

Entre les deux la claire lumière

Clins d'oeil vitamines pour le 21 Siècle

Sommaire

- 1 : Rugby quantique
- 2 : C'est pas moi, c'est l'Autre !
- 3 : Moine bouliste
- 4 : Karma Banque
- 5 : Moines anciens traders
- 6 : 15 régions contre les paradis fiscaux
- 7 : L'Islande supprime sa dette et nous souhaite bon courage
- 8 : Politique spirituelle
- 9 : Je danse le monde
- 10 : Eye on Earth
- 11 : Soyons le changement auquel nous aspirons
- 12 : Mensonge durable
- 13 : Le 100ème singe
- 14 : Les mésanges bleues voleuses de lait
- 15 : De l'autre côté du miroir
- 16 : Evolution collective
- 17 : Neurosciences méditatives : Une brève histoire des recherches sur le cerveau des méditants
- 18 : Erika
- 19 : Entre les deux la claire lumière
- 20 : Les idées reçues viennent bien de quelque part !
- 21 : La Nature est un laboratoire de R&D depuis des millions d'années
- 22 : Internet comme une toile de la vie
- 23 : Mail for good
- 24 : L'infini dans le creux de la main
- 25 : Université des va nu pieds
- 26 : Nipun Mehta
- 27 : The living matrix
- 28 : Monsanto le début de la fin ?
- 29 : Les Jardins de Findhorn
- 30 : Le théorème d'incomplétude de Gödel
- 31 : Je me suis désintoxiqué de Twitter chez les moines
- 32 : Mener avec l'Esprit



Avant propos : Partageons nous la même vision ?



Avant d'être reconnu(e) adulte , chez tous les peuples traditionnelsl'adolescent(e) devait passer par une initiation [rituel shamanique avec absorption d'hallucinogènes , période d'isolement et de jeûne , retraite de méditation] afin qu'il ait sa "vision" ...durant laquelle son "corps de rêve" se détachait de son corps physique pour aller prendre ses messages dans l'invisible .

Cette vision lui permettait de connaître sa place dans la "roue de médecine" , dans le "mandala" , dans le rôle qu'il avait à jouer pour la vie de la tribu et dans les rapports de celle ci avec son environnement .

Au 21 ème sièclenotre village , notre tribuc'est le monde ...

Mais quelle est notre vision ...non pas demais pour ce monde ?

De cette vision dépendent nos priorités

D'elle et d'elle seule provient notre légitimité ...car cette vision vient elle même de cette source qui nous rassembleet nous n'avons pas à nous justifier de notre appartenance à tel parti ou à tel organisme pour être légitimes ...Affirmer cette vision nous permettra de rencontrer les frères et soeurs , les cousins , les cousins par alliance etc...dont nous nous sentons plus ou moins proches

Si j'affirme - comme le Costa Rica - dans la constitution de mon pays , qu'un juste équilibre est nécessaire entre les besoins des hommes et ceux de la Nature pour se régénérerj'affirme par là que "Ce qui nous rassemble est plus important que ce qui nous divise" et que ma vie est intimement liée à celle de la Nature qui m'entoure ...

Si je suggère que les nouvelles [zones maritimes protégées](#) dont il est question depuis [Nagoya](#) ...doivent être plutôt sous la protection des Nations Unies que des égos des Etatsj'affirme par là que "Ce qui nous rassemble est plus important que ce qui nous divise" et que la question des biens publics mondiaux est prioritaire .

Si je soutiens la création d'une [instance onusienne destinée à coordonner les politiques des institutions internationales vers de nouveaux équilibres écologiques , sociaux et financiers](#) plus justesj'affirme par là que "Ce qui nous rassemble est plus important que ce qui nous divise"



Si j'affirme comme priorité mon soutien à 'une [économie de l'usage](#) plutôt qu'à une économie de la possession

Si j'affirme comme priorité mon soutien aux mouvements de la [simplicité volontaire](#) plutôt qu'à toutes les ruses que déploiera la folie collective de la marchandisation du monde pour survivre sans rien changer

J'affirme par là que "Ce qui nous rassemble est plus important que ce qui nous divise"

Si j'affirme à tout instant que "Ce qui nous rassemble est plus important que ce qui nous divise"

Je réduis la peur

Je permets au nouveau paradigme de s'installer

Je réduis le pouvoir de l'illusion des frontières et l'absurdité des budgets militaires

Je permets ainsi à tous ces budgets liés aux peurs ancestrales du manque et de la différencede se réorienter vers un nouvel équilibre

- entre Pays
- entre Hommes et Femmes
- entre Intérieur et Extérieur
- entre Terre et Ciel
- entre Unité et Diversité

Il me paraissait important de partager ma vision avec vous avant que vous ne lisiez cet ouvrage



Introduction



<http://www.reportersdespoirs.org>

La physique quantique , la biologie , les techniques de développement personnel , l'actualité , la philosophie bouddhiste ...nous enseignent qu'il est possible de modifier nos destins individuels et collectifs ...Que l'on y croit ou non, nous avons un rôle à jouer dans le destin et dans les choix de ce monde dans nos

achats, nos engagements divers , notre métier , au hasard d'une conversation, d'une réunion d'ami(e)s ou d'un fait divers

- comme des bougies ou de petits feux d'artifices au milieu des tempêtes du quotidien
- comme des milliers de gens ordi et extra ordinaires
- comme autant de reporterres d'espoir .



Quelques magnifiques vidéos en ligne

[Battement de coeur pour l'éternité](#)

[Imagine : la chanson de John Lennon](#)

[One Love](#)



Peut on être sportif et philosophe ou mystique à ses heures , moine bouddhiste et fan de pétanque ?

La plupart des lecteurs de « L'équipe » ou des spectateurs de Télé Foot ...ne lisent probablement pas « Psychologie » ou « Nouvelle Clé » pas plus que « Bouddhisme actualité » et pourtant ..

1 : Rugby quantique



A la mêlée : Jonny Wilkinson, demi d'ouverture dont le drop fit gagner la coupe du Monde à l'Angleterre contre l'Australie en 2003 , tout en blondeur, biceps et accent british .

Ailier : Un habitué des essais quantiques réussis, le physicien Etienne Klein (cf son dernier ouvrage « Discours sur l'origine de l'univers »).

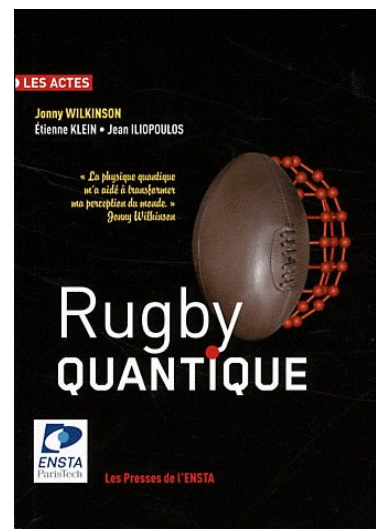
A l'arrière : Jean Iliopoulos, théoricien bien connu des amateurs d'infiniment petit : la prédiction du quark charmé ...

Tous les lecteurs de l'Equipe et du Midi Olympique réunis ne le savent pas forcément – Jonny Wilkinson est fasciné par la mécanique quantique !

Jonny, tout comme Iliopoulos affirme « vivre avec son problème » (que ce soit la mise du ballon entre les poteaux "au milieu du milieu" ou l'identification de la particule élémentaire clé).

Pour l'un comme pour l'autre, l'entraînement (le surentraînement, devrait-on dire) est donc un must. « Tu ne penses qu'à ça. Tu imagines toutes les configurations possibles. Et parfois, tu as de la chance. C'est quand cela devient une réalité que c'est spectaculaire ». Devinez donc qui prononça ces mots ? Le physicien ou le rugbyman ?

J'avais besoin d'une autre perception du monde / Wilkinson
Ce que j'aime [dans une action de rugby], c'est quand l'ordre sort du chaos / E. Klein



L'énergie vient de l'esprit. On le sent sur le terrain. Ce qui est bien, c'est quand on est tous sur la même longueur d'onde / Wilkinson

Le secret, c'est qu'on doit travailler et rester ouvert à toutes les possibilités. Il faut sentir la solution / Wilkinson

Outre son intérêt pour la physique quantique , Jonny Wilkinson avoue ...pratiquer la méditation bouddhisteTiens tiens comme c'est étrange : La Forme , La Vacuité des phénomènesEntre les deux poteaux ...la claire lumière en somme ?

La théorie quantique révèle l'unicité de l'univers. Elle montre que nous ne pouvons décomposer le monde en ses plus petites unités existantes. Je crois que la vision du monde impliquée par la physique moderne est incompatible avec notre société actuelle, qui ne reflète aucunement l'interdépendance harmonieuse que nous observons dans la nature. Afin de réaliser un tel état d'équilibre dynamique, une structure économique et sociale radicalement différente sera nécessaire : une révolution culturelle au vrai sens du mot. La survie de notre civilisation entière dépend peut-être de notre possibilité de réaliser une telle transformation. Cela dépendra, en dernière instance, de notre capacité à adopter quelques-unes des attitudes yin de la spiritualité orientale ; à faire l'expérience de la totalité de la nature, et de l'art de vivre en harmonie avec elle.

Fritjof Capra



[Portait de Jonny Wilkinson 1 2](#)

[Ecosystémique / Toile de la Vie](#) : 9mn en Anglais / Fritjof Capra

2 : C'est pas moi, c'est l'Autre !



Le défenseur français Lilian Thuram a porté 142 fois la maillot de l'équipe de France et a inscrit seulement 2 buts sous ses couleurs nationales..Ces 2 buts ont été capitaux et inscrits pendant le match France-Croatie, le 8 juillet 1998.

La Croatie ouvre le score à la 46e minute sur une faute de Thuram en défense . Mais le public n'a pas le temps de souffler, que Lilian Thuram égalise pour la France grâce à un but à la 47e minute, immédiatement après l'engagement et après s'être jeté pour pousser le ballon au fond du but.

A la 69e minute il trouve une nouvelle fois le chemin de filet après une très belle frappe à l'extérieur de la surface de réparation. A terre, il met son doigt sur sa bouche, adoptant une posture pensive...

C'est pas moi, c'est l'Autre qui a marqué !

Lilian Thuram est très croyant ...Il avouera plus tard qu'il avait eu à ce moment crucial de sa carrière de footballeurl'impression d'avoir été littéralement « porté » par une force inconnue qui l'aurait amené à réaliser ces deux gestes incroyables ...

Par la suite Lilian Thuram s'est investi dans divers mouvements humanitaires parmi lesquels Handicap International [<http://www.handicap-international.fr>] qui est notamment engagée dans le combat contre les mines antipersonnel et les bombes à sous-munitions.

Cofondatrice de la Campagne internationale pour interdire les mines (IBCL), récompensée en 1997 par le prix Nobel de la Paix, cette association est aujourd'hui un acteur reconnu du lobbying international.

En 2003, elle s'est investie dans une nouvelle campagne visant l'interdiction des bombes à sous-munitions.



[Lilian Thuram après son 2ème but en 1998](#)
[Lilian Thuram ambassadeur de l'UNICEF](#)

3 : Moine bouliste



Au temple zen du Pic lumineux - autrement dit Ho Sho Ji - situé au sud de la Dordogne, l'art de taquiner le cochonnet est devenu une religion.

Ou, du moins, "la continuité en mouvement, de la méditation". Les sons des cloches du monastère cohabitent avec ceux des "carreaux parfaits" et "palets" (Ndlr : techniques de tir) sur les graviers, non loin des bonzaïs.

A l'origine de cette étonnante passion pour le bouchon, un maître zen français d'origine polonaise, Alain Krystaszek, 56 ans, rebaptisé Kaisen, un nom qui signifie "ermite solitaire dans la montagne profonde". C'est un fada de la pétanque depuis trente-cinq ans. Il fut même un compétiteur de très bon niveau. C'est lui qui, lors de retraites, convertit ses disciples aux vertus d'un loisir qu'il associe au "zazen", la méditation assise en tailleur et silencieuse des bouddhistes japonais, les paumes des mains tournées vers le ciel.

Ensembles, ils observent les courbes parfois imprévisibles des boules d'acier. Ils ont aussi une réflexion sur leurs émotions, tensions et postures, contrôlent leur souffle en portant leur attention sur "l'expiration profonde" afin de "stabiliser l'esprit" ou affinent leur concentration sur le cochonnet. Bref, "les deux pieds bien alignés dans la vie", ils développent leur "calme intérieur".

Quand ils s'amuse à tirer et à pointer sous l'œil d'un bouddha statufié, ils trouvent que le temps "devient éternité". Au cœur du Périgord noir, leur cérémonie est à mille lieues de celui, plutôt bruyant, des places provençales. Face au dojo (temple), on met de côté le rituel de l'apéro anisé qui "ne profite pas à l'esprit". On est en dehors de tout ça ! Quand on joue, il faut être détendu, avoir beaucoup de patience, ne pas laisser ses pensées vagabonder et aussi savoir perdre", décrit Kaizen.
« La pétanque peut vous faire grandir »

Cette distraction spirituelle est capable, paraît-il, de faire de vous "un être de bien". "Si la pétanque est pratiquée dans l'esprit juste, alors oui, elle peut vous faire grandir", assure ce spécialiste des arts martiaux, en particulier du kung-fu.

Philippe Quintais, légende de la pétanque, douze fois champion du monde, a passé un après-midi "reposant" au Pic lumineux, en juin dernier. Et il a été surpris par la sérénité régnant sur le terrain. "C'est la tranquillité, la Paix avec un grand P. On est très loin des bruits de la vie de tous les jours. Je ne suis pas adepte du bouddhisme, mais des gens comme ça, franchement, ça recharge les batteries.



