

5^{ème} compte-rendu de l'association A Ciel Ouvert Maurienne
Mardi 9 février 2015

La 5^{ème} rencontre de l'Association A Ciel Ouvert Maurienne a réuni 7 personnes autour des articles 8 & 9 de la Charte de l'Europe des Consciences. Les échanges, réflexions et moments de méditation ont animé cette assemblée plus restreinte que lors des séances précédentes (Vacances scolaires, changement de salle, ...).

Nous avons évoqué la nécessité de changer la domiciliation du siège social de l'association afin d'obtenir la gratuité des salles communales pour nos rencontres.

Conformément à l'article 5 des Statuts d'ACOM, le siège social de l'Association A Ciel Ouvert Maurienne domicilié actuellement à Fontcouverte-La Toussuire, chez Hélène Abate et Gérard Bonnardot - secrétaire et trésorier-, a été transféré sur simple décision du Bureau au domicile du Président de l'Association, Jean-Marc Thiabaud, à La Martigna Villardjarrier 73300 St-Jean de Maurienne. L'adresse de gestion demeure à Fontcouverte-La Toussuire.

La soirée s'est achevée autour des laddous et boissons chaudes ; Jean qui a pris congé au cours de nos échanges n'a pas participé à ce moment convivial ... Dommage ...

&

Jean-Marc a profité de l'occasion offerte par cet article 8 pour évoquer une femme remarquable, [Marie Balmory](#), qui conduit une recherche de qualité susceptible de nous intéresser. Elle a notamment travaillé sur cette « nécessité d'une déclaration des devoirs de l'homme ... » dans son ouvrage « *Abel ou la traversée de l'Eden* » (Grasset, 1999). Et elle a constaté qu'un devoir-racine est déjà établi à sa place, bien en évidence, dans l'article 1 de la Déclaration universelle des droits de l'homme de 1948 :

*« Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits, Ils sont doués de raison et de conscience et **doivent** agir les uns envers les autres dans un **esprit de fraternité**. »*

Mais, après ce constat, elle se pose immédiatement les questions suivantes : « *La fraternité, seul devoir parmi nos droits, cette fraternité, dernier vœu de la devise française, en avons-nous les moyens ? Connaissons-nous les voies pour atteindre ce bonheur ? Et même, plus radicalement, notre culture n'a-t-elle pas construit une autre image de l'homme, image dans laquelle la fraternité n'a, en fait, plus sa place ?* »

Ceux qui sont intéressés par les réponses iront lire ce livre qu'il est impossible de résumer. En effet Marie Balmory associe généreusement le lecteur à sa démarche de recherche, l'invite à tester ses hypothèses, à partager ses doutes, ses reculs et ses avancées. D'où une lecture assez difficile, mais très enrichissante. Le plus simple consiste sans doute à aborder cette œuvre par un essai « romancé » intitulé « *Le moine et la psychanalyste* », paru chez Albin Michel en 2005.

Dans cette recherche, elle croise le chemin d'un Alexis de Tocqueville qui a dénoncé il y a déjà bien des années l'impasse d'un Etat-providence qui « ... *empêche de naître* ». Pour elle il n'y a pas d'accès possible à cette indispensable fraternité sans une « nouvelle naissance », un « éveil », ... (trouvez le mot ou l'expression qui vous convient le mieux) qui nous permette d'être, de parler et d'agir en notre nom propre, « Je » véritable connecté au Soi, « Je Suis », ... « *Fraternels, nés d'esprit* », est une expression de la dernière page du livre (« *Abel ...* »). Il me semble que notre travail au sein d'ACOM s'inscrit assez bien dans cette démarche.

Les articles 8 & 9 nous ont permis d'aborder les valeurs de « *devoirs* », « *liberté* », « *ascèse* », « *discipline* », « *prévention* », « *conscience du long terme* » pour les confronter à nos questionnements concernant la manière d'intégrer ces concepts dans nos vies quotidiennes ...

