Fabrice Ruiz
@fabrice_ruiz_magnetisme

Carnet d'enquête d'un MAGNÉTISEUR

Ce qu'un ancien de la Police Judiciaire a découvert sur le monde des énergies

JouVence
éso

Du même auteur aux Éditions Jouvence

Tout est énergie
Mon magnétisme maison

Dans la même collection aux Éditions Jouvence

Je libère, j'aligne et j'attire, Sabbyne
Les 7 verrous énergétiques, Olivia Sandy
La Magie des chats, les familiers des sorcières, Fanny Bailly
Vis sans crainte, c'est encore mieux après, Vincent Terrien
Ça crée, Julie Lamiré
Embrasse le pouvoir des astres et laisse-toi guider par l'Univers, L. B. Satis et T. K. Yongdroup
Décrypter l'avenir, Christian Vidal
Libérez votre potentiel grâce au Human Design, Mélissa Simonot
Planètes rétrogrades : le guide indispensable pour survivre, quel que soit l'alignement des planètes, Jennifer Billock
Le Guide 100 % pratique du voyage au tambour, Claire Jeanne Soulet-Clijsen

Éditions Jouvence
Route de Florissant, 97 – 1206 Genève – Suisse
Site Internet : **www.editions-jouvence.com**
E-mail : info@editions-jouvence.com

Catalogue gratuit sur simple demande.

© Éditions Jouvence, 2026
ISBN : 978-2-88984-137-0

Correction : Émilie Choupin
Couverture : Charlotte Thomas
Photographie de l'auteur : Théo Benech
Mise en pages : Valérie Boukobza

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation réservés pour tous pays.

Sommaire

Prologue 9

Chapitre 1 – LA NAISSANCE D'UN ESPRIT CARTÉSIEN 13
Les fondations d'une vie 13
Le langage silencieux 16
L'école de la rigueur 19
Un premier pied dans la police nationale 24
La force de la discrétion et du travail dans l'ombre 26
Carnet d'enquête n° 1 : Se reconnecter à sa nature profonde 32

Chapitre 2 – QUAND SEULS LES FAITS COMPTENT 37
Plonger dans le grand bain 37
Endosser le costume 39
Dans les rouages d'une machine implacable 41
Gagner le respect 42
Le cœur du métier d'enquêteur 43
L'épreuve du terrain 45
Dans l'œil de la caméra 48
Le vertige des contrastes 49
Créer ses propres bouées de sauvetage 50
Quand la noirceur du monde nous percute 52
Écouter son intuition 53
Carnet d'enquête n° 2 : S'affranchir du regard des autres 58

Chapitre 3 – L'ILLUSION DE LA RÉUSSITE 61
Changer de décor 61
L'art de se réinventer 63
L'ivresse des sommets 67
L'effondrement des repères 70
Carnet d'enquête n° 3 : Identifier ses véritables ancrages 75

Chapitre 4 – LA CHUTE COMME TREMPLIN.....79
Toucher le fond.....79
Quand l'invisible force la porte.....83
Mon investigation la plus intime.....89
Couper le dernier cordon et assumer sa voie.....98
Carnet d'enquête n° 4 : S'ouvrir à l'inconnu et expérimenter sa propre vérité.....102

Chapitre 5 – PRENDRE SA PLACE.....105
Assumer sa singularité au grand jour.....105
Briser les codes.....109
Quand l'univers valide nos choix.....112
Le besoin de transmettre.....113
La voix de l'expérience.....117
Matérialiser par écrit sa pensée.....121
L'écran comme nouveau départ.....125
Fermer un cycle pour continuer de grandir.....128
Carnet d'enquête n° 5 : Assumer sa singularité et oser se lancer.....131

Chapitre 6 – BÂTIR SA LÉGITIMITÉ SUR DES FONDATIONS SOLIDES.....135
Anticiper le changement.....135
Quand l'imprévu teste notre volonté.....138
Dépasser la peur du vide.....141
L'écriture et la sortie de mon second livre.....144
Une affaire de famille.....148
La genèse de ce livre.....151
Carnet d'enquête n° 6 : Structurer son évolution.....156

