



**“ NOUS DEVONS ÊTRE LE CHANGEMENT
QUE NOUS VOULONS VOIR DANS LE MONDE. ”**

GANDHI

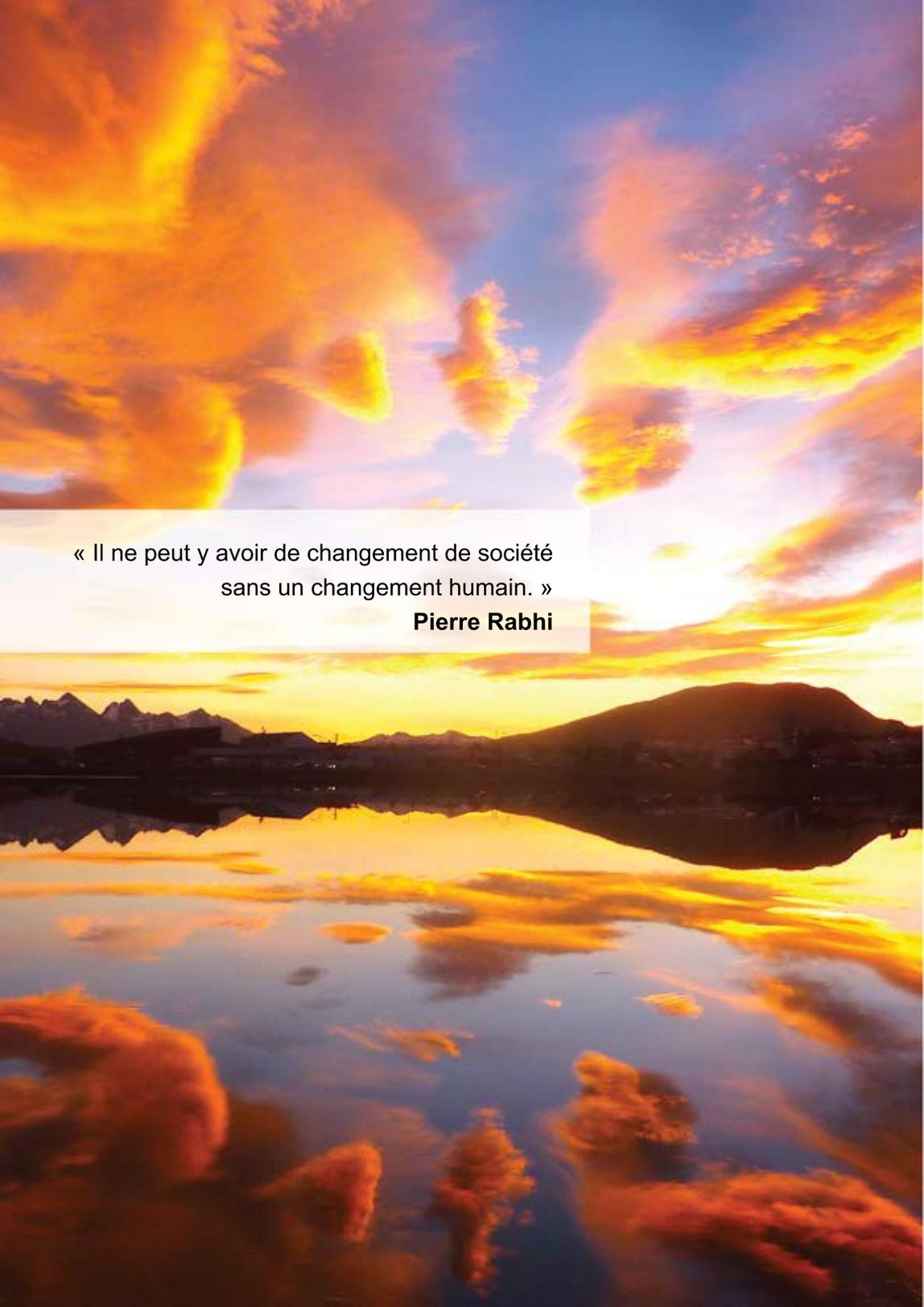
FROZEN FOODS & DESTINY FILMS PRESENTENT

UN FILM D' **Alex Ferrini**

NOTRE RÉVOLUTION INTÉRIEURE

UN VOYAGE À L'ESSENTIEL



A full-page background image showing a vibrant sunset or sunrise. The sky is filled with large, billowing clouds in shades of orange, yellow, and blue. The sun is low on the horizon, creating a bright glow. In the foreground, a calm body of water reflects the sky and the silhouettes of mountains in the distance. A white rectangular text box is positioned in the middle of the image.