Comment ces valeurs qui fondent l'humain sont-elles incarnées dans la société et chez chacun d'entre nous ? A quels écueils se heurtent-elles dans nos sociétés modernes et nos modes de vie ? Des éléments de réponse ont été apportés lors de nos échanges : ces réponses résonnent encore des réflexions issues de nos rencontres précédentes, comme si les articles de la Charte dans la diversité de leurs thèmes convergeaient en écho dans le centre de notre conscience pour en faciliter l'intégration et l'assimilation ...

8 - Considérer la nécessité d'une "Déclaration des devoirs de l'homme envers lui-même, ses frères du monde, la nature et la Terre"

La Déclaration des droits de l'homme a été conçue pour protéger le faible du fort. Mais, insidieusement, elle a renforcé chez tous l'égoïsme et l'envie, au détriment du don de soi et de l'esprit de service. L'homme, devenu trop conscient de ses droits, en a oublié ses devoirs. Il doit reprendre conscience de son rôle, de sa fonction et de sa responsabilité dans le maintien de l'harmonie dans la société et sur la Terre.

1° courte méditation assise, après avoir mis en place les points d'appui des sensations du corps (socle stable, lourd, dense - dos droit, nuque longue – visage, cou, épaules, bras détendus – position des mains), d'une respiration ample et libre, d'un mental apaisé et vigilant ; puis la présence d'une conscience sans objet (l'écran derrière le film) qui accueille inconditionnellement tout ce qui se présente, sans refuser ni alimenter quoi que ce soit.

Juste une réflexion en lien avec le point n° 8 :

Dans cette posture « *qui exclut l'imposture* », quelle est notre véritable – et sans doute primordial - «**devoir envers nous-même**» ?

N'est-ce pas de reconnaître – d'abord et avant tout - notre « *dimension spirituelle* » (article 1), notre dimension « *intérieure ... négligée et laissée en friche* » (article 16), d' « *assumer la responsabilité de notre dignité et de notre grandeur* » (article 7) ... ? N'est-ce pas de rompre énergiquement et résolument avec ce statut de chose, d'objet marchand interchangeable, que la société dans son plus mauvais aspect essaye de nous imposer ? N'est-ce pas de se dégager de toutes ces **identifications** périphériques pour revenir à ce Centre le plus intime qui seul constitue notre véritable **identité** ?

Ce travail de retour à soi & au Soi (trouvez l'expression qui vous convient le mieux) existe depuis les temps les plus anciens et il n'a jamais été facile. Il n'a peut-être jamais été aussi difficile que dans notre société actuelle, sursaturée d'informations, de distractions, de dispersions. Mais il n'a sans doute jamais été aussi nécessaire ... aussi bien individuellement que collectivement.

Encore une fois, la méditation est rigoureusement l'inverse de la recherche d'une « *planque ultime* » (Yvan Amar). La sagesse cultivée par le méditant rejaillit – naturellement, d'une manière ou d'une autre - en fraternité envers « *ses frères du monde et la nature* ».

La différence de nature entre l'identité centrale et les identifications périphériques est totale, absolue. Et pourtant, paradoxalement, la non-dualité entre l'identité centrale et les identifications périphériques est parfaite. Sommes-nous en mesure de percevoir une frontière entre centre et périphérie ?

L'ego n'est peut-être que cette frontière, imaginaire mais coriace, que la méditation se propose d'effacer.

Tâchons de rester en contact avec cette véritable identité tout au long de nos échanges.

&

[La Déclaration universelle des Droits de l'Homme \(1948\)](#) est un texte qui rappelle avec justesse et équité les **droits fondamentaux** auxquels doit prétendre tout être humain. Droits encore bafoués dans le monde à des degrés divers, en Orient comme en Occident, en temps de guerre comme en temps de paix.