[Temple zen du Pic lumineux](#)



Banques, banquiers et traders auraient ils-elles accumulé du mauvais karma ces dernières années ?

95% de nos contemporains le pensent ...et pourtant tout n'est pas perdu : Dieu-Boudha-Univers ..ne manquent ni d'humour ni de ténacité pour retourner les situations ...Preuve en est ces quatre petites histoires vraies !

4 : Karma Banque



Comment faire chuter une société en Bourse ?

Après s'être enrichi grâce au négoce d'actions et obligations dans les années 80, Max Keiser, Américain de 44 ans veut mettre sa longue expérience au service de la protection de l'environnement et des droits de l'Homme.

Accusant Coca-Cola de polluer les terres de fermiers en Inde, de bafouer les droits de salariés d'une usine d'embouteillage en Colombie ou encore de mettre en danger la santé des consommateurs, Max Keiser a mis en place un mécanisme financier destiné à faire plonger le cours de l'action Coca-Cola à la Bourse de New-York

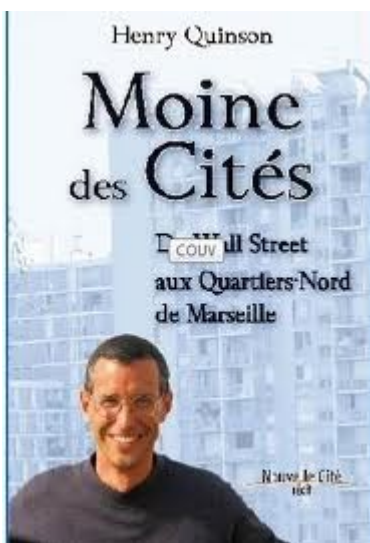
Ensuite de quoi ...il a étendu son action en proposant aux internautes, sur son site [<http://karmabanque.com>] de choisir le boycott qu'ils souhaitent et de l'aider à le mettre en place ...Il y en a pour tous les goûts !

Vous n'avez rien d'autre à investir qu'une simple inscription mais Karma Banque soutiendra ces boycotts effectivement et pratiquement avec l'arme universelle : l'argent !



[Max Keiser Karma Banque](#)
[Why are corporations acting suicidally?](#)

5 : Moines anciens traders



Les banquier et traders sont-ils en quête de spiritualité ? Un article du 'Parisien' de Décembre 2011 affirme qu'ils se bousculeraient dans les églises et les monastères, décontenancés par les crises successives. Les prêtres compteraient donc parmi leurs ouailles de plus en plus de professionnels de la finance... La seule paroisse de la Défense, Notre-Dame-de-Pentecôte , aurait ainsi vu le nombre de ses fidèle bondir de 25% depuis 2008 et la faillite de Lehman Brothers, avec "essentiellement des professions financières", d'après le responsable des lieux.

Même phénomène dans les monastères : 'Le Parisien' indique que des "célébrités de la finance" se pressent par exemple chez les moines bénédictins de La Pierre-qui-Vire, à tel point que les frères refusent du monde... "Beaucoup de nos retraitants se sentent coupables des scandales financiers ou de leurs bonus élevés", témoigne l'un d'entre d'entre-eux !

Plus de 800.000 personnes travaillent dans la finance en France, rappelle 'Le Parisien', et 5.000 emplois ont été supprimés entre 2008 et 2009. Des chiffres qui, couplés aux polémiques sur les excès de la crise, auraient provoqué un choc dans les mentalités... A tel point que les futurs diplômés eux aussi ont droit à leur dose de spiritualité : à HEC, la demande pour le séminaire proposé aux élèves a progressé de 20 à 40% depuis la crise. La plupart des élèves qui y participent travaillent plus tard pour des ONG ou dans le secteur du non-profit..

Parmi eux : Henry Quinson était millionnaire mais finalement, il y a une vingtaine d'années, à l'époque âgé de 28 ans, il a décidé de tout plaquer pour donner un sens à sa vie et est devenu moine.

Henry Quinson s'occupe maintenant des jeunes des quartiers nord de Marseille . Il se souvient que sa décision avait choqué sa famille et ses collègues, mais il n'avoue rien regretter, au contraire!



[Henry Quinson : le trader devenu moine](#)

6 : 15 régions contre les paradis fiscaux



Quinze régions françaises sont actuellement engagées contre les paradis fiscaux. Suite à la [campagne Stop Paradis Fiscaux](#), lancé par un collectif d'associations et de syndicats, la région Île-de-France a adopté à l'unanimité, il y a un an, une délibération visant à obtenir des établissements financiers auxquels elle emprunte (Dexia, HSBC, BNP-Paribas, Deutsche Bank...) une réelle transparence sur leurs activités. L'Île-de-France, avec un budget de 4,6 milliards d'euros, était la première collectivité territoriale engagée contre les paradis fiscaux à l'échelle internationale.

Aujourd'hui, 15 régions françaises sur 22 ont suivi ce chemin, et 13 d'entre elles ont voté des textes contraignants. Sept régions ont validé une exigence de reporting pays par pays, ce qui permet de dépasser la logique de « liste noire » de paradis fiscaux, aux effets très limités. Les banques (et éventuellement à terme d'autres entreprises), partenaires des régions, doivent fournir des informations sur les activités de leurs filiales dans l'ensemble des pays dans lesquelles elles opèrent, y compris dans les territoires les plus opaques.

Pour le CCFD-Terre Solidaire, « la portée de ces initiatives est loin d'être symbolique ». Même si cela ne suffira pas bien entendu à réguler les pratiques des banques et entreprises multinationales dans les paradis fiscaux. **Des pratiques qui privent chaque année de près de 125 milliards d'euros de recettes fiscales les pays les plus pauvres.**

A l'image de l'engagement pris il y a un an dans la région Ile-de-France d'obtenir "une réelle transparence" de ses partenaires financiers, les régions françaises, mobilisées dans cette lutte, se sont engagées à "obtenir des informations de la part des banques (et éventuellement à terme d'autres entreprises) sur les activités de leurs filiales dans l'ensemble des pays".

"Il sera ainsi possible de repérer d'éventuelles manipulations comptables par lesquelles certaines multinationales déplacent artificiellement la richesse qu'elles produisent, notamment dans les pays en voie de développement, vers des territoires à faible fiscalité".

La quasi-totalité des candidats à la présidentielle affichent leur volonté de combattre les paradis fiscaux, sans avancer de mesures concrètes

En 2009, une loi antifraude renforçait les sanctions contre l'évasion fiscale et imposait aux banques françaises de déclarer leurs filiales dans 18 pays considérés comme des paradis fiscaux. Seulement, la liste n'inclut aucun des pays les plus problématiques, pas même les voisins du Luxembourg, d'Andorre ou de Monaco, sur qui la France pourrait exercer une influence directe. Pour dépasser l'« impasse » du débat sur les listes des paradis fiscaux, les organisations demandent aux candidats que les mesures de transparence soient prises directement envers les entreprises.



Dans les pays du sud, le prix de la fuite illicite de capitaux est estimé à 800 milliards d'euros, soit 10 fois le montant de l'aide au développement. <http://ccfd-terresolidaire.org>



[Colloque "Paradis fiscaux" à l'Assemblée nationale le 7 novembre 2011](#)
[Stop au paradis fiscaux, le flashmob du CCFD-Terre solidaire](#)

7 : L'Islande supprime sa dette et nous souhaite bon courage



Aussi incroyable que cela puisse paraître, une véritable révolution démocratique et anticapitaliste a lieu en Islande en ce moment même, et personne n'en parle, aucun média ne relaie l'information. Pourtant, la nature des événements en cours en Islande est sidérante : Un Peuple qui chasse la droite au pouvoir en assiégeant pacifiquement le palais présidentiel, une « gauche » libérale de remplacement elle aussi évincée des « responsabilités » parce qu'elle entendait mener la même politique que la droite, un référendum imposé par le Peuple pour déterminer s'il fallait rembourser ou pas les banques capitalistes qui ont plongé par leur irresponsabilité le pays dans la crise, une

victoire à 93% imposant le non-remboursement des banques, une nationalisation des banques, et, point d'orgue de ce processus par bien des aspects « révolutionnaire » : l'élection d'une assemblée constituante le 27 novembre 2010, chargée d'écrire les nouvelles lois fondamentales qui traduiront dorénavant la colère populaire contre le capitalisme, et les aspirations du Peuple à une autre société.

<http://www.parisseveille.info/la-revolution-en-islande.html>



[L'Islande supprime sa dette et nous souhaite bon courage](#)



Le changement est là et nous ne le voyons pas ..

8 : Qui eut imaginé que la spiritualité s'immisce un jour dans le monde politique ?

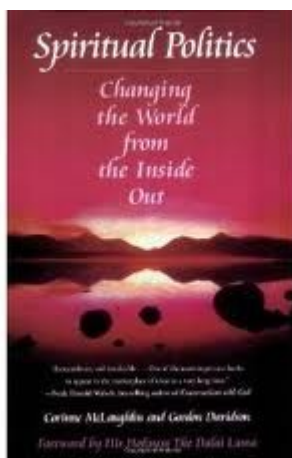
9 : Au lieu de maudire le monde ...un jeune américain le parcourt en dansant ..

10 : Ne craignez rien : les satellites ne sont pas seulement les multiples yeux d'un big brother qui nous espionnerait toutes et tous dans notre intimité . Ils sont également utilisés pour prévenir bon nombre de catastrophes naturelles .

11 : Soyons le changement auquel nous aspirons

12 : Mensonge durable

8 : Politique spirituelle



Spiritualité ? Politique ? Comment osons-nous mentionner ces deux mots dans un même souffle ? On peut être chercheur spirituel ou militant politique mais pas les deux. Lorsqu'on est pris dans la pensée duelle du "ceci ou cela", la politique et la spiritualité apparaissent comme deux mondes distincts, deux dimensions différentes qui ne devraient pas être mélangées.

Mais, pratiquement parlant, la spiritualité peut pourtant ennoblir la politique et la politique enraciner la spiritualité. La spiritualité peut nous aider à laisser l'ego et les pulsions de pouvoir à la porte et servir réellement le bien de tous.

La politique peut nous fournir une arène pratique afin d'appliquer les principes spirituels, comme la compassion et, de plus, les médias vont nous donner un "feed-back" instantané si nos actions ne s'accordent pas à nos promesses.

Gandhi n'avait pas de difficulté à assembler la spiritualité et la politique. Il disait : "Je ne pouvais pas mener une vie religieuse à moins de m'associer à toute l'humanité et cela ne pouvait être accompli à moins que je prenne part à la vie politique". Qu'en est-il de la séparation de l'Eglise et de l'Etat dans notre pays ? Les pères fondateurs (et les mères) n'ont jamais dit que nous ne devrions pas discuter des principes spirituels dans l'arène politique mais plutôt que l'Etat ne devait pas imposer de croyance religieuse à ses citoyens ni interférer dans la pratique de leur religion.

"L'église" est un terme qui renvoie à la religion organisée avec des dogmes et des pratiques spécifiques. Mais la spiritualité évoque les valeurs intérieures d'une vie reliée au Transcendant. Elle parle des qualités de l'âme humaine telles que l'amour et le courage. La religion peut aider à être plus spirituel mais la spiritualité n'est pas dépendante de la religion.

Un sondage récent a montré que 84% des américains pensaient que "le gouvernement serait meilleur si les lois étaient fondées sur les valeurs morales". Beaucoup d'entre nous aspirons à une politique basée sur la spiritualité, oeuvrant à partir des valeurs morales, une politique qui ne sollicite pas seulement les intérêts personnels en confrontant des partis les uns aux autres. Nous attendons un discours politique qui nous parle des valeurs fondamentales de l'être humain, qui apporte un sens plus vaste de la communauté et un objectif transcendantal à notre nation, une vision plus élevée de la vie publique et du service pour le bien commun, plutôt que de stimuler le pouvoir et la concupiscence.

Si nous parvenons à discuter des valeurs spirituelles dans la vie publique, nous pourrions demander des comptes à nos leaders. Le grand public a exprimé clairement son refus des campagnes négatives et les candidats d'aujourd'hui tentent d'ailleurs de convaincre leurs électeurs que leur campagne est la plus positive. De nombreux électeurs confient que les rappels à l'honnêteté, au service et au sacrifice de la part d'un des candidats avaient attiré leurs votes.