Chapitre 7 – DANS LE SECRET DU CABINET.....159
Une mise au point indispensable : la place du médical.....160
Quand l'effet placebo s'effondre.....161
Le magnétisme au service des animaux.....165
Bâtir un pont entre deux mondes.....168

Le message mystère 171
De la table de consultation aux bancs de la formation 174
Le défi des cinquante verrues 176
L'ombre rapportée de voyage 180
Le secret de la sœur jumelle 184
La maison aux divorces et les enfants qui voient des ombres 188
Quand l'instinct animal valide la géobiologie 191
Conclusion : L'humilité face à l'invisible 194

Chapitre 8 – LA FACE SOMBRE DE L'INVISIBLE 195
Le forfait de l'illusion 197
Quand l'énergétique tourne à l'absurde 198
Un mot de trop, huit ans d'asile 199
Le prédateur sous le masque du bien-être 200
L'overdose énergétique 202
Quand l'éveil spirituel tourne à la déconnexion 203
Payer le prix fort pour du temps perdu 205
Diagnostics illégaux, dépendance et faux médium 206
Conclusion : se faire confiance 208

Épilogue 211

Notes 217

Prologue

Si l'on m'avait dit, le jour où j'ai terminé major de ma promotion à l'école de police de Toulouse, qu'une décennie plus tard, je gagnerais ma vie en rééquilibrant les énergies des gens et en harmonisant des maisons, j'aurais probablement conseillé à mon interlocuteur d'aller consulter un psychiatre.

Dans cette première vie de policier, mon monde était binaire, matériel et implacable. J'étais un enquêteur de la Police Judiciaire. Mon quotidien était fait de preuves tangibles, de procédures pénales, de faits avérés et de rapports de synthèse. La règle était simple : ce qui ne se voit pas n'existe pas. Ce qui ne se prouvait pas n'avait aucune valeur. J'avais un besoin de tout comprendre, de tout rationaliser.

Pourtant, c'est souvent quand on croit avoir tout verrouillé à double tour que la vie se charge de faire sauter les serrures. Le célèbre psychiatre suisse Carl Gustav Jung l'a écrit avec une justesse troublante : « Ce qu'on ne veut pas savoir de soi-même finit par arriver de l'extérieur comme un destin. » C'est exactement ce que j'ai traversé. Mon destin n'a pas toqué doucement à la porte ; il l'a enfoncée. Il a fallu une succession de ruptures professionnelles, une séparation douloureuse, et des phénomènes physiquement inexplicables dans ma propre maison pour que mes certitudes de flic cartésien volent en éclats.

Avant de vous embarquer avec moi dans cette aventure, je tiens à vous remercier sincèrement. Merci d'avoir choisi ce livre, de m'accorder de votre temps et de me faire confiance pour la lecture de mon histoire. Comme vous allez le découvrir, ce cheminement n'a pas été un long fleuve tranquille. Il a été fait de chutes vertigineuses, de doutes profonds, et de sauts dans le vide. Si j'ai fait le choix difficile de mettre ma pudeur de côté et de me livrer à cœur ouvert, c'est avec le profond espoir que mon parcours résonne en vous. J'espère qu'à travers mes propres turbulences vous trouverez un écho à votre histoire personnelle. Que ce récit vous prouvera que même lorsque les fondations s'effondrent et que l'on se sent perdu personnellement ou professionnellement, il reste possible de se relever. Qu'en osant se mettre en action et explorer de nouvelles voies, on finit toujours par se diriger vers un horizon plus grand, plus juste et plus lumineux pour soi.

Ce livre n'est pas un manuel théorique de développement personnel, ni un conte de fées spirituel. C'est l'investigation la plus intime et la plus improbable de ma vie : une enquête sur moi-même. Mais je ne voulais pas que ce récit soit un simple témoignage. J'ai souhaité qu'il devienne un véritable outil pour vous. C'est pourquoi, à la fin de chaque chapitre, vous trouverez un « Carnet d'enquête ». Considérez ces espaces comme des ponts entre mon vécu et le vôtre. Ils vous permettront de pister vos propres indices, de rassembler les pièces de votre dossier, et d'y trouver des clés concrètes pour avancer sur votre chemin.