La valeur d'une personne humaine se définit-elle seulement par le **droit inaliénable** de vivre à l'abri du besoin, de l'oppression et de développer pleinement sa personnalité ?

Les 30 articles de la Déclaration des droits de l'homme décrivent la nature des libertés et droits fondamentaux inhérents à l'être humain ; un seul article –art. 29 – dans ses premières lignes, évoque les **devoirs** de l'individu « *envers la communauté dans laquelle seul le libre et plein développement de sa personnalité est possible* ».

Peut-être la difficulté de faire respecter les droits de l'homme peut-elle s'expliquer en partie par la dissymétrie de cette Déclaration Universelle ... emblématique de la dissymétrie de l'être humain davantage centré sur ses droits que sur ses devoirs ...

C'est que la notion de « Devoirs » est appréhendée par l'être humain de façon contraignante, depuis qu'il a l'âge d'aller à l'école – *Fais tes devoirs !* -, en passant par l'adolescence - où le désir de liberté prévaut à toute soumission au « *Tu dois* » ou « *Il faut* » – jusqu'à l'âge adulte où le *Devoir* s'identifie à des considérations familiales et morales– *devoir conjugal, les devoirs du mariage ...*- des actes civiques – *voter, respecter autrui ...* – et obligations juridiques – *respect de la loi, instruction obligatoire de 6 à 16 ans, payer les impôts ...* -.

N'y aurait-il pas dans le Devoir une dimension plus profonde que ces définitions, certes utiles pour certaines d'entre elles et désuètes pour d'autres, mais périphériques au regard du centre de notre nature essentielle ?

Portons notre réflexion à partir de ce centre et ressentons comment ce mot Devoir résonne en nous : se réduit-il toujours à une contrainte ou nous porte-t-il irréversiblement vers l'appel de notre être profond ?

L'acception du mot devoir perd alors sa forme contraignante pour retrouver son sens originel d'obligation : **obligation de se consacrer à Cela qui appelle en nous afin d'honorer la véritable grandeur de notre Être ...**

*« Il oblige à ce qui est
Il oblige à soi,
Il oblige à cette absolue sincérité,
A cette absolue simplicité.
Il oblige à ce que nous sommes vraiment. »*

Yvan Amar évoquait dans ces aphorismes l'enseignement. Ce n'est pas trahir sa pensée que d'appliquer ses vers au Devoir

Cette compréhension du Devoir peut être traduite par le mot sanskrit polysémique *Dharma* dont l'un des sens désigne le support de l'ascèse qui permet de répondre à la vocation de notre nature véritable.

L'ascèse – *sadhana*, en sanskrit – signifie la pratique d'une discipline spirituelle favorisant ce cheminement vers le Soi.

La discipline – *tapas* - est le passage obligé qui s'impose naturellement, régulièrement, sans contrainte ou maîtrise excessive à celui qui s'engage avec confiance dans ce processus expérientiel de (re)découverte de Soi. La méditation est l'un des jalons de cette voie librement consentie.

« La méditation est l'intimité avec ce qui est là, intimité qui est de moins en moins une obstruction, une entrave, intimité qui finit par se confondre avec ce qui est là, avec la mouvance de vie ».

Yvan Amar

Ainsi, en retrouvant la juste symétrie entre droits et devoirs, l'être humain acquiert l'équilibre intérieur et participe à l'équilibre du monde. En dépassant cette symétrie, il coopère inconditionnellement au flux de la Vie en lui et dans le monde

Les générations présentes ont le devoir d'assurer le respect des droits de l'humanité, comme celui de l'ensemble des espèces vivantes. Le respect des droits de l'humanité et de l'homme, qui sont indissociables, s'appliquent à l'égard des générations successives.