Comment pouvons-nous reconnaître une politique spirituelle ? Voici quelques qualités essentielles :

- Honnêteté et intégrité
- Détermination à garder le cap sur des sujets particuliers.
- Justice et équité
- Compassion pour les défavorisés
- Oeuvrer au bien de l'ensemble
- Respect et courtoisie, particulièrement pour les adversaires
- Ouverture et collaboration
- Conscience que tout est interconnecté
- Foi dans une puissance supérieure

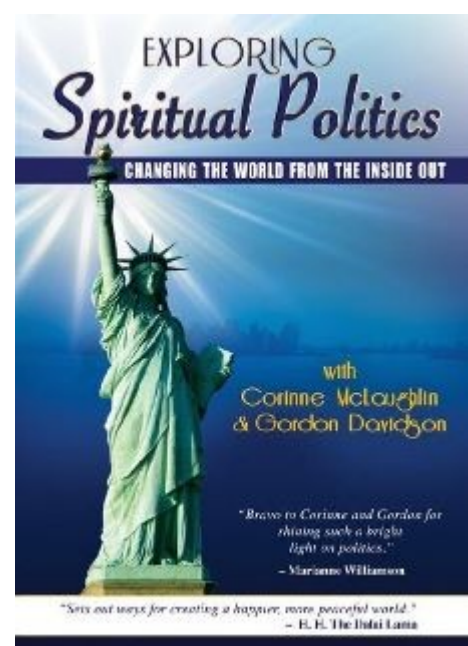
En faisant le travail de recherche pour mon livre, "Spiritual Politics", j'ai découvert qu'une politique fondée sur la spiritualité commençait à émerger en différents endroits du pays et qu'elle incarnait les principes et les valeurs des traditions spirituelles du monde. Cette nouvelle politique est fondée sur quatre approches :

1. Trouver un terrain d'entente commun plus élevé afin de résoudre les conflits et de créer les lois : La plupart des traditions spirituelles respectent la part de vérité que contiennent toutes les facettes d'un conflit. Elles font la promotion de la guérison, de la réconciliation et du pardon. La formation de certains initiés dans les écoles anciennes comprenait la pensée paradoxale, la capacité à soutenir deux perceptions opposées en même temps. Les Taoïstes enseignent que le Yin et le Yang, les deux polarités opposées, se soutiennent dans un équilibre dynamique. Les Bouddhistes enseignent "la voie du milieu" et dans la Cabbale Juive, l'arbre de vie, le pilier central, indique le chemin d'équilibre entre les paires d'opposés.

Einstein disait que nous ne pouvons pas résoudre un problème sur le même plan de conscience que celui où on l'a créé. Nous devons trouver un terrain d'entente commun plus élevé. De nombreuses approches politiques récentes dépassent l'approche classique droite/gauche afin de trouver un terrain commun sur certains sujets épineux.

Promouvoir les meilleures pratiques, les solutions spirituelles aux problèmes sociaux : Plusieurs de ces solutions ont été découvertes et mises en oeuvre par des associations qui représentent une "troisième force", au-delà du gouvernement et des entreprises, incarnant l'esprit de service que l'on trouve dans toutes les religions.

Leurs solutions sont plus efficaces parce qu'elles perçoivent l'être humain comme un tout, corps-esprit-âme, et transforme des vies plutôt que de fournir seulement la nourriture et l'hébergement.



Aux USA, le gouvernement ayant reconnu leur efficacité, la loi de 1996 qui a réformé le programme social a ajouté une clause de "choix charitable" qui permet à toute organisation spirituelle d'être en "compétition" avec le gouvernement pour fournir les services sociaux les mieux adaptés.

3. Centre du "Leadership Visionnaire" : Au centre du "Leadership Visionnaire" (Center for Visionary Leadership) dont je suis une fondatrice à Washington, nous avons conçu une prière pour aider à soigner ce qui nous divise. Nos membres prient ainsi tous les jours à midi avec d'autres personnes à travers le monde. Nous encourageons également le programme "Adoptez un leader" qui consiste à choisir un responsable ayant besoin d'une aide spirituelle et avec un réel potentiel puis de suivre attentivement sa carrière, en priant ou méditant pour lui afin qu'il soit en accord avec les principes spirituels et qu'il serve pour le bien de tous.

4. Travailler à changer nos consciences : Nos schémas de pensées négatives sont les causes les plus profondes des problèmes dans le monde. La recherche médicale a démontré que nos pensées affectent notre santé personnelle mais nous devons explorer également les pensées collectives qui affectent notre santé sociale. La sagesse éternelle de l'Orient et de l'Occident nous révèle que nous pouvons changer le monde en changeant notre conscience. En Occident, la Bible dit "Comme un homme pense, tel il est" et de la même manière, les Bouddhistes disent "Nous faisons le monde avec nos pensées". La forme suit, l'esprit et la pensée sont les constructeurs. L'interaction entre la pensée humaine et Divine crée la réalité. Nous serons de meilleurs agents du changement si nous réunissons ainsi la politique et la spiritualité.

Corinne McLaughlin, auteur de « spiritual politics » est directrice exécutive du "Center for Visionary Leadership" qui propose des programmes éducatifs publics, une formation de leader fondée sur les principes spirituels et des services de consultants. Elle enseignait auparavant la politique à American University et fut coordinatrice d'une commission pour le développement durable sous le mandat du président Clinton.



[Exploring spiritual politics](#)
[Spiritual politics](#)

9 : Je danse le monde



One world one people...Au lieu de maudire le monde ...un jeune américain le parcourt en dansant ..

Matthew Harding ou Dancing Matt danse devant de nombreux monuments de par le monde ou dans les rues des grandes villes de la planète ...Il en a fait une vidéo superbe qui l'a rendu célèbre dans le monde entier ...ranimant ici et là le sentiment qu'ont la plupart des habitants de notre planète depuis la première photo de celle ci prise de la lune ...d'appartenir à une seule et même famille humaine ..

Sa troisième vidéo, publiée en 20084, est le résultat de 14 mois de voyage dans 42 pays.

Merci Matt !



[La vidéo](#)

10 : Eye on Earth



L'[Agence européenne pour l'environnement](#) (EEA) et Microsoft ont annoncé le 30 juillet 2011 le lancement du site Internet "Eye on the Earth" qui permettra aux Européens de connaître la qualité des eaux dans lesquelles ils se baignent et leur donnera la possibilité de revendiquer des changements.

L'observatoire en ligne "[Eye on Earth](#)" est le résultat d'une collaboration de cinq ans entre l'EEA et Microsoft. Il concentrera en un seul endroit, des informations dont les indicateurs des eaux, du sol, de l'air et de l'ozone en Europe.

"[Eye on Earth](#)" récupère ainsi des données en provenance de 21.000 points de surveillance en Europe, et présente des données récentes sur la qualité des eaux de sites de baignade dans 27 pays, et pour certaines plages, les taux des 18 dernières années. Des pays comme la Grèce, l'Italie, Malte, les Pays-Bas, la Slovénie, le Portugal et la Slovaquie, afficheront également les données de 2008 ; d'autres pays mettront à jour leurs informations sous peu, précisent l'EEA et Microsoft.

Les utilisateurs peuvent partager des données environnementales et les visualiser sous une forme de cartes interactives. Plusieurs « couches » de données peuvent être consultées en même temps (données environnementales, de développement socio-économique, etc.), ce qui permet de créer des nouvelles perspectives.

L'outil est destiné à un large public : scientifiques, associations, citoyens, etc. Il comprend une plateforme où les utilisateurs peuvent charger leur données afin d'alimenter la base. Eye on Earth est compatible avec certains réseaux sociaux afin d'assurer une meilleure diffusion de données.

Après une première présentation de cet outil à la communauté internationale en Décembre dernier , celui ci sera présenté à l'ensemble des participants du prochain Sommet [Rio + 20](#) en Juin 2012 ..



[Water watch](#)
[Sommet d'Abbu Dhabi](#)

11 : Soyons le changement auquel nous aspirons



<http://www.karmatube.org>

[Change for a Dollar](#) : Ce petit film retrace la journée d'un sans abri qui aspire, lui aussi à participer au changement , démontrant que l'empathie et l'attention aux besoins des autres ne sont pas réservés à quelques privilégié(e)s qui en auraient le temps et les moyens financiers ..



Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com

12 : Mensonge durable : Les consommateurs ne sont plus dupes de la "publicité verte"



Les associations qui contestent le "greenwashing" des entreprises ont obtenu récemment leur premiers succès devant la justice.

Lavez plus blanc que blanc, roulez plus vert : les couleurs clinquantes de la réclame pourraient pâlir devant l'arrêt de la Cour d'appel de Paris du 23 Février. Celle-ci vient de mettre en examen la société General Motors France pour "**pratique commerciale trompeuse**", à cause d'une campagne publicitaire de 2007 vantant la Saab 9-3 BioPower.

Le véhicule y était présenté en grosses lettres comme "un objet vert", un "OVNI écologique". En très petits caractères, l'annonce précisait que l'affirmation s'entendait à condition de rouler à l'éthanol.

Lorsqu'elle est alimentée par du super sans plomb, cette Saab se révèle être une grosse émettrice de CO2.

Abuser de l'argumentaire écologique, vanter les efforts d'une entreprise en faveur de l'environnement à l'Ouest tout en polluant abondamment au Sud, ces pratiques se sont d'abord fait un nom chez les Anglo-saxons : le greenwashing.

Appelée ecoblanchiment en français, lavage vert ou mascarade écologique chez les Québécois, cette tendance marketing suscite une contre-offensive venue des associations. L'avocat Benoist Busson qui a attaqué la communication de Saab au nom de la Fédération nationale des associations d'usagers des transports (FNAUT) jubile : "**Un renvoi devant le tribunal correctionnel pour publicité trompeuse, c'est une première dans le domaine de l'environnement !**"

La justice s'est déjà prononcée sur des cas comparables. Ainsi, Eau et Rivières de Bretagne avait gagné en 2008 en appel contre Monsanto qui présentait son Roundup comme un produit biodégradable. Mais la plainte avec constitution de partie civile utilisée face à General Motors est inédite. "C'est une procédure excellente à condition de ne pas être pressé, se félicite Benoist Busson. Elle ne revient pas cher, permet d'enquêter au fond, comporte peu de risque..." Et peut s'avérer payante vis-a-vis des medias.

Entre les 30,7 milliards d'euros investis dans la publicité par les annonceurs en France en 2010 (dont un tiers dans les medias) et les associations démunies, le combat paraît évidemment inégal.

Mais à communiquer, communiquer et demi pourrait être la devise de ces dernières.

Quand Greenpeace Suisse et la Déclaration de Berne décernent leurs "Public eye Awards" "2012 à la banque Barclays et à la société Vale pour leurs atteintes à l'environnement, elles le font à la veille des rencontres de Davos.

Quand Les Amis de la Terre ont organisé la quatrième édition des Prix Pinocchio - pour communication mensongère - fin 2011, ils ont reçu 13 000 votes, deux fois plus que l'année précédente. La compétition a entre autres distingué la communication de l'Observatoire du hors

media intitulée “J'aime mon prospectus”, qui prétendait contribuer à la protection des forêts et l'imprimait en 13 millions d'exemplaires. Un lauréat précédent, EDF, s'était fait repérer pour son manque de sens des proportions : il vantait son engagement en faveur des énergies renouvelables alors que ses études dans ce domaine n'atteignaient même pas 3 % de son budget recherche et développement, soit moins que le montant de la campagne publicitaire elle-même.

“Pas une agence de publicité à Paris n'ignore qui nous sommes”, avance Sebastien Vray de l'Observatoire Independant de la publicité (OIP). Créé en Février 2009, dans la foulée du Grenelle de l'environnement, celui-ci propose une plateforme Internet qui se charge de décortiquer les dessous de la publicité et d'en exposer les règlementations. “Récemment, nous avons épinglé l'enseigne Leclerc, qui vante dans une campagne de 4,5 millions d'euros son propre logo "conso-responsable”.

Nous préfererions qu'elle se réfère à des labels européens dont les critères sont connus. “Sont actuellement soumis à la sagacité et aux notes des internautes sur les manquements comme sur les points positifs, les slogans “le béton naturellement”, “Yves Rocher, numéro un en développement durable en France”, “l'agri-confiance” de systeme U...

Un consensus s'est établi sur les caracteristiques de l'écoblanchiment :

- vanter un seul aspect vertueux du produit, sa faible consommation d'énergie par exemple, tout en masquant l'impossibilité de son recyclage
- abuser des termes vagues comme “vert”, “naturel”- la nature comporte aussi des produits nocifs
- se décerner a soi-même des labels sans preuve et à ses homologues des premiers prix ronflants ; imiter des logos de labels officiels
- noyer le consommateur dans un “eco-jargon”...

Longtemps, les publicitaires ont estimé qu'ils pouvaient s'autocontrôler. Pas convaincues, les associations ont obtenu une réforme de l'ancien Bureau de vérification de la publicité en Autorité de régulation professionnelle de la publicité (Arpp), elle-même dotée d'un jury déontologique et tenue de dresser un bilan annuel des dérapages comme des plaintes reçues.

L'environnement reste un thème fort de mobilisation - le deuxième après l'image de la femme -, selon l'Arpp qui rappelle régulièrement à l'ordre au sujet de visuels publiés dans la presse ou sur Internet (30 en 2007, un record).

La situation s'améliore, assure cet organisme, depuis la signature avec le gouvernement, en 2008, d'une Charte pour une publicité eco-responsable. En outre, “les associations sont hyperactives dans ce secteur et ont à l'évidence un impact réel,” reconnaît Catherine Grelier-Leanin, juriste a l'Arpp.

L'ecolo-esbroufe devient aussi moins porteuse que l'argument du prix en ces temps de crise économique.

Pourquoi reprocher à la publicité, par nature destinée à séduire, de se saisir de l'air du temps, en l'occurrence de l'éveil de la conscience écologique des consommateurs ? “Si nous dénonçons les campagnes abusives, c'est qu'elles galvaudent les efforts des entreprises qui ont de vraies pratiques vertueuses, résume Romain Porcheron des Amis de la Terre. Nous cherchons moins à influencer leur communication que leurs façons de faire.”

“Nous assistons à un changement d'époque, assure de son coté Patrick d'Humières, coordonnateur d'ADD, un regroupement de cabinets conseils spécialises sur ces questions. L'avenir n'est pas à la

publicité mais au développement durable !” La volonté des entreprises d'annoncer aux consommateurs leurs véritables progrès a créé son propre secteur de niche qui s'imposera peut-être comme un autre mode de communication.

