

Dans la bibli du Canari

Quel plaisir de lire un livre militant passionnant ! Nous nous sommes procuré, via les réseaux de soutien et un éditeur courageux le livre « **Mange ta peine. Recettes du prisonnier à l'isolement.** », à la fois livre de recettes de cuisine et information sur les conditions de détention à l'isolement. Car l'auteur, Moben, toujours détenu au long cours (plus de onze années) dans les prisons de haute sécurité nous interpelle par sa belle écriture mais aussi ses illustrations (au marc de café puisqu'on lui a confisqué son matériel de peinture, parfaite illustration de la torture blanche de cette prison extrême), ceci à double titre :

- sur le plan culinaire ; il propose des recettes simples à réaliser, chez soi, seule ou à la cantine.

- sur le plan politique ; il permet de soutenir son combat qui vise à dénoncer son transfert et les conditions de détention à Condé-sur-Sarthe, une prison ultra sécurisée avec des cellules ex QHS (Quartiers de Haute Sécurité). Les deux démarches sont liées, puisque c'est à cause de son bouquin qu'il a été une nouvelle fois transféré et mis à l'isolement !

En plus du soutien, en achetant le livre, nous promettons qu'une prochaine cantine des Gilets Jaunes sera élaborée en son honneur en utilisant une ou plusieurs recettes de son livre !

Anne & Peter

Solution de la citation (page 2) :
Manifeste du parti communiste
(1848)

Moben
Mange ta peine
Recettes du prisonnier
à l'isolement



Postface
par
Jacky
Durand

Les éditions du bout de la ville

Sensylves

Forêt de sensations
À l'ombre des changements
Qui, tels des paysages vivants
Figurent leur propre mouvement,

Canopée de passions
Vertes sous le firmament
En un grand manteau nous protégeant
De l'œil fixe des grands tourments,

Racine des horizons
Rouges de l'espoir d'enfants
Dont la sève s'élanche en chantant
L'harmonie des mondes se créant.

Peter



Mort - Guerre - Famine
La France, deuxième vendeur d'armes dans le monde

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Venez cuisiner
avec nous à
partir de 9h30 à
la cantine des
Gilets Jaunes le
mercredi matin !

Notre canari s'est caché dans les pages
du journal, sauras-tu le retrouver ?



Le Canari

Petit journal des Gilets Jaunes de Montreuil-sous-Bois

Le savoir-faire du peuple

N° 25 – Juin 2026

La triste actualité aussi bien ici qu'ailleurs ne doit pas masquer l'extraordinaire résilience de la vie, que les peuples du monde ont glorieusement illustré par leur capacité de résistance et leur inventivité, même au fond des pires gouffres. A travers la notion de progrès, complètement pervertie au service des puissants, qui nous fait réaliser que la plupart des innovations techniques du monde actuel viennent de la prédation, de l'extractivisme et de la guerre impérialiste (par exemple les pesticides, descendants de la guerre bactériologique du gaz moutarde de 14-18), nous n'oublions pas que le fléau, outil du paysan asiatique, lui permis de se défendre, surpris par la soldatesque, en un nunchaku redoutable ! N'oublions pas la capoeira, mêlant chant d'espoir et danse, à l'origine entravée des fers esclavagiste. Ce savoir-faire aux origines millénaires, sachons en être les dignes héritiers, et surtout les continueurices !

Les Gilets Jaunes de Montreuil

Nous ne sommes pas seuls

Non, il ne s'agit pas du dernier livre sur la présence extra-terrestre, mais d'une approche passionnante cherchant à ne plus séparer l'être humain du reste du vivant, en proposant -et c'est l'originalité du concept- de s'allier au vivant non-humain ...pour abattre le capitalisme ! Il s'agit, comme le disent les deux auteurs "d'agir avec la nature contre ceux qui l'effondrent". Ce traité d'écologie politique terrestre est à lire de toute urgence car il ouvre des voies insoupçonnées vers la libération ! P.



Le haïku du mois

un ciel étoilé
une lumière diaphane
Et la beauté surgit

Lena

DANS LA FERME DES ANIMAUX
(Version 2026)



4 Nous contacter ou proposer un article :
lecanari-giletsjaunes-montreuil@riseup.net

Les surnoms d'Emmanuel MACRON (4)

Depuis son irruption d'une pochette-surprise, notre interminable président s'est vu affublé de sobriquets aussi réjouissants qu'instructifs, contredisant les vérités alternatives du système. En voici un dernier florilège :

L'enfant de cinq ans, **Macron** à bicyclette au Touquet, **Macron** à Versailles, **Macron** prend le train, **Macron** qui marque un but, **Macron** qui joue au tennis, **Macron** qui fait de la boxe, **Macron** en sous-marin, le président de la France en grand parc d'attraction, Monsieur (**Emmanuel**) **Microbe**, le petit patapon, **Micron**, l'enfant-roi, le vilain petit canard, le **Poupon**, notre *Forest Gump* national, le pantin sur un terrain de foot, *Fregoli*, le gamin, la pipelette en short, le jouvenceau, le président qui reste à portée de gifle, le blanc-bec, le *p'tit con*, le petit dernier de la famille qui dit beaucoup de bêtises, le petit protégé de *Jacques Attali*, le petit nouveau, le ministre *chouchou*, le président des premiers de la classe, sa toute-puissance enfantine, Petit **Manu**, le microbe, l'enfant trop gâté, celui qui a cassé son jouet, le président éruptif, le président ridicule, le puceau qui a besoin de prendre quelques baffes, *baby Macron*...