[Déclaration des Droits de l'Humanité, art. XI](#)

9 - S'investir davantage dans la prévention des problèmes que dans leur guérison - agir dans la conscience du long terme

Maintenir les choses dans la cohérence et l'harmonie en anticipant les problèmes est beaucoup plus juste que résoudre ceux-ci après avoir été négligent. De même, c'est la conscience du long terme qui doit guider nos actes. Il n'est pas responsable de satisfaire sans frein ses désirs - pour un individu comme pour une collectivité - sans se soucier du lendemain. L'électoratisme politique pousse en sens contraire : préférence pour l'acte de guérison aux effets plus visibles, et actions commandées par les intérêts du court terme, l'espace d'une échéance électorale.

2° courte méditation assise, après avoir mis en place les points d'appui des sensations du corps (socle stable, lourd, dense - dos droit, nuque longue – visage, cou, épaules, bras détendus – position des mains), d'une respiration ample et libre, d'un mental apaisé et vigilant ; puis la présence d'une conscience sans objet (l'écran support du film) qui accueille inconditionnellement tout ce qui se présente, sans refuser ni alimenter quoi que ce soit.

Impossible de rester en périphérie pour aborder ce point n° 9 (comme pour aborder avec profit la plupart des autres points !). La méditation nous propose justement de nous situer tout en amont des problèmes, à la « *Source toujours pure* » (formulation zen, mais c'est une image très largement utilisée par la plupart des traditions. C'est, par exemple, « l'eau » très particulière du puits de Jacob où Jésus et la Samaritaine se rencontrent et dialoguent. Jean 4, 5-15)

La méditation nous propose aussi de nous situer en amont du temps ... Le temps se trouve là-bas en périphérie, là où se trouvent des choses qui changent et dont il est possible de mesurer le changement : du sable qui descend dans un sablier, de l'eau qui s'écoule dans une clepsydre, ... la fréquence vibratoire d'un atome dans une horloge atomique ... Ici au Centre, il n'y a rien à mesurer, et donc pas de temps. C'est sans doute la meilleure position pour laisser advenir une action juste, respectueuse des grands équilibres de long terme.

La méditation nous propose enfin de faire tout notre possible pour nous dégager de la « *négligence* ». Votre expérience vous permet déjà de savoir à quel point cette « immobilité silencieuse » est soigneusement mise en place : posture physique, respiration, circulation du souffle & énergie, attention & détente mentale, ... Rien n'est « négligé » pour permettre le lâcher-prise, pour permettre que l'ego cède la place en confiance à plus vaste et plus « intelligent » que lui.

Apprécions la dignité de notre démarche de rassemblement soigneux du corps & mental en vue d'un **lâcher-prise**, conscient et confiant, dans ce Centre, mystérieux & évident, au plus intime de nous-mêmes. La compréhension et la mise en œuvre d'une véritable guérison, individuelle & sociale, est à ce prix.

Tâchons de rester dans le soin apporté à notre grandeur & dignité tout au long de nos échanges.

&

4

acielouvertmaurienne@gmail.com

L'article 9 nous rappelle que la prévention vaut mieux que la guérison et que l'intelligence et la clairvoyance humaines ne peuvent s'inscrire que dans la conscience du temps long : tout observateur avisé et objectif reconnaîtra que ces 2 qualités sont loin d'être prégnantes dans nos sociétés modernes : le « malaise » social et le « mal-être » individuel qui minent sociétés et individus seraient-ils symptomatiques de cette « négligence » qui se manifeste par le manquement au devoir de prendre soin de soi et des autres et par l'ignorance des rythmes inhérents au vivant ? Avons-nous oublié la valeur de la vie pour ne s'en souvenir que lorsqu'il est déjà peut-être trop tard ? Respecter la Vie et en prendre soin, c'est respecter le temps linéaire qui rythme tout organisme vivant depuis sa naissance jusqu'à sa mort ; c'est aussi comprendre ou pressentir que la Vie déborde de cette temporalité limitée pour s'inscrire dans le non temps de la Conscience....