Martine Valo / Le Monde, 09/03/12



Serions nous à l'aube d'un basculement des consciences vers un monde plus juste, moins violent et plus écolo ?

C'est en tous cas ce que croient les « créatifs culturels** » dont vous faites peut être partie ..Tout serait selon eux une question de masse critique , de pourcentage à atteindre avant que le basculement espéré ne se généralise et ils s'appuient pour cela sur l'étrange façon dont les espèces animales sont capables d'apprendre de nouveaux comportements ...comme le suggère les deux histoires suivantes ..



**Les créatifs culturels (en anglais américain « Cultural Creatives » dont le sens est plus proche de « créateurs de culture ») sont un vaste groupe socio-culturel qui serait à la pointe du changement social, et qui a été mis en évidence par le sociologue américain Paul Ray et par la psychologue américaine Sherry Anderson.

Ils regroupent des individus ayant en commun d'adopter une vision globale et « intégrale » du monde, et le partage d'un ensemble de valeurs. Les individus composant ce groupe socio-culturel cherchent notamment à favoriser la faible dépendance vis-à-vis des modes de consommation industrialisés, de chercher à favoriser le développement personnel et spirituel, de remettre l'humain au cœur de la société, de refuser les dégradations environnementales, notamment celles induites par l'exploitation des ressources naturelles et de rechercher des solutions nouvelles aux problèmes personnels ou sociaux (par exemple sans fausse antinomie entre engagement et vie personnelle). Composant moins de 4 % de la population nord-américaine avant les années 1960, ils rassemblaient 26 % de la population adulte en 1999 (50 millions d'adultes), et 34,9 % de la population adulte en 2008 (80 millions d'adultes).



Basculement de la conscience

13 : Le 100ème singe



Lyall Watson, dans son livre « Lifetide », rapporte le constat de scientifiques japonais ayant étudié des macaques (*macaca fuscata*) sur l'îlot de Koshima au sud de Kyushu de 1952 à 1965. Une femelle appelée Imo, avait pris l'habitude de tremper les patates douces dans l'eau d'une main et de retirer le sable qui les couvrait de l'autre avant de les éplucher et les manger.

En quelques années, les scientifiques ont observé que ce nouveau comportement s'était répandu à tous les jeunes singes de l'île par mimétisme .

À partir de ce constat, Watson initie sa thèse de la « masse critique » en prétendant que ce

comportement se serait répandu aux singes de toutes les îles avoisinantes sans qu'il y ait la moindre transmission visible et cela au moment où un nombre clé aurait été atteint, le fameux centième singe, à partir duquel l'espèce entière aurait acquis automatiquement un nouveau savoir.

« Disons, pour les besoins de l'argumentation, que le nombre de laveur de patates soit 99 et qu'à 11 heures du matin, le mardi, un centième converti s'ajoute aux autres. Mais l'addition de ce centième singe amène le nombre au niveau d'une sorte de « seuil », de masse critique, car, le soir toute la population de la colonie procédait de la même manière avec les patates. Non seulement cela, mais le procédé semblait avoir franchi les barrières naturelles et s'être manifesté spontanément, comme le font les cristaux de glycérine dans des récipients scellés d'un laboratoire, jusque dans les colonies d'autres îles et sur les terres dans un groupe de Takasakiyama ».

L'histoire a été rendue populaire en 1984 par Ken Keyes dans son livre « le centième singe » où il applique le concept à l'ensemble de la société humaine.

Grosse bagarre en perspective entre scientifiques et « branché(e)s new age » : A chacun donc de se faire son opinion ...son équilibre entre intuition et raison ...Nous ne rentrerons pas ici dans la polémique ...

J'aurai personnellement tendance à voter pour les fées, les elfes, les gnomes et les frères de l'espace parce que ça me met de bonne humeur mais je n'oblige personne à y croire ..



[L'histoire du 100ème singe ou l'espoir de l'humanité](#)

14 : Les mésanges bleues voleuses de lait



Au début du vingtième siècle en Angleterre , on a commencé à livrer le lait à domicile ..Le lait était déposé devant les portes dans des bouteilles fermées par une capsule en carton ..A partir des années vingt , on a constaté que des mésanges avaient pris l'habitude de percer la capsule et de boire une partie du lait ..et ce phénomène s'est propagé , non seulement aux alentours mais aussi dans d'autres régions d'Angleterre alors que les mésanges ne se déplacent pas à plus de vingt kilomètres de leur nid !

Une étude systématique a été faite entre 1930 et 1950 ...et on a constaté ensuite le même phénomène en Suède , au Danemark , en Hollande ...

Dans ce pays , pendant la guerre , le lait n'était plus livré à domicile ..et ce , jusqu'en 1948 .Et bien , à cette date , les larcins commis sur les bouteilles ont repris à un rythme encore plus soutenu qu'avant la guerre ..alors que , selon toute vraisemblance , les mésanges qui avaient pris cette habitude étaient toutes mortes entre temps !

Lorsqu'un individu d'une espèce apprend un comportement , un individu d'une même espèce aura plus de facilité à l'apprendre même s'il n'y a entre eux aucun lien ..matériel ! Le monde minéral comme le monde animal obéissent à des lois qui nous échappent encore parceque nous avons pris l'habitude de découper le réel en morceaux ..sans voir qu'il existe une unité profonde de ce qui nous semble séparé...

15 : De l'autre côté du miroir



L'iguane est un animal curieux : c'est une grande espèce de lézard herbivore originaire d'Amérique du Sud et Centrale. L'adulte mesure environ 1,5 m de la tête à la queue, et certains spécimens peuvent atteindre les 2 m et peser 5 kg, ce qui en fait le plus imposant des iguanes. Il prend diverses couleurs selon sa région d'origine, sa teinte pouvant prendre différents tons de vert, mais aussi être rosée, bleuâtre ou orangée.

Il se caractérise également par les anneaux noirs visibles sur sa queue et sa crête d'épines dorsales. L'Iguane vert passe le plus clair de son temps dans les arbres, à se nourrir de feuillage.

Il en existe, évidemment, plusieurs espèces mais dont l'espérance de vie est d'environ 30 ans .. Placé devant un miroir durant toutes ces années, il tentera sans cesse d'aller chercher cet ami iguane qu'il voit de l'autre côté de la glace pour jouer avec lui ...et passera donc son temps à se taper la tête contre ce miroir qui, semble t'il, l'en empêche .

Toute analogie avec nos contemporains accrochés à des écrans plusieurs heures par jour ne serait, évidemment, que fortuite ou cruelle.

A l'heure de la mondialisation des divers problèmes que traverse l'humanité, l'idée serait donc d'utiliser ces miroirs écrans de nous mêmes pour se rencontrer ensuite dans la réalité, sans les déformations mensonges et attrapes gogos qu'ils nous proposent, pour refaire le monde avec toute la saveur des vrais liens, organiques, qui tissent nos vies ...

La saisie dualiste du moi et de l'autre est, selon les enseignements bouddhistes, la base de l'illusion ...sur laquelle se crée les 5 poisons de l'esprit aussi appelées les 5 émotions perturbatrices :

Le désir attachement : que l'on pourrait traduire par une dépendance douloureuse à quelque chose d'extérieur pour se sentir bien.

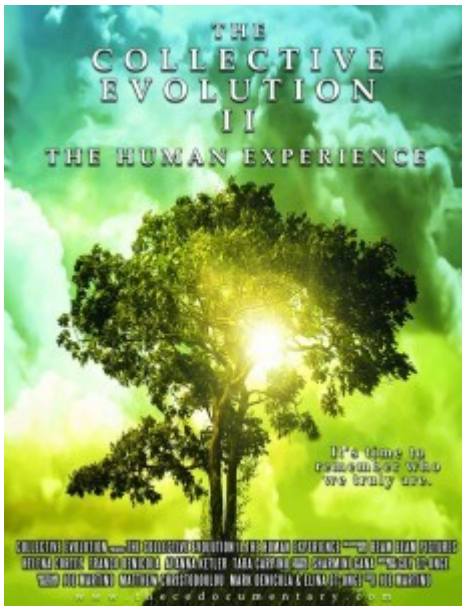
La colère.

L'orgueil.

La jalousie.

L'ignorance : qui consiste, pour faire simple à ignorer que toutes choses sont reliées et interdépendantes.

16 : Evolution collective



« The collective Evolution II : The Human Experience » est un film documentaire qui présente plusieurs dimensions de cette expérience que nous appelons la vie.

« The collective Evolution II : The Human Experience » traite des questions :

Qui sommes-nous ?

Pourquoi sommes-nous ici ?

Pourquoi sommes-nous venus expérimenter la vie sur cette planète ?

Comment pouvons-nous changer la planète telle que nous la connaissons aujourd'hui ?

« The collective Evolution II : The Human Experience » présente également le résultat de recherches sur les éléments

clés qui composent le puzzle humain, à savoir la planète, le corps, et l'ego.

L'intention du film « The collective Evolution II : The Human Experience » est de nous amener à comprendre comment notre Ego nous limite et nous faire (re) découvrir les potentialités cocréatrices dont nous sommes tous capables.

« The collective Evolution II : The Human Experience » conclut en abordant le changement de conscience qui a déjà commencé et continue de s'intensifier sur la planète.



Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com

17 : Neurosciences méditatives : Une brève histoire des recherches sur le cerveau des méditants



Il était tentant après les silences du cerveau de Krishnamurti, de parler des observations faites par les neurosciences sur le cerveau des méditants – on les appelle aussi les neurosciences contemplatives ou méditatives. Cela a commencé il y a de nombreuses années déjà. Dès 1960, la « méditation transcendantale » avait commencé des mesures physiologiques et chimiques sur la pression artérielle, la fréquence cardiaque, les ondes du cerveau de ses méditants : mais cela faisait toujours un peu « secte », même aux Etats-Unis.

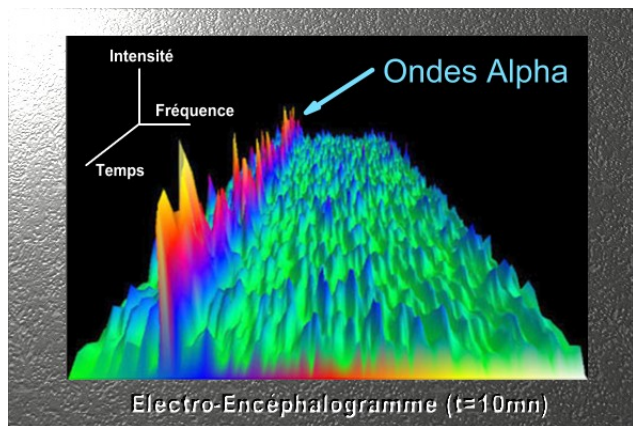
A partir de 1970 le cardiologue américain Herbert Benson commence des études très scientifiques sur les effets de la relaxation par rapport au stress ; il poursuit avec la méditation, et cela donnera un congrès en 1995 « Science et tradition religieuse » qui aura beaucoup d'impact.

En 1980 arrive sur scène Richard Davidson, professeur de psychiatrie à l'Université du Wisconsin – il possède un labo de recherche ultramoderne en neuroscience. Dès 1992, il commence des recherches sur la méditation avec le Dalaï lama et une équipe de méditants tibétains dont Matthieu Ricard.

Il faut aussi parler de Fransesco Varela, neurobiologiste chilien au parcours compliqué, qui le conduit à Harvard puis au CNRS en France, et qui dès 1985 commence des études scientifiques pour établir un dialogue entre bouddhisme et sciences. Il fonde le « Mind and Life Institut » qui deviendra une sorte de plaque tournante de tout ce qui se fait d'intéressant sur la question, avec un congrès annuel, dont celui de 2003 au MIT (Massachussets Institute Technology) avec le Dalaï lama, qui sera très important. Varela meurt en 2001, mais il amène dans l'équipe des chercheurs, Antoine Lutz, un chercheur français du CNRS, dont les études vont devenir remarquées et remarquables.

Quant à Jon Kabat-Zinn, professeur de biologie dans le Massachussets, il va dès 1970, développer sa méthode de la pleine conscience, dans un souci de validation empirique des résultats, surtout par rapport aux symptômes du stress, ce qui l'amène à créer des cliniques de réduction du stress dans tout le pays. Jon Kabat-Zinn est un ami de Richard Davidson et tous ces gens vont former un petit monde qui va révolutionner notre regard porté sur la méditation.

D'abord, à l'université du Wisconsin avec l'équipe de Richard Davidson et les méditants tibétains, il a été mis en évidence une activité accrue du cortex préfrontal gauche, zone correspondant à l'apparition des émotions positives, ce qui n'est pas étonnant puisque tous les méditants d'un certain niveau parlent d'un état intérieure de grande joie inconditionnelle appelée d'ailleurs « ananda » (venant du sanscrit béatitude) pour les hindouistes et bouddhistes. Plus intéressant, c'est l'augmentation de l'intensité des ondes gamma, mises en évidence



par Antoine Lutz en 2004, toujours dans le labo de Richard Davidson avec la même équipe des méditants tibétains. Plus les méditants sont avancés (40 000 – 50 000h de méditation), plus les ondes gamma sont intenses. Du coup, beaucoup de chercheurs en neurosciences sont en train d'interroger ces fameuses ondes gamma : elles sont présentes chez tout le monde quand il y a une activité soutenue du cerveau, comme l'attention ou les efforts de mémorisation, et dans ces activités, on s'est aperçu que ces ondes reliaient les différentes populations de neurones cérébraux pour les mettre en activité synchrone. Wolf Singer, directeur de l'Institut Max Planck à Francfort, parle d'une augmentation de cohérence de l'activité cérébrale ou de synchronisation du fonctionnement de différentes aires cérébrales. Mieux encore, cette augmentation de la cohérence cérébrale perdurerait après les séances de méditation, comme s'il y avait une restructuration à long terme du cerveau, et cela proportionnellement au niveau de méditation des méditants (en nombre d'heures).