Le président du vieux monde, *Emmanuel Hollande*, François **Macron**, *New Hollande*, *Rebelotte*, *Macronitude*, *Bébé Hollande*, *M&M* (Macron-Merkel), le spasme du système, le président de juillet (à l'image de Louis-Philippe), le plus mal élu de la 5^{ème} république, le candidat le plus dépensier de la campagne présidentielle, le petit *François (Hollande)*, les vieux habits de l'homme neuf, le *Machiavel* français, le président des rentiers, le président du capitalisme terminal, le président en marche vers le capitalisme décomplexé, le président d'un champ de ruines, le président du nouveau monde qui ne nous adresse même plus la parole, le président qui punit les pauvres, le président du chômage, le président de l'inaction climatique, *Omacron*, le président qui a tourné le dos à la biodiversité, le président qui jongle avec les frontières, le président qui n'aimait pas le *Père Noël*, le loup de *Bercy*, le roi de l'intérim, le roi de la réforme, le petit télégraphiste de l'OTAN et de l'UE, l'homme des réformes de Droite, le populiste d'extrême-centre, le pire président de la 5^{ème} République, le président hors-sol, le petit prince de la stabilité planétaire, la République en *Marche arrière*, la Droite parallèle, le *présipator*, le prix *Nobel* du paillason, l'extrémiste du mépris social, le nouveau *de Gaulle* de la médiocrité historique, *Mac-Macron*, le pyromane qui voulait être pompier, celui qui veut rester ministre de tout, l'anti-Montebourg, le symbole social-libéral...

Peter



Citation...

Savez-vous à quel texte appartient cette célèbre citation ?

« **Le libre développement de chacun est la condition du libre développement de tous.** »

(Solution en page 4)



Représentation du serpent-vision Kukulcan, version Maya (chez nos ami.e.s zapatistes) du célèbre serpent à plumes. Dieu des quatre éléments, et liant le ciel et la terre, une légende prédit qu'il reviendra sur Terre à la fin des temps (mauvais ?).

Le conte ...en trois mots

Dans le village enchanté de Murmilly, les mots ont des yeux, des jambes et des voix. Et certains, beaucoup de caractère. Et même plusieurs jambes et plusieurs bras. Trois d'entre eux sont inséparables mais se disputent en permanence ; ils s'appellent Véra, Kryptos et Fallax. Drôles de noms, mais c'est comme ça ! Véra est une femme très belle et très fière mais un peu minérale. Les yeux toujours ouverts et plein de lumière, elle parle peu, sort rarement et ne sourit pas. Tout le monde en a peur. Kryptos est discret, il porte un manteau gris et des lunettes noires. Il ne vous regarde pas dans les yeux et rougit facilement. Il n'oublie jamais de fermer sa maison, son auto, son portable, d'où son surnom de *Blipt*. Il espionne Véra, et il m'a dit l'avoir vue la nuit dormir dans les arbres, et que je ne le dise à personne. Mais c'est tellement bizarre que je vous le confie, ne le répétez pas ! Fallax est très séduisant, il a belle allure. Tout le monde veut l'inviter et il se fait rarement prier. Il raconte que Véra se baigne toute habillée dans la rivière et qu'il l'accompagne la nuit. Alors, ce jour là, quand ces trois-là se sont rencontrés j'étais très curieuse de connaître la suite :

Véra : -"Je suis la vérité, j'aime que les choses soient justes et franches. Ce que je dis fait parfois mal, mais c'est pour aider à grandir, et garder la confiance."

Kryptos : -" Chuuut ! Je suis le secret, je garde les choses dans ma boîte bien fermée. Quand la jeune ado *Zéphyr* m'a confié qu'elle était amoureuse de *Camille*, j'ai rien dit."

Fallax : -"Moi je suis le mensonge, et j'ai pas de honte à le dire. Je suis bien utile. Tenez, c'est grâce à moi que *Zéphyr* a pu raconter un bobard à ses parents et passer la nuit avec *Camille* !"

Kryptos : -"Sans nous, pas de nuit en amoureux/se !"

Fallax : -" Oui, et j'ai évité un drame !"

Véra : -"Zéphyr est jeune, elle aurait dû demander à ses parents, s'expliquer. Iels auraient dialogué."

Kryptos : -"...En attendant le moment propice, quand tout le monde est détendu, à table par exemple."

Fallax : -"Ah ah ah ! Et lui présenter son mauvais bulletin scolaire en même temps !"

Kryptos : -"Arrête de te cacher derrière moi, *Fallax*, je garde des secrets pour protéger, pas pour couvrir."

Véra : -"Tu n'es pas toujours méchant, *Fallax*, parfois tu rassures, tu travestis la dure réalité. Mais il faut savoir faire une révélation. "

Kryptos : -"Oui, certains secrets sont doux, et d'autres doivent être révélés si le silence fait trop de peine dans le cœur."

Véra : -"Et on ne les dépose pas n'importe où, à n'importe qui."

Fallax : -"Arrête un peu ta morale *Véra*, le mensonge rend créatif et les vérités sont des illusions!"¹

Véra (d'une voix tranchée) : -"C'est bien tordu tout ça ! Moi, je sais que les mots ont un pouvoir, et quand on les utilise mal, les cœurs se perdent." ² Mon conseil : garder un secret, oui, le révéler au bon moment : voilà la liberté."

Kryptos les yeux baissés, hoche la tête ; *Fallax* sourit, faussement léger. Chacun repart de son côté.

Notes/Références :

¹ "La vérité est une illusion qui s'est donnée pour quelque temps un empire." (André Gide)

² "Mal nommer les choses, c'est ajouter au malheur du monde." (Albert Camus)

Anne

3