«*Mieux vaut prévenir que guérir* » : cette formule emplie de bon sens comme le sont la plupart des dictons, nous rappelle que la prévention est une condition de santé individuelle et sociale. Toute posture préventive qui vise le maintien de l'équilibre, de la cohérence et de l'harmonie est une posture respectueuse du vivant : la prévention s'applique en 1^{er} lieu au domaine de la santé.

Les médecines alternatives – médecine traditionnelle chinoise, Ayurvéda, naturopathie, phytothérapie...- s'inscrivent dans cette approche préventive : elles stimulent la conscience du potentiel de guérison de chaque être humain et proposent un style de vie, des règles hygiéno-diététiques qui favorisent l'équilibre physiologique, psycho-émotionnel, mental et spirituel.

La médecine intégrative est une médecine qui intègre à la fois le corps et l'esprit, médecine conventionnelle et médecine alternative ; elle consiste à « *inciter à la prévention en rappelant à chacun l'immense potentiel qui réside en chaque être humain, apprendre à respecter le fragile équilibre du corps et de l'esprit, responsabiliser les individus face à leur santé, et ce depuis le plus jeune âge* ». Thierry Jansen.

Au niveau sociétal, diverses politiques de santé publiques préventives* se sont mises en place. Encore faut-il qu'elles soient pertinentes en servant l'intérêt du plus grand nombre et non pas l'intérêt de lobbies agro-alimentaires - les différentes campagnes organisées par les firmes agro-alimentaires et les lobbies du lait - ou pharmaceutiques - les campagnes de vaccinations à outrance – H1N1, papillomavirus, les vaccins hexavalents.... - .

De la même façon, différents plans sociaux ont tenté de cerner la prévention de la délinquance, des risques psycho-sociaux, naturels, professionnels...

Il est aussi nécessaire de rester vigilant devant la dérive potentielle de postures politiques préventives, prétexte aux discours prédictifs et aux politiques sécuritaires qui ne servent plus l'humain, mais des objectifs électoraux – échéance présidentielle 2017 - et des lobbies infiltrés dans les cercles politiques.

En effet, la prévention excessive et les discours sécuritaires visent-ils vraiment la paix du peuple – *pax populi* – ? N'incarnent-ils pas aussi une posture stratégique du politique qui va amplifier les discours de peur pour ensuite pouvoir se positionner en sauveur et protecteur du citoyen timoré et davantage l'avoir sous sa coupe ?

* La notion de prévention décrit l'ensemble des actions, des attitudes et comportements qui tendent à éviter la survenue de maladies ou de traumatismes ou à maintenir et à améliorer la santé.

Il convient de distinguer :

- La prévention dite de "protection" qui est avant tout une prévention "de", ou "contre", laquelle se rapporte à la défense contre des agents ou des risques identifiés.
- La prévention dite "positive" voire universelle, du sujet ou de la population, sans référence à un risque précis, qui renvoie à l'idée de "promotion de la santé". (Selon le "Traité de Santé Publique" chapitre 15 : Prévention et promotion de la santé de François BOUR-DILLON, Gilles BRUCKER, Didier TABUTEAU édition Médecine-Sciences Flammarion)

Ces questions méritent d'être posées dans un contexte socio-politique où l'état d'urgence déclaré peut être considéré comme une entrave aux libertés individuelles, où la criminalisation récurrente des pathologies mentales conduit à la pénalisation de la folie avec la création de l'hôpital-prison, où l'on va chercher à détecter chez l'enfant en maternelle les signes précurseurs du délinquant ou criminel potentiel, où l'excès de prévention visant le risque zéro peut conduire à une sécurisation excessive et donc à la déresponsabilisation de l'individu ; c'est-à-dire à un résultat totalement contraire à celui recherché par des politiques préventives conçues peut-être de bonne foi, pour certaines d'entre elles ...