« Il ne peut y avoir de changement de société
sans un changement humain. »

Pierre Rabhi

NOTRE RÉVOLUTION INTÉRIEURE

UN FILM D' **Alex Ferrini**



France | 2016 | 75 minutes | Couleur | Dolby 5.1
Visa d'exploitation n° 145.209

Matériel de presse disponible sur www.destinydistribution.com

AU CINÉMA LE 18 JANVIER 2017

RELATIONS PRESSE

Stéphane Ribola
15, Avenue de l'Opéra - 75001 Paris
06 11 73 44 06
stephane.ribola@gmail.com

DISTRIBUTION

Destiny Films - Hervé Millet
1, Impasse Barbier - 92110 Clichy
06 61 43 71 01
hervemillet@destinydistribution.com

SYNOPSIS

Remettant en cause le monde qu'ils ont connu jusqu'à aujourd'hui, trois jeunes délaissent leur quotidien et leurs habitudes pour partir en voyage. Cette recherche de la connaissance va changer leur regard mais surtout les amener à découvrir la possibilité d'une autre existence. Une invitation à reprendre les commandes de nos propres vies...



NOTE D'INTENTION D'ALEX FERRINI - RÉALISATEUR

Le film *Notre Révolution Intérieure* est né de l'envie grandissante d'aligner nos vies à des valeurs fondamentales.

Comme le disait, il y a des années, Jiddu Krishnamurti, un philosophe indien :

« Il n'est pas signe de bonne santé mentale que d'être bien adapté à une société malade ».

Partant de ce constat, du fait que le chaos extérieur n'est que le reflet de notre désordre intérieur et que la société n'évoluera que lorsque les croyances de l'Homme auront changé... nous avons décidé, avec mon ami Xavier et mon frère Romain, de faire ce pas dans l'inconnu, où futur rime avec présent, afin de réinventer par nous-mêmes la définition de notre vie.

Une chance s'est présentée à nous : Aleix

Belov, un vieux loup de mer cherchait trois jeunes pour l'aider à faire le tour de l'Amérique du Sud sur un voilier qu'il avait construit lui-même. Nous avons donc le choix entre laisser notre quotidien, notre confort de vie et la rare opportunité de partir à la rencontre de nous-mêmes, à la découverte d'Hommes de savoir. Nous avons le choix entre rester dans la peur ou danser avec l'Amour...

Rythmé au fil des tempêtes, des danses avec le silence, des spectacles d'étoiles, notre voyage a été fait de rencontres authentiques au Brésil, en Argentine, au Chili, au Pérou et en Bolivie. Elles ont changé notre regard sur le monde.

C'est un film pour se réveiller et reprendre le contrôle de notre vie, une œuvre qui donne le courage de croire.





L'aventure *Notre Révolution Intérieure*,
c'est aussi :

- 18 mois de voyage en Amérique du Sud

- 1 scénariste : l'Univers

- 40 interviews

- 30 rencontres avec des personnes
qui incarnent le changement

- 200 heures de rushes

- 1 passage au Cap Horn

- 2 tempêtes et 50 vomis

- 25 danses avec les étoiles



ENTRETIEN AVEC ALEX FERRINI

Avant ce voyage, saviez-vous qu'une autre société que celle que vous connaissiez était possible... qu'une autre vie était envisageable ?