Dans les pages qui suivent, je vous emmène sur la route de ma reconversion, de mes racines toulousaines à mon

cabinet d'Aix-en-Provence, en passant par les couloirs de la Police Judiciaire parisienne et mon ancienne vie de directeur commercial. J'ai écrit ce livre pour montrer qu'il n'y a pas de fatalité, et surtout, qu'il n'y a aucune incompatibilité entre un esprit profondément rationnel et le monde de l'invisible. Je vous invite à me suivre dans cette exploration avec la même curiosité que celle qui m'a poussé, un jour, à troquer mon arme et mon insigne contre mes propres mains.

Chapitre 1
LA NAISSANCE D'UN ESPRIT CARTÉSIEN

Les fondations d'une vie

Avec le recul des années et mon quotidien dédié aux énergies, je comprends aujourd'hui une chose fondamentale : tout était déjà là. Mon lien profond à la terre, mon sens de l'observation, mon écoute de l'instinct animal… ces éléments indispensables à ma pratique actuelle ne sont pas nés le jour de mon éveil spirituel. Si mon basculement vers l'invisible semble avoir été déclenché par une rupture brutale, les véritables fondations de mon ancrage ont été coulées bien plus tôt.

Mon histoire commence à Toulouse, le 7 mai 1989. Je suis le petit dernier, le troisième enfant d'une famille modeste mais aimante. Quand je repense à mes premières années, une chose est sûre : je n'ai jamais manqué de rien. Ni de l'essentiel pour vivre, ni de l'amour dont un enfant a besoin pour grandir.

Mais mon véritable point de départ, c'est Tournefeuille, un petit village situé juste à côté de Toulouse. C'est là que j'ai grandi. Notre maison était installée au milieu de la verdure, sur un grand terrain que nous partagions avec mes grands-parents paternels. Dans mes souvenirs, ce n'étaient pas deux maisons séparées, mais un seul et même monde. La disposition était toute simple : mes grands-parents vivaient près du portail, à l'entrée. Tout au fond, bien à l'abri, se trouvait la maison de mes parents. Et entre les deux, il y avait un immense champ cultivé.

Un petit sentier en terre longeait ce champ pour relier les deux maisons. Ce chemin, je l'ai parcouru des milliers de fois. Pour moi, passer de chez mes parents à chez mes grands-parents était tellement naturel que j'avais la certitude de vivre sous un seul et même grand toit.

Le grand champ central, c'était le domaine de mon grand-père. Toute l'année, il y faisait pousser des tomates, des haricots verts, des pommes de terre et des salades. J'ai passé un temps infini à ses côtés dans la terre. Parfois, je l'aidais un peu, mais le plus souvent, je me contentais de le regarder travailler. Il n'était pas l'homme des grands discours. Avec lui, tout passait par les gestes et la répétition. Sans même m'en apercevoir, dans ce silence complice, j'apprenais à respecter le temps qui passe, le rythme des saisons et la valeur de l'effort.

Mon grand-père avait un caractère forgé par les épreuves. Fuyant l'Espagne et le régime de Franco pendant la Seconde Guerre mondiale, il était parti de Malaga à pied, laissant derrière lui son pays et une partie de sa vie. En arrivant

en France, il avait tout reconstruit à la force de ses bras, avec une discipline de fer et un amour inébranlable pour la famille. C'était lui, le pilier de notre clan. Son parcours ne lui avait pas appris à dire « je t'aime » avec des mots tendres, mais il nous le prouvait tous les jours par sa présence et sa protection.

Si mon grand-père s'occupait de la terre, ma grand-mère, elle, faisait battre le cœur de la maison. Tous les samedis midi, c'était le grand rassemblement. Les oncles, les tantes, les cousins… toute la famille se retrouvait autour d'une grande table dans une ambiance joyeuse et typiquement méditerranéenne. Mon grand-père s'asseyait toujours en bout de table, et ma grand-mère prenait place juste à sa droite. Elle ne s'arrêtait jamais. Elle préparait, circulait, observait et s'assurait que personne ne manquait de rien. Elle était discrète mais toujours là. Pendant que mon grand-père incarnait l'autorité, elle apportait la douceur et l'équilibre. Elle abattait un travail colossal sans jamais se plaindre ni se mettre en avant.