« La protection des hommes contre la peur et la terreur n'implique pas la suppression du risque ; elle implique au contraire la présence permanente d'une certaine quantité de risque dans tous les aspects de la vie sociale ; car l'absence de risque affaiblit le courage au point de laisser l'âme, le cas échéant, sans la moindre protection intérieure contre la peur. Il faut seulement que le risque se présente dans des conditions telles qu'il ne se transforme pas en sentiment de fatalité ».

« Nous avons aussi appris que la plus grande mutilation que l'on puisse faire à l'homme, c'est de le priver de toute insécurité. L'insécurité nous a forcés à tirer de nous-mêmes des richesses que nous ne soupçonnions pas : imagination, créativité, résistance physique et psychique, victoire sur les privations de toutes sortes, les inconforts ».

Pierre Rabhi

Simone Weil

« Nous devons accepter notre existence aussi loin qu'elle puisse aller ; tout même l'inouï, doit y être possible. C'est là, au fond, le seul courage que l'on exige de nous : être assez courageux pour accueillir ce qui peut venir à notre rencontre de plus étrange, de plus extravagant, de plus inexplicable. (...)

Mais la peur de l'inexplicable n'a pas seulement appauvri l'existence de l'individu, elle a aussi confiné les relations d'être humain à être humain, les a en quelques sorte tiré du lit d'un fleuve d'innombrables possibilités pour les laisser sur une friche de la grève à laquelle rien n'advient. Car cela n'est pas dû à la seule paresse, si les rapports entre les humains se répètent d'un cas à un autre avec la même indicible monotonie, dans une absence totale de renouvellement, cela est dû à la crainte de tout vécu nouveau, imprévisible, qu'on ne se croit pas de taille à affronter.

Or seul celui qui s'attend à tout, qui n'exclut rien, pas même ce qu'il y a de plus énigmatique, vivra sa relation à l'autre comme quelque chose de vivant et, de son côté, épuisera sa propre existence. Car si nous nous représentons cette existence de l'individu comme un espace plus ou moins grand, il apparaît que la plupart ne connaissent qu'un petit coin de leur espace, une place près de la fenêtre, une étroite bande de sol où ils font les cent pas. Cela leur donne une certaine sécurité ».

Rainer Maria Rilke

Depuis la périphérie de cette analyse socio-politique de la prévention, revenons tranquillement au centre de notre nature, dans cet espace ouvert qui ne connaît pas la peur et ne cède pas au clivage de discours sécuritaires, dans ce lieu où le rythme du cœur bat en synchronicité avec le rythme du monde, dans ce point de jonction où le temps diachronique et le temps synchronique se rejoignent, dans ce Centre de l'éternel présent – *nityam*, en sanskrit -, source de la Santé parfaite, telle qu'elle est définie par le mot sanskrit – *Svasta*- qui signifie être ancré dans le Soi.....

« Nous vivons en disharmonie avec notre pulsion cardiaque qui nous dit : « Tranquille, tranquille... ». L'intelligence de la vie a mis en nous une cadence que la vitesse a changée. Parce que nous ne voulons pas renoncer à la frénésie, nous nous dotons d'instruments supplémentaires pour la supporter. Et nous voici prolongés de téléphones et d'ordinateurs portables, appendices censés nous faciliter les choses, eux qui nous tiennent par le nombre fou de messages à traiter ou par leur incessante obsolescence. Car nous sommes dans le mythe d'un toujours plus indéfini, sans jamais pouvoir atteindre une satisfaction que nous plaçons de plus en plus haut ».

Pierre Rabhi

Lorsque la disjonction entre les rythmes de la société de consommation et les rythmes de la nature advient, perdue et s'amplifie, le point de rupture n'est pas loin ... Lorsque les rythmes sociaux contreviennent aux rythmes biologiques, s'installe le chaos chronobiologique ... Stress, burn-out, épuisement sont les symptômes de cette dissociation entre le temps court imposé par nos sociétés modernes et le temps long nécessaire à la maturation physiologique et au déploiement de la conscience humaine.

