

## Je me suis abonné mais je ne reçois jamais la lettre de nouvelles. Pourquoi ?

Catégorie : Tous les courriers des lecteurs

Publié le : Vendredi 30 Janvier 2026 12:08

Écrit par : Soi-Esprit

---

### ALERTE - Lettres de nouvelles non transmises

Il apparaît maintenant clairement, et ce dès avant la mi-mars 2026, que **quasi plus aucune de nos newsletters envoyées sur les adresses emails s'achevant par neuf.fr, sfr.fr, free.fr ne parvient à leurs destinataires**, et il en est partiellement ainsi pour certaines adresses emails s'achevant par **wanadoo.fr, bbox.fr, orange.fr, et yahoo.com**, ce malgré le fait que nous respectons très strictement les protocoles informatiques et la législation (voir explications détaillées ci-dessous).

Ceci est donc indépendant de notre volonté.

Pour recevoir à nouveau notre lettre de nouvelle, **envoyez-nous sur stephane [at] soi-esprit.info, outre votre email incluant les mentions ci-dessus (s'achevant par neuf.fr, sfr.fr, free.fr ou autre) un AUTRE email (ne s'achevant par les mentions ci-dessus)**. Nous pourrons ainsi remplacer l'ancien par le nouveau.

Si vous n'en n'avez pas d'autre, nous ne serons plus en mesure de vous transmettre quoi que ce soit. L'ancien email sera d'ailleurs définitivement supprimé. Toutes les dernières lettres de nouvelles sont sur cette page : [Abonnement à la newsletter](#)

Si après vérification dans votre « boîte de spams » ou de « courrier indésirable », vous constatez que vous ne recevez jamais la lettre de nouvelles, c'est qu'il y a en effet un problème. Du moins si vous vous êtes bel et bien abonné (en principe vous avez reçu un email de confirmation de l'abonnement).

Le problème est d'ailleurs assez sérieux.

Avec l'augmentation exponentielle du nombre de spams, de messages non désirés, d'envois de faux emails, d'emails de hameçonnage, etc. tous les services de messagerie (Gmail, Outlook, etc.) sont contraints de prendre des mesures de plus en plus drastiques.

Ils utilisent des filtres automatisés basés sur l'IA, des systèmes dits d'authentification des domaines ([SPF](#), [DKIM](#), [DMARC](#)), et le chiffrement ([TLS](#)) pour bloquer spams et phishing. Des listes noires IP, le signalement par les utilisateurs (ils peuvent eux-mêmes signaler les spams) et des exigences renforcées pour les expéditeurs de masse complètent ces mesures pour protéger les boîtes de réception.

## Je me suis abonné mais je ne reçois jamais la lettre de nouvelles. Pourquoi ?

Catégorie : Tous les courriers des lecteurs  
Publié le : Vendredi 30 Janvier 2026 12:08  
Écrit par : Soi-Esprit

---

Dans le cas de soi-esprit.info :

- Nous envoyons des emails **exclusivement** aux personnes qui se sont abonnées.
- Les envois sont peu nombreux (quelques envois par an seulement).
- Nous avons mis en place toutes les techniques d'authentification *ad hoc* pour le domaine [www.soi-esprit.info](http://www.soi-esprit.info), mentionnées ci-dessus (SPF, DKIM, DMARC) (comme le montre l'image ci-dessous, les systèmes sont validés et acceptés, par exemple par gmail).

|         |   |
|---------|---|
| SPF :   | PASS avec IP 69.169.224.58 <a href="#">En savoir plus</a>             |
| DKIM :  | 'PASS' avec le domaine soi-esprit.info <a href="#">En savoir plus</a> |
| DMARC : | 'PASS' <a href="#">En savoir plus</a>                                 |

- Nous travaillons avec un système d'envoi d'email professionnel en respectant scrupuleusement certains critères et normes (nombre d'emails envoyés par heure, fréquence d'envoi par minute, etc.)

Et malgré tout cela, progressivement de plus en plus d'emails envoyés ne parviennent pas à nos abonnés.

Et bien « tant pis » !

Tous les réglages précités représentent déjà beaucoup de compétences techniques et un grand nombre d'heures de travail. Il n'est tout simplement pas possible d'y ajouter en plus, de notre part, des tentatives de contacts individualisées avec chaque abonné qui ne reçoit pas ses emails.

Si néanmoins vous êtes dans le cas d'une personne qui s'est abonnée et que vous ne recevez plus notre newsletter, voici ce que **VOUS** pouvez faire :

1. Envoyez un email à [stephane\[at\]soi-esprit.info](mailto:stephane[at]soi-esprit.info) mentionnant ce problème. Si possible, dans ce message transmettez aussi une *seconde* adresse email à laquelle il est possible de vous envoyer la newsletter.  
Sur cette base, il sera possible de vérifier si nous avons reçu des messages de serveurs nous informant qu'il y a eu un problème de distribution d'email vous concernant. *Peut-être* sera-t-il possible de trouver une solution technique, mais ce n'est pas certain.

## Je me suis abonné mais je ne reçois jamais la lettre de nouvelles. Pourquoi ?

Catégorie : Tous les courriers des lecteurs

Publié le : Vendredi 30 Janvier 2026 12:08

Écrit par : Soi-Esprit

~~Si nous disposons d'un autre email vous appartenant, nous pourrions remplacer le précédent dans notre base de donnée par celui-ci.~~

2. Rendez-vous de temps à autre sur cette page, où sont listées systématiquement les dernières newsletter que nous avons envoyées : <https://www.soi-esprit.info/newsletter/newsletter-abonnement-email>. Vous pourrez non seulement vérifier si certains emails ne vous sont pas parvenus, mais aussi en prendre connaissance, puisqu'ils y sont archivés. Autre possibilité : cliquer sur le menu "newsletter" sur le site de [www.soi-esprit.info](http://www.soi-esprit.info) (et vous pourrez consulter cette même page).

Important à savoir : après quelques essais d'envois d'emails à des destinataires pour lesquels les serveurs informatiques refusent de les leur délivrer (par exemple parce que des personnes ou des serveurs ont placé [soi-esprit.info](http://soi-esprit.info) sur une liste noire), nous supprimons purement et simplement de notre base de données les emails des destinataires en question, sans préavis. Persévérer dans des tentatives d'emails qui ne sont jamais distribués fait précisément croître le risque pour [soi-esprit.info](http://soi-esprit.info) d'être placés sur une liste noire.

MERCI pour votre compréhension, et surtout pour **votre** communication proactive le cas échéant (voir point 1 ci-dessus).