Il faudrait aussi parler des recherches de Sarah Lazar – dont le Dr Rosenfeld dans son livre « Méditer, c'est se soigner » fait grand cas – qui, sur des méditants bouddhistes de la pratique « vipassana », a montré des transformations durables de certaines zones du cerveau qui tendent à s'épaissir, ou augmentent de taille, en particulier le cortex de l'insula antérieure droite spécialisée dans les sensations internes du corps et le sulcus supérieur et moyen du cortex préfrontal droit qui permet d'intégrer nos émotions et nos pensées au quotidien.



[Richard Davidson 1 2](#)



Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com

18 : Erika :



De nationalité allemande, traductrice vivant en Belgique depuis longtemps, coach spirituel, sophrologue, animatrice certifiée par [Innerlinks](#) du [Jeu de la Transformation](#), Findhorn Resource Person, vit de Prana depuis 9 ans et représente Jasmuheen en Belgique. [Erika](#) anime des groupes de méditation et groupes de travail et elle est disponible pour consultations individuelles.

Etonnant ? Pas tant que ça : depuis des sièclesdes yogis et mystiques de toutes les cultures ont vécu ce type d'expérience. Bon, bien sûr, elle ne fait pas des travaux de maçonnerie ...mais quand même.



[Erika](#)
[Vivre sans manger ni boire 1 2](#)



Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com



Que choisir ? Et pourquoi choisir entre ceci ou cela , cette idée ou son contraire ?

C'est bizarre l'Esprit ..vous ne trouvez pas ?
D'où me viennent ces idées qui le traverse ?
Et la Nature elle n'est pas bizarre elle ?

19 : Entre les deux la claire lumière

La Claire Lumière dans son aspect primordial symbolise la pure conscience du Nirvana, la conscience transcendante de celui qui est pleinement éveillé. C'est une radiation mystique du Dharma-Kàya, de la conscience du Nirvana libre de toute obscurité conditionnée par le Samsara. Cela ne peut être décrit, on ne peut que le connaître et le connaître est connaître l'identité véritable de toute Chose. Etant sans couleur et sans qualité, c'est la Claire Lumière; étant sans limitation, c'est l'Intelligence qui pénètre tout ; étant impossible à connaître aux termes de la conscience du Samsara, c'est le Vide sans forme.

La Claire Lumière est expérimentée momentanément par tout être humain au moment de la mort, par les maîtres du yoga dans les plus hauts états de Samâdhi à volonté, et sans cesse par les Bouddhas. La réalisation consciente de la Claire Lumière pour celui qui est incarné est synonyme de l'atteinte de l'état de Bouddha.

Dans des paroles vibrantes de vision intérieure et de grandeur, l'un des Maîtres de la Sagesse tibétaine décrit ainsi la Claire Lumière :

« Il est difficile d'atteindre la connaissance Sans Forme. Il est également difficile d'acquérir l'émancipation du Karma et de la re-naissance, et la réalisation de la Claire Lumière brillante comme l'éclat combiné d'une pierre précieuse, du feu, de la Lune et du Soleil. De la Claire Lumière, ses lumières proches, brillant dans les ténèbres, sont nées. D'elles viennent la fulgurance et la chaleur de la lumière du Soleil d'où vient celle de la Lune, et de celle de la Lune qui représente la fraîcheur, vient la radieuse Sagesse pénétrant tout. Ainsi le Vide fondamental qui illumine les objets phénoménaux de la nature rend visible tous les systèmes du Monde ».



[Vacuité est claire lumière](#)

20 : Les idées reçues viennent bien de quelque part !



[Lou Ravi](#)

Autant on admet que les fêlés – les demi-fous , les bredins , les ravis – laissent passer la lumière, en ce sens qu'ils disent parfois des choses d'une étonnante justesse au moment où il faut le dire – comme un instant de poésie – autant l'on se pose moins cette horrible question des idées reçues et de leur provenance ..

Et pourtant, Dieu sait qu'un bon nombre d'entre elles, religieusement transmises de générations en générations ..ont fait et continuent de faire de sacrés dégâts dans les têtes et dans les coeurs ...

Ne serait il pas temps

- d'en faire l'inventaire
- de les dissoudre dans la vacuité-sagesse-compassion après une émouvante cérémonie d'adieux
- d'identifier ce monstre collectif qui a intérêt à les perpétuer

Nous aurons du mal à accueillir le nouveau paradigme [Partage des richesses , Protection de l'Environnement , Désarmement général]...si nous ne faisons pas ce travail d'une joyeuse thérapie collective

Et parmi ces idées reçues stupides

- L'autre veut me piquer ma place, ma femme, mon mec , mon compte en banque, etc..
- Méfions nous les un(e)s des autres comme je me suis méfié(e) de vous
- La guerre fait partie de la nature humaine
- Ça a toujours été comme ça et ya pas d'raison qu'ça change

Etc....liste à compléter

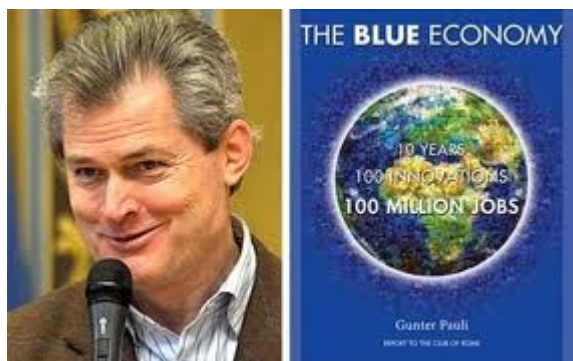
« Ce qu'il y a de bien avec les fêlés ...c'est que ça laisse passer la lumière »

Michel Audiard



[Crèche provençale](#)

21 : La Nature est un laboratoire de R&D depuis des millions d'années



<http://www.community.blueeconomy.de>

Né en 1956, Gunter Pauli était un industriel belge renommé, fabricant des produits biologiques pour lessive et vaisselle (Ecover), jusqu'à ce qu'il découvrit que l'extraction des produits saponifères contribuait à la déforestation de la planète. Il vendit alors l'entreprise et se consacra pendant deux ans, dans le cadre d'un contrat financé par le gouvernement japonais et avec l'aide de 300 chercheurs du monde entier, à la recherche de solutions alternatives, rentables, réellement non

polluantes et créatrices d'emploi. C'est ainsi qu'il mit au point une théorie et une méthodologie de la « pollution zéro », en anglais « zero emission », d'où le nom de l'institut de recherche de Gunter Pauli, le ZERI (zero emission research institute).

Il parcourt le monde de projets en projets en entrepreneur insatiable. Innovateur, il dérange, bouscule, invente, agit : "quand c'est possible, on agit tout de suite; quand c'est impossible, ça demande seulement un peu plus de temps". Entraîneur, mobilisateur, il provoque, perturbe, dans un seul but : faire bouger les choses, faire mieux pour le bien de tous, pour la survie de la planète.

Sa dernière "révolution" : « Les 100 meilleures astuces de la Nature » présentent une première série de découvertes sur comment rendre notre économie globale pleinement compatible avec la biosphère, avec la Nature

Lorsque Gunter intervient devant de grandes entreprises qui s'affirment en route vers le développement durable et mettent en avant leur engagement ...il les remet à leur place avec humour : « Vous avez probablement au sein de votre entreprise un département « Recherche et Développement »C'est très bien ..mais sachez que la Nature a un laboratoire de Recherche et Développement qui date de plusieurs millions d'années ..et je vous conseille de vous en inspirer : vous y ferez des découvertes étonnantes »

Parmi ces savoir-faire inspirés de la Nature [Voir « Biomimétisme » sur Wikipedia :]

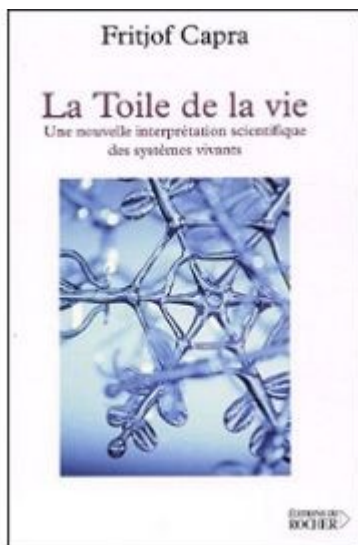


[Gunter Pauli, The power of system design](#)
[Gunter Pauli, The logic of system design](#)
[Biomimétisme : La Science imite la Nature](#)
[Ce que les animaux nous enseignent](#)
[De Darwin au développement durable](#)
[Les matériaux biomimétiques](#)



Chaque partie porte en elle la totalité et de chaque partie dépend tout le reste.... Telle est la grande leçon de ce début de 21ème siècle qui nous permettra peut être d'en arriver à la conclusion de l'urgence de re tisser des liens entre nous tous humains et avec cette Nature à laquelle nous sommes intimement liés depuis toujours ..

22 : Internet comme une toile de la vie



Au dire des vieux textes de l'Asie [Les Védas hindous – Les Soutras et Tantras bouddhistes etc...] **le monde ne serait rien d'autre qu'un tissu de liens** . Rien n'existerait par soi-même et tout serait interdépendant, que nous en soyions conscients ou non ..

Les Tantras parlent d'une « Toile de la Vie » ...et c'est également le titre de l'un des derniers ouvrages de Fritjof Capra ...

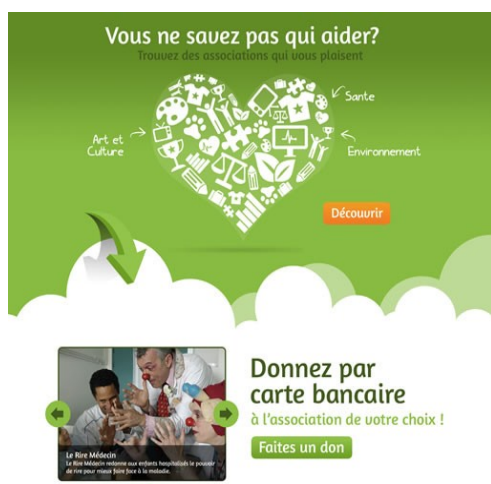
Retrouver ce lien avec tout ce qui vit [êtres humains , faune , flore] est d'une importance capitale à notre époque et, aussi curieux que cela puisse paraîtreInternet [le « web » , la « toile d'araignée »] est peut être la matérialisation de ce désir qu'ont tous les peuples de communiquer entre eux ..

Faisons donc en sorte que cet outil ne soit accaparé par aucun Etat ou groupe de pression afin qu'il remplisse sa fonction , bien au delà de ce à quoi le destinait ses premiers concepteurs qui étaient des ...militaires !



Nous savons que la terre n'appartient pas à l'homme, c'est l'homme qui appartient à la terre. Nous savons que toutes choses sont reliées. Tout ce qui arrive à la terre arrive au fils de la terre. L'homme n'a pas tissé la toile de la vie, il est seulement un fil du tissu.

23 : Mail for good



[Mailforgood](#) a pour objectif de permettre aux internautes de

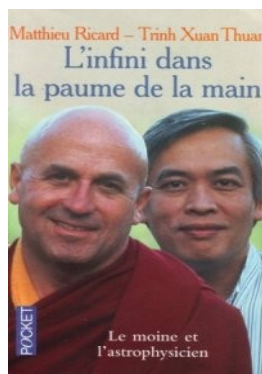
- découvrir la beauté et la diversité du secteur associatif français
- rendre la solidarité accessible au plus grand nombre
- permettre à tout le monde de soutenir des associations en quelques clics : Animaux - Arts et Cultures - Droit des femmes - Droit et Libertés - Ecologie et nature - Economie et Social - Education et formation - Humanitaire - International - Nourriture et agriculture - Santé - Sciences et recherche - Sports et loisirs

Sans rien payer, chacun de vos mails génère un don à l'association de votre choix : chaque petit geste compte, chaque action en entraîne d'autres. Ensemble, faisons avancer les choses !



[Mail for good](#)

24 : L'infini dans le creux de la main



Chaque partie porte en elle la totalité et de chaque partie dépend tout le reste.... Telles sont les conclusions de Trinh Xuan Thuan astrophysicien et de Mathieu Ricard, traducteur du Dalaï Lama et auteur de nombreux ouvrages sur le bouddhisme ..

Ceci est vrai en physique et en astrophysique ...mais quelles conclusions en tirer dans notre vie de tous les jours si ce n'est celles de nos responsabilités écologiques, économiques et sociales ?

<http://www.trinhxuanthuan.com>



[Mathieu Ricard : "108 sourires pour soigner ses peines"](#)

[Mathieu Ricard : sagesses bouddhistes](#)

[Trinh Xuan Thuan « La science a des implications philosophiques et métaphysiques »](#)

[Trinh Xuan Thuan - Le Cosmos et le Lotus](#)



Chaque partie porte en elle la totalité et de chaque partie dépend tout le reste....et au milieu de tout cela ...un immense réservoir commun à toutes et tous de créativité – compassion et sagesse

25 : Université des va nu pieds



Au Rajasthan, en Inde, une école hors du commun forme hommes et femmes venant de milieux ruraux -illettrés pour la plupart- pour devenir ingénieurs en énergie solaire, artisans, dentistes et docteurs dans leur propre village. Elle s'appelle l'Université des Va-nu-pieds : La première université a été construite à Tilonia au Rajasthan en 1986, par des architectes qui ne savaient pas lire ni écrire, avec un budget ridicule (1,5 dollar le mètre carré !), et elle a rencontré le scepticisme de nombreux experts et décideurs politiques.