Le cerveau, support physiologique de la conscience et de la pensée est incapable de s'inscrire dans le temps court et n'est pas programmé pour effectuer plusieurs actions à la fois : la croyance au *multitasking* - multitâche- est une imposture qui ne sert que les partisans de la rentabilité et de la compétitivité. Le *multitasking* s'applique au domaine informatique et non à l'humain.

L'accélération technologique, des transports, de la communication – qui se dépouille de sa qualité informationnelle- est la marque de fabrique des sociétés modernes fondées désormais sur la vitesse, l'immédiateté, le court-terme : *fast-food* et *speed dating* sont ces produits dérivés de la société de consommation.

« Nous avons mieux à faire de la vie que d'en accélérer le rythme », constatait justement **Gandhi**.

Comment de telles sociétés basées sur l'accélération croissante et le court-termisme peuvent-elles être encore compatibles avec l'humain qui, aspiré dans le vortex de la modernité, peut perdre conscience de qui il est ?

« Quand les choses se passent trop vite, personne ne peut être sûr de rien, de rien du tout, même pas de soi-même ».

Milan Kundera

Peut-il encore exister un point de rencontre entre valeurs sociétales et valeurs humaines ? Entre simplification et complexité, superficialité et profondeur, performance et créativité, amalgame et réflexion, obsolescence et durabilité, réactivité émotionnelle et action intelligente, mensonge et vérité, voyeurisme sensationnel et analyse réfléchie, temps court de la finance et temps long de l'économie véritable, traitement des symptômes et recherche des causes racines ?...

L'antagonisme radical de ces valeurs semble définitivement conduire au point de rupture évoqué plus haut ... à moins que la capacité de résistance des individus face à la phagocytose marchande soit sous-estimée et que chacun dans un sursaut de force vitale et de conscience éclairée parvienne à se réapproprier sa dignité d'homme et retrouver la mémoire de ses origines : répondre à sa vocation de grandeur et dignité tout en se souvenant du continuum biologique et transgénérationnel dont il fait partie, place l'homme au croisement d'une temporalité qui à la fois échappe au temps et l'enracine aussi dans la longue histoire du vivant ...

« **Le déracinement** est de loin la plus dangereuse maladie des sociétés humaines, car il se multiplie lui-même. Des êtres vraiment déracinés n'ont guère que deux comportements possibles : ou ils tombent dans une inertie de l'âme presque équivalente à la mort, comme la plupart des esclaves au temps de l'Empire Romain, ou ils se jettent dans une activité tendant toujours à déraciner, souvent par les méthodes les plus violentes, ceux qui ne le sont pas encore ou ne le sont qu'en partie. »

Simone Weil

« On ne saisit la portée des enjeux planétaires actuels qu'en sortant de la simplification et de l'immédiateté où nous confirment les médias. Il faut retrouver les sens de la durée, du complexe, du global et du progressif ».

Michel Rocard, député européen.

« La lenteur n'est pas la marque d'un esprit dépourvu d'agilité ou d'un tempérament flegmatique. Elle peut signifier que chacune de nos actions importe, que nous ne devons pas l'entreprendre à la hâte avec le souci de nous en débarrasser ».

Pierre Sansot

&

Éléments de bibliographie subjective :

- « *Abel ou la traversée de l'Eden* », Marie Balmary (Grasset, 1999).
- « *Le moine et la psychanalyste* », Marie Balmary (Albin Michel, 2005).
- *Le culte de l'urgence : La société malade du temps*, Nicole Aubert (Auteur)
- *Accélération. Une critique sociale du temps*, Hartmut Rosa
- *Invitation à la lenteur*, Monique Neubourg
- *Du bon usage de la lenteur*, Pierre Sansot
- *La lenteur*, Milan Kundera
- *Le grand accélérateur* », Paul Virilio