Albert Jacquard

Pour aller où  
tu ne sais pas,  
il faut prendre  
le chemin  
que tu ne  
connais pas.

Saint Jean de la Croix

Et puis soudain il y a autre chose. Au moment où vous vous y attendiez le moins.

Soudain une occasion se présente, une porte s'ouvre, une personne ou plusieurs dont vous n'auriez jamais soupçonné l'existence surgit, et ô joie ! vous avez l'impression de découvrir un trésor, alors même que le monde paraissait avoir définitivement perdu son éclat. Cela suffit à vous faire oublier un temps voire très longtemps que vous ayez pu céder à la colère, savoir ce que c'était que la colère.

Claire Messud

**La liberté  
de chacun  
rencontrant dans  
la liberté d'autrui,  
non plus une limite  
mais un auxiliaire,  
l'homme le plus  
libre est celui a  
le plus de relations  
avec ses semblables.**

**Pierre-Joseph Proudhon**

**Toute  
culture naît  
du mélange, de  
la rencontre,  
des chocs.  
À l'inverse  
c'est de  
l'isolement que  
meurent les  
civilisations.**

**Octavio Paz**

**C'est l'audace de l'être  
humain, cette si petite  
chose orgueilleuse,  
c'est le désir de savoir,  
la soif d'apprendre,  
le besoin de découvrir.  
C'est l'amour de l'in-  
connu, la perspective  
de trembler, de rire,  
d'être découragé,  
rassuré, de tout perdre  
ou de tout gagner,  
de chercher,  
sans fin, la réponse  
aux questions que  
l'on se pose. De vivre.**

**Alexis Michalik**

**C'est  
l'homme que  
je suis  
qui me rend  
misanthrope.**

**Jules Renard**

**La solitude  
est bonne aux  
grands esprits  
et mauvaise  
aux petits.  
La solitude  
trouble  
les cerveaux  
qu'elle  
n'illumine pas.**

**Victor Hugo**

**C'est  
tellement rare,  
c'est tellement  
improbable,  
c'est tellement  
miraculeux que  
c'est peut-être  
ça la civilisation  
et la culture.  
Rencontrer  
quelqu'un qui  
écoute.**

**Michel Serres**

**Il n'y pas de hasard  
dans les rencontres...  
[...] Les rencontres nous  
attendent mais parfois  
nous les empêchons  
d'avoir lieu... Si nous  
sommes désespérés et  
si nous n'avons plus rien  
à perdre, ou au contraire  
enthousiasmés par la vie,  
l'inconnu se manifeste  
et notre univers change.  
Les rencontres les plus  
importantes ont été  
préparées par les âmes  
bien avant que les corps  
ne se voient...**

**Paulo Coelho**



Antoine  
Bernadette  
Bruno  
Cathy  
Cécile  
Cédric  
Claire  
Constance  
David  
Emilie  
Estelle  
Karine  
Matthieu  
Stéphane  
et tous les autres...

pour nous (re)découvrir  
[www.madeinmouse.com](http://www.madeinmouse.com)  
[www.vinapogee.com](http://www.vinapogee.com)  
[www.ovalive.com](http://www.ovalive.com)  
[www.aioli.fr](http://www.aioli.fr)

11 rue des pommiers  
13520 maussane-les-alpilles, provence, france