Nous ne le savions pas mais nous le sentions. Je ne parlerai pas d'une nouvelle société, mais plutôt d'un nouvel humain. C'est l'être que nous sommes qui a un impact sur la société, qui elle, influe sur le monde. Nous sommes à l'aube d'une nouvelle ère. La difficulté est donc de nous observer dans nos gestes, dans nos émotions, dans nos pensées et de provoquer un changement radical en nous-mêmes. Personnellement, j'ai fait ce voyage par simple instinct de survie, pour échapper au paradigme global qui me gouvernait. L'un des challenges de l'humanité est d'arrêter de se soumettre aux lois de la société qui sont contre-nature. L'éducation, la comparaison, la compétition, la norme, la peur font que nous vivons des vies entières à être déconnectés de nous-mêmes. Nous raisonnons à travers des modèles. Nous n'appréhendons jamais le réel tel qu'il est. Il est temps de changer, de s'initier aux lois de l'univers. Ainsi, notre vision sur l'éducation, la médecine, l'alimentation, le temps libre, le sacré se transformera complètement.

Qu'avez-vous appris au plus profond de vous-même ? Qu'est-ce que ce changement vous a apporté ?

Nous ne pourrons pas faire l'économie de nous connaître nous-mêmes, de savoir comment nous fonctionnons, physiologiquement et émotionnellement. Dès lors que nous demanderons aux autres de faire des choix pour nous, que nous délaisserons nos responsabilités de nos propres vies, alors nous serons dépendants et soumis. Il faut sortir de cette léthargie confortable dans laquelle nous sommes. Le seul moyen d'être libre est d'entrer dans la connaissance afin de devenir le roi de son chemin. Nous avons donc appris à nous réécouter. C'est comme si l'être humain était un instrument, composé d'un corps physique, d'émotions, de pensées et d'un lien avec le sacré. Le voyage initiatique nous a enseigné à mieux jouer de cet instrument. Ces outils, mis dans le bon ordre, nous permettent de créer notre propre réalité. C'est une révélation à nous-mêmes qui nous a permis le désapprentissage... comme si on enlevait les différentes couches d'un oignon pour libérer le centre.





Que sont devenus vos compagnons de voyage ? Leurs vies ont-elles aussi changé ?

Nous ne partons pas du même passé et le processus est différent pour chacun d'entre nous. Xavier, est reparti pour un autre long voyage. Romain, mon frère, après avoir aidé une famille pauvre à reconstruire une maison détruite à la suite d'un incendie à Valparaiso au Chili, est revenu en France pour revoir notre famille. Lui-même ne sait pas de quoi son futur sera fait...

Vous définiriez-vous comme un globe-trotter ou un cinéaste ?

Je ne suis ni l'un ni l'autre. Juste un être humain en quête de compréhension. Le cinéma, le voyage, ou dans d'autres cas, la musique, les livres ne sont que des moyens pour exprimer une certaine sensibilité.

Quels sont vos projets ?

J'ai réalisé un autre documentaire sur l'enfance. A côté, nous sommes en plein processus pour créer un lieu innovant en France. C'est important pour moi de matérialiser et d'expérimenter ses idées.

Que conseillerez-vous pour que nous puissions faire *Notre Révolution Intérieure* ?

Prendre des risques avec le cœur. Il faut voir au-delà du voyage physique et sentir le cheminement intérieur. Observer, comprendre le mystère de la vie puis, valoriser nos découvertes. Je pense qu'aller vers ce qui nous fait le plus peur est un bon chemin. Il nous sort de notre zone de confort et nous propulse en mouvement dans l'inconnu, vers le savoir qui rime avec évolution.

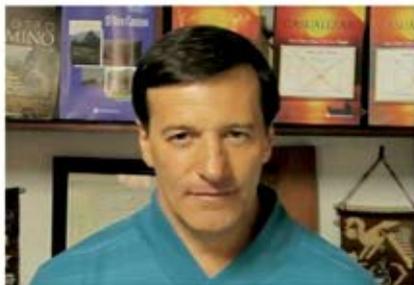
Il est enfin prouvé scientifiquement que notre mode de vie (alimentation, stress, suractivité...) a des conséquences négatives. Entamer un chemin de connaissance de soi, avec une "vidange" profonde de notre corps, est nécessaire. Le jeûne, une alimentation crue et originelle ou s'éloigner des relations humaines néfastes... sont quelques-uns de ces outils qui permettront la régénération complète de l'être humain. Le plus dur sera de refaire de réels choix, pas évident à prendre, qui auront un impact direct sur notre vie, sur notre sensibilité. Il est important de revenir à une vision globale, qui soigne la cause plutôt que les symptômes et les conséquences.