C'est d'ailleurs chez elle que mes journées commençaient. Tous les matins, avant de partir pour l'école, je quittais ma maison avec ma mère, on prenait le petit chemin de terre, et on s'arrêtait chez mes grands-parents pour le petit-déjeuner. Ma grand-mère m'attendait, la table était mise. Je me revois encore devant mon bol, les yeux complètement captivés par les épisodes du dessin animé *Franklin* à la télévision. Le mercredi après-midi, c'était pareil : je naviguais entre le champ et leur maison.

Il y avait dans la salle à manger un détail qui m'apportait un profond sentiment de confiance et de soutien. Ma grand-mère mettait un point d'honneur à récupérer la moindre coupe, le moindre trophée que mon frère ou moi remportions lors de nos compétitions de tennis. Elle les alignait fièrement sur le rebord de sa cheminée. Je les observais chaque jour en déjeunant, et elles trônaient encore lors des grands repas de famille. C'était sa façon à elle, silencieuse et touchante, de nous témoigner sa fierté.

L'histoire est un peu différente du côté de ma famille maternelle. J'ai très peu connu mon grand-père. Il était revenu de la guerre d'Algérie avec des traumatismes tenaces qui l'avaient fait sombrer dans l'alcoolisme, et il nous a quittés quand j'étais encore jeune. Quant à ma grand-mère maternelle, je la voyais surtout lors du traditionnel repas du dimanche et pendant les grandes vacances. Je partais souvent deux semaines avec elle dans un camping des Landes. Ce sont des souvenirs solaires et joyeux, même si la proximité du quotidien a fait que mes racines les plus fortes se sont naturellement ancrées dans la terre de Tournefeuille.

Le langage silencieux

Dans notre grand terrain partagé, il y avait aussi une présence incontournable : Paloma. C'était notre chienne berger allemand, un animal exceptionnel qui faisait partie intégrante de la famille. Pour elle, il n'y avait d'ailleurs aucune frontière ; elle passait de la maison de mes parents à celle de

mes grands-parents avec un naturel qui prouvait bien que nous ne formions qu'un seul et même foyer.

Elle était douce, fidèle, et toujours présente à nos côtés. Quand elle était petite, elle avait développé une manie assez drôle : dès qu'une chaussure traînait dehors, elle la saisissait délicatement dans sa gueule et filait l'enterrer dans le champ de mon grand-père. Je me souviens d'un jour où elle avait jeté son dévolu sur une chaussure blanche appartenant à ma sœur. En découvrant cela, celle-ci fut furieuse, et mon grand-père aussi. Moi, en revanche, j'avais éclaté de rire. C'était notre quotidien. Ces moments font partie de mes souvenirs d'enfance les plus tendres.

J'aimais tellement cette chienne qu'en 1998, alors que je n'avais que 9 ans et que je participais à un concours de poésie organisé pour les élèves de l'école élémentaire, j'ai choisi de lui dédier un texte avec mes mots d'enfant :

MA CHIENNE

Par un bon matin de novembre,
Ma petite chienne est arrivée,
Elle tremblait de tous ses membres,
Elle était apeurée.
Avec ses petites pattes,
Elle courait dans mon jardin,
Elle était tellement délicate,
Et se cachait sous mon sapin.
Ma petite chienne est devenue grande,

Tous les matins elle m'attend.
Je me laisse souvent me surprendre
À penser que ma chienne me comprend.

À ma grande surprise, ce texte m'a permis de remporter le prix du parc zoologique African Safari. Il m'a été remis officiellement lors du Festival de la poésie de la ville de Plaisance-du-Touch, cette même année. Avec le recul, je me rends compte que ce petit événement mettait déjà en lumière deux choses essentielles dans ma vie : mon amour profond pour les animaux et, sans que j'en aie vraiment conscience à l'époque, un tout premier goût pour l'écriture.