Actuellement, elle est intégralement alimentée en énergie solaire (avec notamment des fours construits par les femmes du village), tandis que l'eau de pluie est collectée sur les toits, eux-mêmes reliés à un réservoir souterrain de 400 000 litres !

De plus, l'université est équipée d'un dispensaire de soins, et 75 000 enfants y ont été scolarisés au moyen de cours du soir.

Toutes ces réalisations sont le fait de villageois pauvres et généralement illettrés (mais détenteurs de savoirs traditionnels : agriculture, bâtiment, médecine...).

Depuis, bien d'autres écoles ont ouvert dans toute l'Inde et au Bhoutan, et « l'université des va-nu-pieds » a contribué à la formation de femmes en Afghanistan et dans plusieurs pays africains (Sierra Leone, Gambie...).

Au début, ils vous ignorent,
Et puis ils se moquent de vous,
Et puis ils vous combattent,
Et puis vous gagnez.



[Université des va nu pieds](#)

26 : Nipun Mehta



Né le 31 décembre 1975 [Nipun Mehta](#) voulait devenir soit un pro de tennis soit yogi dans l'Himalaya. Diplômé de l'Université de Berkeley en informatique et en philosophie, il a développé ServiceSpace avec des amis partageant sa motivation de donner sans aucune condition

[ServiceSpace](#) a maintenant évolué en un remarquable incubateur pour des dizaines de projets, y compris un portail de bonnes nouvelles en ligne...Ce n'est pas seulement ce que nous faisons qui compte, dit il, mais l'impulsion intérieure de notre action.

ServiceSpace n'a pas de personnel, et reste à 100 pour cent géré par des bénévoles. Toute personne impliquée est simplement motivée par la volonté de se développer dans le service. ServiceSpace est une invitation à s'engager dans la contre-petits actes de générosité, sans cesse évoluer vers une mentalité inspirée de la contribution.



[Nipun Mehta 1 2](#)
[Economie du don](#)

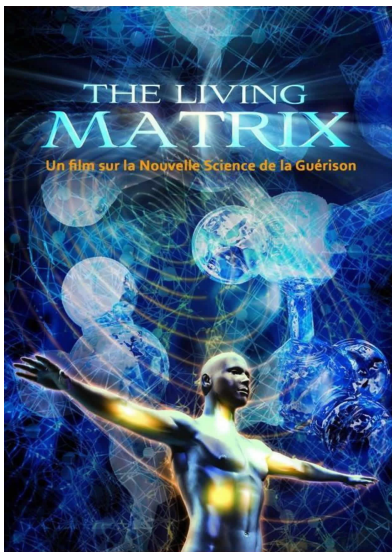


Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com



Changement de paradigme, Apocalypse , Calendrier maya etc...Et si nous changions un peu de regard , si nous nous arrêtons un instant , si nous revenions de temps à autre à l'essentiel...peut être en serions nous mieux inspirés pour amorcer un changement ..

27 : The living matrix



De la physique quantique à la thérapie informationnelle en passant par le champ corporel humain et à la cohérence cardiaque, ce film explore des idées novatrices au sujet de la santé. Des scientifiques, chercheurs, journalistes et des thérapeutes holistiques partagent leurs connaissances, leurs expériences et leurs visions.

Guérison fondée sur la science ou « guérison miraculeuse » ?

Dans le film, des chercheurs et praticiens révèlent les théories scientifiques sous-jacentes aux guérisons alternatives et offrent leurs perspectives sur le changement de paradigme dans la santé que peuvent apporter ces nouveaux concepts. Grâce aux recherches les plus récentes, découvrez comment mobiliser votre propre pouvoir d'auto-guérison, et transformez votre vision sur la santé, le bien-être et comment les conserver.

Ce film est le premier documentaire présentant des chercheurs, journalistes scientifiques et praticiens de renommée internationale

sur le thème des champs d'énergie et d'information dans le domaine de la santé.

Il révèle les dernières découvertes scientifiques qui remettent en question notre conception même de l'être humain et de son fonctionnement, et mettent en évidence l'influence des mécanismes bioénergétiques dans la biologie et la guérison. Ce ne sont pas les gènes qui gouvernent nos cellules mais bien « le Champ » qui nous entoure et nous pénètre ! Mais qu'est-ce que ce « Champ » ?

C'est dans cette aventure que nous emmènent le Dr. Rupert Sheldrake concepteur de la théorie des champs morphogénétiques, le Prof. Fritz Albert Popp, découvreurs des Biophotons, ou encore le Dr. Bruce Lipton, le guérisseur et praticien de la Reconnexion Eric Pearl et bien d'autres...De la physique quantique à l'influence de nos pensées, de nos intentions et de nos croyances sur notre santé, de la cohérence cardiaque au concept de champ corporel humain, The Living Matrix explore de manière synthétique et claire des idées passionnantes et novatrices au sujet de la santé.

Des témoignages de guérisons spectaculaires et des animations 3D viennent compléter ce film qui participe magnifiquement au changement de paradigme qui se produit en ce moment dans le domaine de la santé et du soin.



[The living matrix](#)



Contribution de Jean Luc Roux : jeanlucroux1@gmail.com

28 : Monsanto le début de la fin ?



Les proches de Yannick Chenet et Frédéric Ferrand, viticulteurs dont le décès serait lié à l'utilisation de produits sanitaires, se réjouissent du jugement.

«C'est le premier jugement dans ce sens, mais je peux vous dire que ce ne sera pas le dernier. » Caroline Chenet a la voix ferme et convaincue. La décision de justice rendue à Lyon à l'encontre du géant de l'agrochimie Monsanto lui fait du bien. Son époux Yannick, viticulteur à Saujon, est décédé il y a un an d'une leucémie reconnue par la Mutualité sociale agricole (MSA) comme ayant été provoquée par les traitements phytosanitaires dispensés à ses vignes.

« Ça ne le fera pas revenir, mais cela prouve qu'il avait eu raison de créer cette association avec Paul François. Les deux hommes avaient d'ailleurs témoigné dans le film de Jean-Paul Jaud « Severn » sur les dangers des pesticides.

« Quand j'ai appris le jugement, j'ai sauté de joie. Cela veut dire qu'on ne pourra plus faire n'importe quoi dans les terres et que donc les agriculteurs ne seront plus montrés du doigt par les consommateurs. »

Vice-président du Conseil régional et ami de Yannick et Caroline Chenet, Benoît Biteau se réjouit également de cette décision de justice : « C'est un basculement historique. On a eu affaire à des juges qui ont enfin jugé sur le fond et non sur la forme. Et comme la justice se construit souvent sur des jurisprudences, j'ai bon espoir que les jugements qui suivront aillent dans le même sens. Je pense notamment à celui qui met en cause à Poitiers José Bové et les faucheurs volontaires dont la décision doit tomber le 16 février ». Agriculteur bio, éleveur de vaches maraîchines à Sablonceaux, près de Saujon, Benoît Biteau est l' élu responsable de la ruralité à la Région.

Déjà le 9 octobre 2009, la cour de cassation avait confirmé l'arrêt de la cour d'appel de Lyon condamnant les sociétés Monsanto (producteur du Roundup) et Scotts France (distributeur du Roundup) pour publicité mensongère.

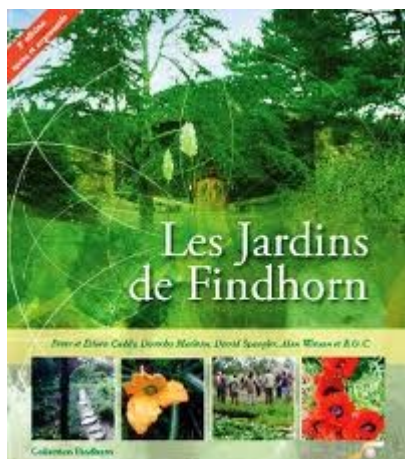
Voilà pour le versant juridique ...mais des recherches en cours inquiètent également le Géant des Pesticides et Phytosanitaires : aux dires de Gunter Pauli précédemment cité, des chercheurs divers prolongent les travaux de [Jacques Benvéniste](#) sur la mémoire de l'eau ...et imaginent être capables dans une dizaine d'années de produire des phytosanitaires dans lesquels il n'y aurait pas la moindre trace de molécule chimique ...mais un signal...qui enclencherait les propres réactions d'autodéfense des cultures ..

Une révolution qui rendrait obsolètes les Roudup et autres OGMs avec lesquels la firme a fait sa fortune !



[Procès contre Monsanto](#)
[Monsanto : le début de la fin ?](#)
[Le Monde selon Monsanto](#)

29 : Les Jardins de Findhorn vont fêter leurs 50 ans !



A partir de 1962, le nom de Findhorn résonne comme un mot magique dans tout le monde occidental... Dans une lande isolée au Nord-Est de l'Ecosse, une poignée de personnes font jaillir de terre un jardin magnifique, des fleurs et des légumes extraordinaires défiant toutes les lois agronomiques ! Aucune explication rationnelle.

Peter et Eileen Caddy, Dorothy Maclean, sont ces pionniers qui découvrent les dimensions subtiles de la nature ; ils sont guidés dans leur tout nouvel art du jardinage par les intelligences subtiles de la nature.

Commence alors une fascinante coopération, au fil de messages d'une beauté et profondeur bouleversantes.

<http://www.jardins-de-findhorn.fr>

Et les résultats interpellent et continuent de nous interpeler 45 ans plus tard : notre vision de la nature est terriblement réductrice, matérialiste, elle évacue des millénaires de sagesse populaire et bien des dimensions...

Une communauté se crée alors, développe de nombreuses activités de formation et de recherche, recevant désormais 15 000 personnes par an, jusqu'à être reconnue comme « ONG associée » par l'ONU en 1997, et mission d'implémenter l'Agenda 21.

Elle a mené des travaux de reforestation considérables, gagné son autonomie énergétique, construit en éco-habitat, réduit son empreinte écologique; ces réalisations permettent d'ajouter un nouveau chapitre à la présente édition.

Cette aventure unique au monde continue. Une aventure à la fois sensible et féconde en résultats concrets.

Une invitation puissante à retrouver une relation vivante, sensible, créatrice avec la nature dans toutes ses dimensions.

Un livre d'anthologie, plus que jamais d'actualité.



[Findhorn now !](#)

30 : Le théorème d'incomplétude de Gödel

Pour tout système formel S contenant le langage de l'arithmétique, il existe une proposition G indémontrable dans S (sauf si S est contradictoire, auquel cas il démontre n'importe quoi). NB : le système doit être récursif, c'est-à-dire, en gros, qu'on doit pouvoir reconnaître les axiomes par un programme.

Une théorie suffisante pour faire de l'arithmétique est nécessairement incomplète, au sens où il existe dans cette théorie des énoncés qui ne sont pas démontrables et dont la négation n'est pas non plus démontrable : c'est-à-dire qu'il existe des énoncés que l'on ne pourra jamais déterminer en restant dans le cadre de la théorie.

Le théorème de Gödel ne prouve pas pour autant qu'il y a des vérités indémontrables ou que l'intuition humaine ne serait pas formalisable mais ...

31 : Je me suis désintoxiqué de Twitter chez les moines

The logo for StoryCircus, with 'Story' in red and 'Circus' in orange, set against a black background.

« Prenez un homme ultraconnecté (c'est moi), dans la force de l'âge (41 ans), ôtez-lui ses jouets (iPhone, iPad, iPod, iMac), débranchez-le (Facebook, Twitter, blogs) et placez-le sept jours dans le silence absolu d'une abbaye cistercienne.



Précisez que cet homme ne croit plus en Dieu depuis ses 18 ans, vous obtenez des angoisses, des sueurs froides, d'énormes remises en question, des réflexions sur le sens de la vie, de la mort et du temps qui passe.

Chef d'entreprise, j'avais la tête pleine, le disque dur en surrégime, j'étais comme un hamster courant en apnée dans sa roue. Dans l'organisation de mon temps, Internet avait pris le pas sur la télévision, la lecture, le cinéma et l'ensemble de mes loisirs. Besoin de me nourrir d'informations à l'excès ?



D'échanger avec l'Autre ? De me distraire ? J'étais connecté aux réseaux sociaux plus de quatre heures par jour. Quand j'ai dit à ma femme que je voulais « arrêter le chronomètre », elle n'a pas semblé surprise. Elle a souri et m'a dit de foncer.

Foncer pour arrêter de foncer. Mais foncer où ? Je voulais le silence et la paix de l'esprit, j'ai tapé « abbaye + trappiste » sur Google – on ne se refait pas –, visité une quinzaine de sites et porté mon choix sur celle qui me semblait la plus belle : l'[Abbaye de Sept-Fons](#), aux confins de l'Allier, de la Saône-et-Loire et de la Nièvre. Google Maps m'indiquait trois cent quinze kilomètres. Assez loin pour prendre de la distance, assez proche pour revenir en cas d'urgence (précisons que la peur de la mort me suit comme mon ombre et que je passe plus de temps à imaginer le pire qu'à me réjouir du meilleur).