LES INTERVENANTS



ALEIX BELOV

Après trois tours du monde en solitaire, il décide d'écrire des livres et de partager son amour de la vie, ce qu'il a compris et surtout son point de vue sur l'évolution des différents lieux qu'il a visités. Il construit le bateau « Fraternidad » afin d'emmenner chaque année, autour du monde, des jeunes qui n'ont pas la chance de voyager.



JOSE LUIS PARISE

Chercheur, psychanalyste et anthropologue argentin. Après 30 ans de recherche sur les peuples sacrés, il nous fait partager sa méthode en 11 étapes afin de créer sa propre réalité.



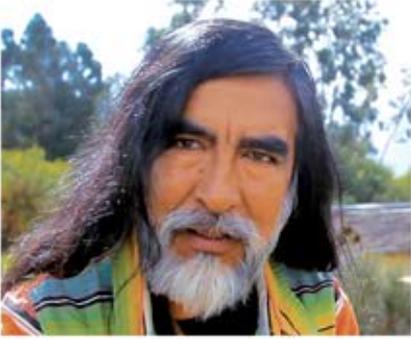
LEONARDO BARBUY

Créateur du mouvement MARES affilié à plusieurs écoles au Pérou. Guidé par son enthousiasme dans un environnement sûr, l'enfant développera tout son potentiel pour mieux se connaître et savoir vivre avec l'autre.



SERGIO PEÑAFIEL

Directeur d'écoles alternatives depuis vingt ans au Chili, il nous présente son éco-llège Sairecabure et ses enseignements : méditation, relaxation, écoute, dialogues, connexion avec la nature, travaux pratiques...



CHAMALÙ

D'origine indigène et quechua, il a dédié sa vie à l'étude des Sagesses Ancestrales de toutes les latitudes et de toutes les cultures. Il a voyagé à travers les 5 continents et ce depuis trente ans afin de partager un ensemble d'outils qui permettent à l'homme moderne de donner un sens profond à sa vie. Il a écrit plus de 50 livres traduits dans différentes langues et a donné plus de 9000 conférences à travers le monde.



LA COMMUNAUTÉ Q'EROS

Ils sont les descendants directs des Incas. Nous rencontrons les frères Paucar Calcina à Cusco au Pérou. Cette communauté, encore inconnue il y a 30 ans, est chargée de dévoiler au monde, les messages suivants : Amour de la vie, connaissance de soi, harmonie avec la nature et avec les autres sans distinction de races ou de religions.



TUPAQ SONQO

Il est le leader spirituel officiel des peuples originaires du Pérou et représente la Confédération des Nationalités Indigènes du Pérou, qui a pour mission de rassembler les savoirs ancestraux et de réunifier les autres nations indigènes sur notre Terre Mère.



TIERRA MARTINEZ

Permaculteur, il voyage depuis 20 ans avec l'association Naalum partout en Argentine afin de re-créer des écosystèmes.

FESTIVALS

USA - Impact DOCS Award - **Prix d'Excellence** - 2016

Jakarta - Film Festival - **Prix International du Mérite** - 2016

Toronto - Film Festival - Sélection Officielle - 2016

New York - Film Festival - Sélection Officielle - 2016

Barcelone - Human Rights Film Festival - Sélection Officielle - 2016

Hong-Kong - Arthouse Film Festival - Sélection Officielle - 2016

Singapour - Film Festival - Sélection Officielle - 2016



LISTE ARTISTIQUE

Alex Ferrini

Romain Ferrini

Xavier Darbaumont

Voix :

Bernard Métraux

Mathieu Mullier-Griffiths

LISTE TECHNIQUE

Réalisation et image..... Alex Ferrini

Production..... Frozen Frogs et Destiny Films

Montage..... Antoine Janot et Camille Delprat

Montage Son..... Shorty

Étalonnage..... Eric Heinrich

Mixage..... Christophe Moreno



www.destinydistribution.com