Le temps a passé, et l'insouciance de ces années a été brutalement interrompue le 21 septembre 2001. Ce jour-là, l'usine AZF a explosé à Toulouse. Je m'en souviens comme si c'était hier. Au moment de la déflagration, un bruit assourdissant a déchiré le ciel, me faisant sursauter, et j'ai senti le sol trembler sous mes pieds. J'étais au collège, en pleine récréation. Ce fut une chance inouïe d'être à l'extérieur, car les plafonds de certaines salles de classe se sont effondrés. Ce fut d'ailleurs le cas dans beaucoup d'écoles de la région, et cette tragédie aurait pu être encore plus dramatique pour de nombreux enfants.

Le souffle de l'explosion a été si puissant qu'il s'est fait sentir jusque chez nous, à Tournefeuille. Nos maisons ont subi des dégâts matériels et Paloma aussi a été touchée : la violence du souffle l'a projetée contre un mur. Elle en restera boiteuse toute sa vie.

Sur la fin, la maladie l'a rattrapée sous la forme d'un cancer. Pour lui épargner d'inutiles souffrances, nous avons dû prendre la décision la plus lourde qui soit et l'endormir. L'écrivain Anatole France disait très justement : « Tant qu'on n'a pas aimé un animal, une part de notre âme reste endormie. » C'était la toute première fois de ma vie que je perdais un être si cher. Ce fut une perte silencieuse, une absence difficile à comprendre et à accepter à cet âge-là, mais terriblement réelle. Cette tristesse a marqué une vraie rupture, un moment charnière dans ma construction d'homme.

L'école de la rigueur

Ma sœur a neuf ans de plus que moi et mon frère, cinq. Ma sœur a toujours été très protectrice, elle veillait sur moi et prenait ma défense avec beaucoup de bienveillance. Parce qu'elle a grandi vite, elle a quitté la maison familiale assez tôt, alors que j'étais encore jeune, mais nous nous sommes toujours extrêmement bien entendus.

Avec mon frère, le rapport était plus énergique. Il était turbulent, remuant, et dans nos jeux d'enfants, j'ai souvent été bousculé. Ce n'était rien de grave, juste la vie normale d'une fratrie, mais cela a profondément contribué à forger mon caractère : au milieu d'eux, j'ai appris à encaisser, à me relever, et à trouver ma propre place sans faire de bruit. En grandissant, les choses se sont naturellement apaisées pour laisser place à des liens très solides.

Cet environnement familial animé tenait d'ailleurs grâce au socle sécurisant que formaient nos parents. En y repensant, leur dynamique de couple me rappelle beaucoup l'équilibre de mes grands-parents paternels. Mon père était dessinateur industriel, puis ingénieur dans une société travaillant en grande partie pour l'armée. Il concevait des plans de pièces pour des hélicoptères ou des missiles. C'était un métier de haute précision, et mon père était à cette image : droit, structuré et cadré. Il n'était pas l'homme des grandes déclarations d'amour spontanées, mais il nous prouvait son affection par ses actes. Il était toujours présent, m'accompagnait au sport pour mes entraînements de tennis, et s'assurait que l'on ne manque de rien. Il posait le cadre et incarnait l'autorité.

Ma mère, quant à elle, travaillait à la mairie de Tournefeuille. Elle a commencé aux cantines scolaires pour finir assistante de direction à la cuisine centrale, progressant avec une très belle constance. Elle était notre douceur. Plus affectueuse, plus à l'écoute, elle contrebalançait la rigueur paternelle en apportant une chaleur et une flexibilité indispensables à notre équilibre familial. À la lumière de mes années d'enquêteur puis de praticien, où j'ai croisé tant de parcours de vie brisés, je mesure pleinement ma chance. J'ai grandi sur une base d'amour solide. Il y avait des tensions, bien sûr, comme partout, mais j'ai pu avancer sans blessure profonde, avec des repères clairs.

Enfant, on me décrivait souvent comme un garçon calme, réservé et discret. Mais derrière cette discrétion se cachait une immense curiosité. J'observais le moindre détail et je

posais sans cesse des questions. J'avais un besoin vital de comprendre comment le monde fonctionne.