Quelques jours plus tard, valise en main, porté par le rythme des rails, je pense à mon père décédé brutalement en août 2008, à 64 ans. 64 ans, c'est jeune pour un vieux. Je me demande ce qu'il dirait s'il me voyait là, en route vers un voyage intérieur un peu étrange, anachronique et peut-être superflu. Qu'est-ce que je fous là ? Le frère hôtelier est un grand gaillard au regard bienveillant. Il me montre ma chambre, la numéro 20. Un lit simple, un lavabo dont le robinet goutte, une armoire et une petite table avec une bible dessus, voilà tout le confort dont je vais profiter. La douche est à l'étage, quelque part au fond du couloir, les toilettes aussi.

J'y suis enfin. En temps normal, j'aurais tweeté quelque chose du genre « Impression de retourner à l'armée, avec personne dans ma chambrée et l'Esprit saint en guise de caporal-chef ». Cent huit caractères pour livrer au monde un point route tout en essayant d'être spirituel. Twitter est un journal extime, il couche sur la Toile le trajet de votre existence. S'arrêter de tweeter, c'est disparaître de la mémoire des autres. Un risque énorme quand on a peur de la mort...

Un deal entre ma conscience et moi

J'ai pris mon iPhone. Je sais, c'est mal. Si je veux, je peux me connecter. Mais non. C'est le deal entre ma conscience et moi : ne pas me connecter, ne pas lire les news, ne pas tricher. Je m'autorise le téléphone parce que j'ai des enfants.

Dans le réfectoire, trois gigantesques tables autour desquelles on pourrait s'asseoir à cinquante. Nous ne sommes que six. Personne ne parle, « c'est la règle ». La moyenne d'âge frôle les 70 ans. Il

n'y a que des hommes, que j'imagine veufs et tristes. Je me demande ce qu'ils pensent de ma présence, s'ils s'interrogent sur moi comme je m'interroge sur eux. L'un d'entre eux, sans doute plus religieux, ânonne le bénédicité. Nous pouvons nous asseoir.

En fond musical, pour le dîner, les moines nous offrent le « Requiem » de Mozart. La musique classique me fait pleurer, c'est radical ; elle me rappelle mon grand-père, décédé, mon père, décédé, cette lignée de mélomanes assis dans leur fauteuil, pensant à leur vie le regard nostalgique. Confutatis. Maledictis.

Déconnecté. Je suis isolé dans mes souvenirs, contrôlant mes émotions en croquant dans une pomme verte et son lit de fromage blanc. A côté de moi, ces deux hommes sont des SDF. J'aimerais leur parler, savoir qui ils sont. C'est quoi cette règle ? Ce silence ? Vivant au cœur des réseaux sociaux, cela fait des années que je suis relié aux autres par le fil de la parole et des mots : le mutisme qu'on m'impose est contre nature.

Pendant les déjeuners, un moine assure la lecture depuis une autre aile de l'abbaye. Sa voix surgit depuis quatre haut-parleurs, une voix venue d'en haut qui nous déroule « Les Jésuites français dans la Grande Guerre ». Lecture de la vie des tranchées : quelle est cette torture ? Je comprends, repas après repas, la profondeur de cette démarche. Je me laisse porter par une philosophie élémentaire : penser à ce que l'on mange, remercier d'être vivant... Mon cynisme habituel gronde de me voir envahi par tant de simplicité. Le petit ange contre le petit diable. « Tu ne vas pas te laisser ramollir par ces bondieuseries ? » Si. Ça me rappelle Thanksgiving, cette tradition du remerciement un peu forcé avec laquelle j'avais eu beaucoup de mal au début. « Lâche prise ! Tu vas voir, c'est bien de remercier, ce n'est pas ridicule », me dit mon petit ange. Oui, on peut ressentir tout cela sans croire en Dieu. On peut imaginer une Beauté désincarnée qui sacralise les gestes anodins. Au cours de ces lectures, nous plongeons dans le sacrifice, l'abnégation, l'héroïsme ordinaire... Comme des bouées de sauvetage au milieu du gâchis et de l'égoïsme. Evident ? Peut-être. Ce voyage n'est-il pas fait pour me placer devant ces évidences oubliées ?

3h20, jean, pull et psautier

Les matines sonnent au cœur de la nuit. A 3 h 20, frigorifié, j'enfile mon jean, un gros pull et traverse les couloirs silencieux. Je pousse la porte de l'église. Les moines sont tous là, une soixantaine, agenouillés dans l'obscurité comme des fantômes. On entend à peine le bruit de leur présence. Je me pose contre un mur, discrètement, psautier en main. Une dame étrangement pieuse, qui semble être de tous les offices, me demande si je peux lui rendre son psautier car c'est le sien. Il y en avait plus d'une centaine sur les planches, les mêmes. Elle m'indique qu'elle a marqué les pages. Je ne vais pas me battre pour un psautier, à 3 h 30, alors que des moines prient. Normalement, une situation pareille, je la tweete.

Surgissent alors les chants, ces chants grégoriens qui résonnent à l'âme comme une plainte divine. Je suis envahi par la pureté du moment, la régularité de l'émotion qui s'empare des murs obscurs, comme si quelque chose d'impalpable nous unissait dans une onde parfaite.

La journée des moines est ordonnée en sept offices s'intercalant entre repas et travail, c'est la base de la règle. Après quelques jours, j'ai mes offices favoris : matines et vêpres. A vêpres, les psaumes chantés défient toutes les lois de l'harmonie. J'en ai désormais besoin, comme d'une drogue. Je voudrais entendre ce psaume 39 encore et encore, chanté et joué avec ce même changement de ton, pas un autre. C'est décidé, je vais enregistrer les moines chantant à vêpres. Ce n'est pas bien sans doute, mais c'est juste pour moi ; promis, je ne publierai rien sur mon blog.

Le jour suivant cette décision coupable, je me rends à l'office avec mon iPhone. Je m'assois au premier rang, l'appareil planqué dans le psautier ouvert. Alors que tout est prêt, un groupe de

touristes japonais débarque. C'est la première fois qu'il y a des visiteurs à l'abbaye en quatre jours ; ça tombe maintenant. La musique sacrée se doit de le rester. Je ne suis pas autorisé à digitaliser la beauté. J'y vois le doigt du dieu en lequel je ne crois plus. Peut-être pourrais-je alors en jouir dans l'instant, l'écouter mieux, l'entendre vraiment ? Je range mon iPhone.

Je déteste marcher. Mais voilà, à Sept-Fons, la nature est si belle qu'elle vous fait avancer malgré vous. Je marche seul au milieu des quinze hectares fleuris. Je n'avais pas été seul depuis tellement d'années... Je marche sans compter, finalement sans y penser. M'enivrant de l'immensité de cette nature qui m'est réservée, je mets à plat toutes mes peurs et souris au ciel, aux coquelicots et aux abeilles. Il me vient même l'envie de m'allonger nu, sur le dos, pour regarder les nuages en communion avec l'univers, les paumes posées sur l'herbe humide. Mais je pense à mes moines, et à la gendarmerie, à la honte. Je garde mes habits et cueille une cerise en guise de compensation. Plus les jours passent, plus je marche vite. Je ne pense plus à Internet, c'est passé comme passe une gastro. Quelquefois, il est vrai, je suis tellement époustoufflé par la beauté de ce que je vis, que j'aimerais le partager, « to share it on Facebook ». Ces manques se raréfient à mesure que se remplit le baril de mes sens. Je repense à cette phrase qu'un ami m'avait glissée : « Tu es le fruit d'un arbre vivant... » Ne pas nier son passé, pardonner à ses morts, admettre la fragilité de ce que l'on est, observer humblement que je ne suis que « le fruit d'un arbre vivant ». Et non la branche haute d'un arbre mort. Je ne sais pas pourquoi, mais je n'ai plus peur de la mort. Je me sens bien, comme un maillon fort d'une chaîne infinie. Non, je n'ai pas vu la Vierge. J'ai juste arrêté le temps et, loin de mes écrans, écouté mon Etre.

Je marche chaque jour un peu plus et, pour en avoir le cœur net, je télécharge l'appli podomètre. Je me doute que, dans ses rêveries de promeneur solitaire, Jean-Jacques Rousseau n'aurait pas estimé nécessaire de mesurer la quantité de sa marche, mais je ne suis pas Jean-Jacques Rousseau et j'aime bien les statistiques. Six kilomètres le dernier jour, voici donc le fruit de mes déambulations champêtres. Dès mon arrivée, le frère hôtelier m'avait glissé : « Si vous voulez parler à un moine, c'est possible. » J'ai mis cinq jours à me décider. Peur qu'on me demande de me confesser, de dire que je ne crois pas vraiment en Dieu, d'avouer pour mon appli d'enregistrement... Finalement, je rencontre frère H. Même âge que moi, un sourire radieux, des yeux qui pétillent, le bonheur surgissant de tous les traits de son visage.

Bruit et ego / beauté et éternité

Il me dit qu'il m'a vu communier. Oui, j'ai communiqué ! Dans un moment de grâce qui me rappelait mon père. C'était ma profession de foi, j'avais 7 ou 8 ans. Mon père n'avait pas communiqué depuis des années. Il n'osait pas se lever pour recevoir le corps du Christ. Je lui avais dit : « Tu peux y aller, c'est ma profession de foi... » Je l'avais « pardonné », du haut de mes trois pommes. Il s'était levé. Il m'en reparla souvent par la suite.

J'ai communiqué sans me confesser, trop de choses à dire. Frère H. tique gentiment. Je lui dis que je sais que « c'est mal », mais que « si Dieu existe il comprendra ». Je veux réussir à saisir son engagement. Est-ce qu'il doute ? Non. Est-ce qu'il est heureux ? Oui. Je lui demande s'il connaît le résultat de la finale de la coupe de France, PSG-Lille. Il rit, mais dit que non. Pas de télé, pas de radio, pas de distractions. La distraction l'éloigne de la méditation, de la prière et du recueillement. Je comprends que la distraction l'écarte de la beauté des choses. Dans ce rythme précis des offices et du travail, la moindre distraction est un risque, une tentation inutile. Je me rends compte que je ne vis QUE dans la distraction. Je suis dans le bruit, l'ego, le temps réel. Il est dans la concentration, la beauté, la générosité, l'éternité. Nous vivons sur deux planètes opposées...

Il me demande si j'ai assisté à la messe du matin, je lui dis que non. Il est soulagé : « J'ai eu du mal à ouvrir le tabernacle, c'était horrible ! » Je lui assure que ce n'est pas grave. Il n'est pas d'accord. «

Non, lorsque l'on voue sa vie au Christ, on se doit de faire les choses avec précaution, respect, précision. La messe est un moment sacré, les gestes ont un sens... » La prière est un travail d'orfèvre. J'admire cette exigence de sérieux et d'engagement. Je suis soufflé.

Ma vision cinématographique de la vie me fait voir le monde sous le signe de l'accident ; lui le voit sous celui de la perfection. Je passe ma vie à nourrir le monde de mes imperfections. Le samedi matin, je tourne souvent des petites vidéos avec ma webcam, des humeurs sans queue ni tête que j'enregistre au saut du lit, les cheveux défaits et le tee-shirt mal ajusté. Je les publie sur Internet et ça distrait quelques milliers de personnes, puis chacun poursuit sa route. De même, alors que j'aime tant écrire de longs textes et jouer avec les mots, je me contente des tweets et des statuts Facebook.

Eloge de l'à-peu-près, du rapide, du vite oublié. Cent quarante caractères qui n'en ont pas, ou si peu. Aucun effort là-dedans, rien de sacré. Bien entendu, dans ma vie professionnelle, c'est différent. Poussé par le groupe et les enjeux, les responsabilités, je vise cette quête de qualité presque sans y penser. Mais quand il s'agit de moi, seul avec ma peur... Frère H. a éclairé ma propension à fuir la beauté. Il s'investit dans l'effort avec la même énergie que je m'investis dans le laisser-aller.

Nous parlons encore de nos vies et j'ose une remarque : « Finalement, votre vie de moine n'est pas plus bête qu'une autre. Vous avez une PME, vous dormez sur place et profitez des pauses-café pour prier ! » Il rit de bon cœur. « Oui, c'est un peu plus que cela quand même... »
Je m'aime à nouveau

Je pourrais vous parler de mes réflexions sur le bonheur, de mes décisions existentielles, de mes amis SDF avec qui j'ai échangé quelques mots en secret, découvrant qu'ils arrivaient d'Anvers et se rendaient à Compostelle à pied, de ces deux étudiants venus le temps d'un week-end participer aux travaux des champs, de mes lectures, quatre livres en sept jours, de ma dernière cigarette au coucher du soleil, des cerisiers, de cette bibliothèque remplie d'ouvrages religieux. Je pourrais aussi vous parler de cette toile commencée en 2000 et que j'ai fini de peindre entre les promenades et les chants, de ces repas où l'on parle par signes pour se passer le sel, le vin ou le fromage. Je pourrais décrire chaque minute de cette semaine passée à Sept-Fons. Peut-être devrais-je poursuivre ce récit dans un livre...