J'avais aussi une appétence particulière et pour le moins étrange à cet âge : j'étais fasciné par les pierres et les minéraux. Sans trop savoir pourquoi, je m'étais mis à en faire la collection. Mes parents et ma tante m'emmenaient régulièrement faire la tournée des salons spécialisés, et cette dernière m'en achetait toujours de nouveaux pour compléter mon trésor. À l'époque, personne ne comprenait vraiment d'où me venait cette drôle d'obsession, et moi le premier ! Je les collectionnais avec le plus grand sérieux, attiré par leurs formes et leurs couleurs. Ce n'est que des années plus tard, en découvrant le monde des énergies, que j'ai compris le sens de cette attirance. Désormais, les minéraux font partie intégrante de ma pratique quotidienne lors de mes accompagnements en lithothérapie. Le petit garçon que j'étais avait déjà ressenti les choses, bien avant que mon cerveau d'adulte ne soit capable de les comprendre.

En grandissant, je suis resté un gamin de plein air. Je passais mon temps dehors à courir, à jouer au ping-pong dans le jardin. Le sport s'est rapidement imposé dans ma construction. J'ai commencé par le karaté, attiré par la magie des films de combat, mais les mouvements trop figés et le cadre rigide m'ont lassé. À 11 ans, je me suis donc tourné vers le tennis. Mon père, mon frère et mon cousin y jouaient déjà, c'était une évidence. Je m'y suis plongé à corps perdu, au point de figurer parmi les meilleurs joueurs de ma région vers l'âge de 13 ans.

C'est à cette époque charnière des années collège que j'ai rencontré ceux qui allaient devenir mes piliers de vie : Olivier et Sébastien. Deux amis d'enfance que je n'ai jamais quittés depuis. Ils avaient des profils très différents. Avec Olivier, je partageais une même passion dévorante pour le sport. Comme nous habitions à côté, nous passions notre temps ensemble, souvent sur les courts de tennis ou raquette en main. Avec Sébastien, le lien s'est forgé sur un tout autre terrain : l'univers des mangas, la culture japonaise et les jeux vidéo. Malgré ces centres d'intérêt distincts, nous adorions nous retrouver tous les trois pour partager des moments simples en extérieur, que ce soit au bord d'une piscine ou ailleurs. Ces deux amitiés inconditionnelles, nées dans la simplicité de l'adolescence, sont de celles qui résistent à l'épreuve du temps. Elles joueront d'ailleurs un rôle salvateur bien plus tard dans ma vie.

Mon rêve de devenir tennisman professionnel a fini par se heurter à la réalité : une blessure m'a éloigné des courts pendant de longs mois, ce qui, à cet âge crucial, creuse un écart de niveau très difficile à rattraper. Il y a eu aussi l'aspect financier : mes parents faisaient déjà le maximum pour moi, mais le sport de haut niveau exige des moyens et une disponibilité colossale. Sur le coup, la déception a été vive. Mais comme on le dit souvent, on ne perd jamais vraiment : soit on gagne, soit on apprend. J'ai refusé de m'apitoyer et j'ai compris, plus tard, que le tennis professionnel n'était tout simplement pas ma route. J'ai continué à jouer en amateur, pour le pur plaisir, tout en me tournant vers d'autres

disciplines comme la course à pied, la natation et le triathlon. J'avais trouvé mon équilibre. Je privilégiais toujours les sports individuels, j'aimais ce face-à-face avec moi-même. Dans ces disciplines, on ne peut pas se cacher derrière un collectif ; on apprend la progression silencieuse, la rigueur, et surtout, on apprend à croire en ses propres ressources, même quand personne ne nous regarde.

Ma fascination pour l'informatique et les ordinateurs ne faiblissait pas. J'adorais explorer et apprendre par moi-même. Quant à la culture japonaise et aux mangas, ils parlent très souvent de résilience, de destin et de dépassement de soi, et sans que je sache l'expliquer ni le formuler à l'époque, ces valeurs résonnaient très fort en moi.

Sur les bancs de l'école, j'étais cet élève studieux, jamais dans les ennuis, plutôt doué et à l'aise dans les matières scientifiques. Les matières littéraires m'attiraient moins. En vérité, le système scolaire, souvent trop rigide et déconnecté de la vraie vie, ne me passionnait pas vraiment. Je figurais dans le premier tiers de la classe, sans forcer et sans vraiment chercher à briller. J'ai fini par obtenir un baccalauréat technique en électronique par pur pragmatisme : les matières me parlaient et cela me demandait peu d'efforts. Après le lycée, pour rassurer mes parents qui voulaient me voir acquérir un bagage sécurisant, j'ai entamé une première année d'IUT (Institut universitaire de technologie) en informatique. Mais je n'y trouvais absolument aucun sens.

Ma véritable vocation était ailleurs, et elle m'appelait depuis longtemps : je voulais entrer dans la police. Cet univers

m'était très familier. Ma sœur, mon beau-frère, un oncle et des cousins y travaillaient. Bercé par leurs récits et par les séries policières, je n'avais qu'une envie : être sur le terrain, chercher, comprendre, résoudre. Je voulais devenir enquêteur.

Dès mes 18 ans, pendant ma première année d'IUT, j'ai tenté le concours de gardien de la paix. Je suis allé jusqu'à l'oral, mais le jury m'a recalé, me jugeant trop jeune et me conseillant de revenir plus tard. Le contexte politique de l'époque n'aidait pas : les recrutements étaient gelés et les places rarissimes. Qu'à cela ne tienne, puisque la porte principale était fermée, je trouverais une autre entrée. J'ai passé le concours d'adjoint de sécurité (ADS dans l'ancien jargon, à présent appelé « policier adjoint »). Premier échelon de l'institution, c'était l'une des seules voies réalistes pour y mettre un pied. On y croisait d'ailleurs des candidats très diplômés qui avaient fait le même choix pragmatique face à la fermeture des concours.

Reçu, je pris une décision conséquente : quitter mon IUT en cours d'année pour enfiler l'uniforme. Mes parents étaient inquiets et désapprouvaient ce choix, préférant la sécurité des études. Mais pour la première fois d'une longue série dans ma vie, je choisis de m'écouter. Mon instinct me dictait ma route, et j'allais lui faire confiance.

Un premier pied dans la police nationale

J'ai donc franchi les portes de l'école de police de Marseille en 2009 pour y suivre ma formation d'adjoint de sécurité. Nous étions une centaine d'élèves, plongés dans un programme

dense. La théorie, la pratique, les mises en situation, le sport, la discipline militaire… Tout comptait. Le système d'évaluation était implacable : chaque épreuve, qu'il s'agisse d'un écrit ou d'un parcours sportif, rapportait des points. Et c'est le cumul de l'ensemble qui ferait la différence. Fidèle à ma nature, je me suis donné à fond, en silence, sans jamais chercher à me faire remarquer. J'ai été régulier, solide partout, et endurant. À l'issue de cette formation, le verdict est tombé : j'ai terminé major de ma promotion. Ce fut une première reconnaissance officielle, et une immense satisfaction pour mes parents, qui commençaient enfin à voir que je ne m'étais pas trompé de chemin.

Fort de ce classement, j'ai été affecté à la police aux frontières (la PAF) de Toulouse, à l'aéroport de Toulouse-Blagnac. Souvent, quand on pense à la PAF, on imagine simplement les policiers qui tamponnent les passeports. En réalité, le métier est bien plus vaste : il recouvre tout ce qui touche bien sûr à la régulation des entrées sur le territoire, mais aussi aux contrôles des personnes, à la gestion des situations complexes liées aux documents de transit, aux règles de circulation, et aux personnes en situation régulière ou irrégulière.

En trois ans au sein de cette institution, j'ai pu en explorer de nombreuses facettes. J'ai d'abord travaillé au centre de commandement : l'accueil, la gestion des appels radio, l'organisation du quotidien dans un aéroport, ou encore la réception des demandes d'accès aux zones sécurisées. C'est un poste stratégique où l'on observe énormément. J'y ai