Le mardi de mon départ, je rallume mon iPhone. Je me connecte sur Internet et apprends que Lille a battu le PSG, et DSK une femme de chambre. Back in business. Mais dans ma valise, la mort a rétréci, le sacré a pris sa place et je m'aime à nouveau. Certains y verront le signe de Dieu, je leur laisse cette interprétation de bon cœur. Quelques jours plus tard, le postier me dépose un colis. Frère H. m'envoie deux livres et un mot. Il pense à moi, prie pour moi, il veut que je n'oublie pas ces moments de grâce vécus chez eux. Je suis ému comme un enfant. Quelque chose me dit que je retournerai marcher dans les allées de Notre-Dame de Sept-Fons. Sans téléphone.
Prière et boutique en ligne

Fondée en 1132, l'abbaye trappiste de Sept-Fons, dans l'Allier, en Auvergne, accueille une soixantaine de moines, dont de jeunes novices. Ils y suivent la règle de saint Benoît : ora et labora, la prière et le travail. Ils vivent des produits de la ferme, du jardin et du verger, mais surtout de la fabrication de toute une gamme de produits naturels, dont ceux du Moulin de la Trappe. Pour vos commandes en ligne : www.dietetiques-confitures-s...

Cyrille de Lasteurie

A la tête de StoryCircus, société spécialisée dans la création de programmes digitaux, membre de la conférence TEDx Paris, on le connaît sur le Net sous le pseudo de Vinvin, en

raison de son blog « 20 sur 20 », et il est « suivi » par près de treize mille personnes sur Twitter. Il coprésente avec l'humoriste François Rollin l'émission « Le Grand Webze » sur France 5.



[Sénanque : l'abbaye et ses moines pendant la prière](#)
[Chant grégorien](#)

32 : Mener avec l'Esprit



Les principes suivants ont émergé de nombreuses années de travail avec des leaders du changement social dans le cadre du programme «Mener avec l'Esprit» (Leading with Spirit) de l'institut Satyana. Nous les offrons non comme des vérités définitives, mais plutôt comme des clés d'apprentissage et des indications qui, prises ensemble, composent une structure utile pour un «activisme spirituel».

1. Transformation de la motivation de la colère/peur/désespoir en compassion/amour/but. Ceci est un changement vital pour le mouvement de changement social d'aujourd'hui. Ce n'est pas nier la noble émotion d'une colère appropriée ou d'une indignation face à l'injustice sociale.

Cela implique plutôt un changement crucial d'un combat contre le mal vers un travail fait avec amour, et les résultats à long terme sont très différents, même si les activités extérieures semblent virtuellement identiques. L'Action suit l'Être, comme annonce le dicton Sufi. Ainsi «un futur positif ne peut émerger d'un esprit de peur et de désespoir» (Dalai Lama).

2. Non-attachement au résultat. Il est difficile de le mettre en pratique, pourtant dans la mesure où nous sommes attachés aux résultats de notre travail, nous nous élevons et nous chutons avec nos succès et nos échecs – un chemin sûr pour le surmenage. Gardez une intention claire, et lâchez les résultats – reconnaissant qu'une sagesse plus grande est toujours en oeuvre. Comme disait Gandhi, «C'est dans l'effort que l'on trouve la satisfaction et non dans la réussite. Un plein effort est une pleine victoire». Aussi, restez souples face à des circonstances changeantes. «Planifier est inestimable, mais les plans sont inutiles.» (Churchill)

3. L'intégrité est votre protection. Si votre travail a de l'intégrité, cela tendra à vous protéger des énergies et circonstances négatives. Vous pouvez souvent éviter l'énergie négative des autres en devenant «transparent» à celle-ci, lui permettant de vous passer à travers avec aucun effet défavorable sur vous. Ceci est une pratique de la conscience qui pourrait être appelée «aikido psychique».

4. Intégrité dans les moyens et les buts. L'intégrité dans les moyens cultive l'intégrité dans le fruit de son travail. Un but noble ne peut pas être accompli en utilisant des moyens ignobles.

5. Ne transformez pas vos adversaires en démons. Cela les rend encore plus sur la défensive et moins réceptifs à vos avis. Les gens répondent à l'arrogance avec leur propre arrogance, créant une polarisation rigide. Soyez un perpétuel apprenant, et sachez défier constamment vos propres points de vue.

6. Vous êtes unique. Trouvez et réalisez votre véritable vocation. «Il est préférable de fouler votre propre chemin, aussi humble soit-il, que celui d'un autre, aussi couronné de succès soit-il.» (Bhagavad Gita)

7. Aimez vos ennemis. Ou au moins, ayez de la compassion pour eux. C'est un défi vital pour notre époque. Cela ne veut pas dire de l'indulgence mensongère ou de la corruption. Cela signifie de passer de la pensée «nous/eux» à la conscience du «nous», de la séparation à la coopération, reconnaissant que nous les êtres humains sommes en fin de compte bien plus similaires que nous sommes différents. C'est encore plus ambitieux dans des situations avec des gens qui ont des vues radicalement opposées aux vôtres. Soyez durs face aux problèmes, doux avec les gens.

8. Votre travail est pour le monde, pas pour vous. En faisant un travail de service, vous travaillez pour les autres. La pleine récolte de votre travail ne prendra peut-être pas place lors de votre vivant, pourtant vos efforts actuels rendent possible une meilleure vie pour les prochaines générations. Laissez votre épanouissement venir de la gratitude d'avoir été appelé pour faire ce travail, et de votre capacité de le faire avec autant de compassion, d'authenticité, de courage et de pardon que vous pouvez rassembler.

9. Un service désintéressé est un mythe. En servant les autres, vous servez votre véritable personnalité. «C'est dans le don que l'on reçoit.» Nous sommes soutenus par ceux que nous servons, comme nous sommes bénis lorsque nous pardonnons autrui. Comme le dit Gandhi, la pratique de la satyagraha («l'étreinte de la vérité») confère un «pouvoir universel et sans égal» à ceux qui l'exercent. L'acte accompli dans le service illumine l'intérêt personnel, car il cultive un sens de soi élargi qui inclut tous les autres.

10. Ne vous isolez pas de la douleur du monde. Se protéger du chagrin empêche la transformation. Laissez votre cœur grand ouvert, et apprenez à vous déplacer dans le monde avec un cœur brisé. Comme le dit Gibran, «votre douleur est la potion amère avec laquelle le médecin en vous guérit votre moi malade.» Quand nous nous ouvrons à la douleur du monde, nous devenons la potion qui soigne le monde. C'est ce que Gandhi a compris profondément dans ses principes d'ahimsa et satyagraha. Un cœur brisé devient un cœur ouvert, et la véritable transformation commence.

11. Vous devenez ce à quoi vous prêtez de l'attention. Votre essence est malléable, et au bout du compte vous devenez ce sur quoi vous avez le plus profondément concentré votre attention. Vous récoltez ce que vous avez semé, alors choisissez vos actions avec soin. Si vous vous engagez constamment dans des batailles, vous devenez vous-même assiégé. Si vous donnez constamment de l'amour, vous devenez l'amour lui-même.

12. Reposez vous sur la foi, et détachez-vous du besoin de tout comprendre. Vous pouvez croire complètement en l'action des forces «divines» qui nous dépassent, sans connaître leurs actions avec précision ou leurs agendas. La foi signifie croire en l'inconnu et s'offrir comme un véhicule pour la bienveillance intrinsèque du cosmos. «Le premier pas vers la sagesse est le silence. Le second est l'écoute.» Si vous le demandez réellement en votre for intérieur et tendez l'oreille pour des conseils, et ensuite les suivez attentivement – vous travaillez en accord avec ces forces plus grandes, et vous devenez l'instrument de leur musique.

13. L'amour créé la forme. Et pas dans l'autre sens. Le cœur traverse l'abîme que l'esprit créé, et opère à des profondeurs inconnues de l'esprit. Ne vous faites pas piéger par le «pessimisme concernant la nature humaine qui ne serait pas équilibré par un optimisme concernant la nature divine, ou vous fermerez les yeux sur le remède par la grâce» (Martin Luther King). Insufflez l'amour issu de votre cœur dans votre travail et vous ne pourrez échouer, même si vos rêves

peuvent se manifester de façons différentes de ce que vous imaginez.



[Satyagraha](#)
[Gandhi](#)



Qui sommes nous ?

Créée en Juin 1996, sous l'impulsion de Michel Giran, ADOME a réalisé de nombreux produits multimédias autour du développement durable [Cdroms, livres, sites Internet] et organisé des événements autour de l'utilisation des Technologies de l'Information et de la Communication pour le Développement Durable.



Membre du Collectif des ONGs françaises au Sommet Mondial du Développement Durable de Johannesburg en 2002, du Comité 21, de l'Alliance des ONGs pour la Planète..., ADOME s'insère dans un vaste réseau de partenaires** et a toujours eu à coeur de relier ses divers projets autour de l'internet et du multimédia à la réalité de tous ces acteurs de terrain du développement durable avec lesquels elle est en relation quasi quotidiennes.

Son implication dans le monde des ONGs a pour but de sensibiliser le public à tous les enjeux du développement durable en lui proposant de s'informer sur ceux ci à travers son site web et les autres outils d'information qu'elle prépare.

Tout son historique sur : www.ecoaction21.fr/Historique.html

Parmi les réalisations d'ADOME : www.planetecologie.org qui, entre Juin 2001 et Janvier 2008... attirait environ 3 500 visiteurs uniques par jour... avant qu'elle ne passe à la suite de planetecologie : Ecobase 21

La suite d'ADOME... c'est un réseau d'une centaine de personnes et structures expertes dans diverses thématiques développement durable - www.ecoaction21.fr - rencontrées durant ses 15 ans d'existence et prêtes à l'aider dans sa mutation vers un [réseau de compétences et de projets](#).



**

Par esprit de dérision devant l'ampleur de la tâche, par modestie, pour faire un peu sourire ces spécialistes des catastrophes à venir que nous sommes et que vous êtes probablement :

- fréquenté par de nombreux spécialistes des diverses thématiques développement durable
- doté d'un fonds de dotation qui vous permet de soutenir nos projets tout en défiscalisant vos dons.

Ce réseau d'environ 120 personnes s'est autoproclamé « Nains de Jardin pour la planète »®



Nos réalisations

Dans le passé

<http://www.planetecologie.org> : La première encyclopédie du Développement Durable en ligne : En ligne depuis le 15 Juin 2001, Planèteécologie accueillait environ 3500 visiteurs par jour qui restaient environ 8 pages pas visite. Planèteécologie est maintenant abandonné au profit de www.ecobase21.net

<http://www.solartis.fr> : Société pour la promotion de bateaux à propulsion solaire

<http://www.fairwings.org> : Association pour la promotion du tourisme solidaire au Népal

<http://www.cfie.net> : Centre Français d'informations sur les entreprises

<http://www.enda-europe.org>, : Enda

<http://www.lalliance.fr> de l'Alliance des ONGs pour la Planète

Depuis 2009



www.ecobase21.net : Ecobase 21 est un moteur de recherche du Développement Durable : Au 15 Février 2012 : 670 fiches étaient terminées qui représentent 120 000 liens externes, 5 000 vidéos, 6 000 bons exemples et bonnes pratiques... sur toutes les thématiques développement durable....

L'originalité d'Ecobase 21 est de tenir compte de la complexité des thématiques développement durable ...qui ne séparent pas les sujets traités en une multitude de petites cases : les sujets écosystèmes biodiversité , diversité biologique , IUCN , WWF , Liste rouge , CITES ...etc...ont un lien de sens avec les thème "espèces menacées"

Ecobase 21 a été conçu de telle sorte que divers apporteurs de contenus , puissent , dans le futur contribuer à des mises à jour et à l'évolution de son contenu

Ecobase 21 est entièrement interopérable avec les sites web , bases de données etc...qui se mettent en place dans diverses disciplines autour de cette notion de développement durable

Ecobase 21 est compatible avec tous les outils de formations en ligne qui se développent dans le domaine de l'éducation nationale , et de la formation continue ..qui pourront donc , moyennant paiement , venir piocher de l'information sur Ecobase 21 pour illustrer leurs propos

Pionnier et actuellement seul moteur de recherche français sur le développement durable utilisant les technologies du web sémantique , Ecobase 21 n'en cherche pas moins des financements pour mettre en place des améliorations :

<http://www.ecobase21.net/Dossierecobase21/Dossierecobase21.html>



Nos projets en cours

Rio + 20 : Très impliqués dans les préparations du prochain Sommet « Rio + 20 » ...nous avons créé il y a un an ...un site web www.rioplusvingt.orgqui sort en premier résultat actuellement si vous tapez Rio + 20 sur Google ...Il est destiné à mettre en évidence les initiatives de la société civile qui auront du mal à se faire entendre lors de ce Sommet ..

Tendrel 21 : Nous portons avec divers acteurs le projet d'organiser à Rio un side event pour présenter notre projet «Tendrel 21 » d'un site web international visant à référencer toutes les initiatives des acteurs du changement dans le monde ...

Ecodébats : Nous terminons avant la fin Avril 2012 ...un site web qui se nommera Ecodébats ...mixte entre www.eyedo.com et www.ecobase21.net qui devrait permettre d'organiser en ligne des débats [argumentés avec des contenus Ecobase 21] sur les questions du développement durable ..

Notre News La Terre [<http://www.ecobase21.net/Newslaterre/Newslaterre.html>] est actuellement envoyée 1 ou 2 fois / mois à environ 150 000 emails



Vous avez envie de contribuer ?

Vous avez envie de contribuer

- En nous envoyant un article , une histoire ...de la même veine que ces « Clins d'oeil vitamines » ...Nous la publierons pour les éditions suivantes en vous citant avec votre email et un renvoi vers votre site web ..
- En diffusant ceci sur vos réseaux sociaux

**Bravo ..c'est fait pour ça !
Cordialement**



Michel Giran
ADOME 5 Rue des
immeubles industriels
75011 Paris
Tel : 01 43 72 92 61
Email : mgiran@yahoo.fr
Skype : lecoloduouaibe