



Programme annuel 2022

LA CONSCIENCE UNIFIÉE : UN ESPRIT, UN COEUR

4^{ème} conférence :

Comment la méditation et les méditants peuvent-ils contribuer à un monde plus humain

Herman VAN ROMPUY

Les questions auxquelles je vais essayer de répondre sont les suivantes :

1. Comment la méditation peut-elle contribuer à un monde meilleur ?
2. Dans quelle mesure la méditation est-elle une réponse aux besoins de notre époque ?
3. Comment pouvons-nous mettre plus d'harmonie entre notre monde intérieur et extérieur ?

Tout d'abord, nous devons définir quels sont les problèmes de notre époque. J'insiste sur le fait que je le fais depuis mon univers d'Europe occidentale, et par quelqu'un qui approche 75 ans.

La caractéristique principale des dernières décennies, pour beaucoup, est l'incertitude et la peur. D'où cela vient-il ? Il y a des raisons objectives de penser que ce pourrait être tout le contraire. Jamais auparavant n'avons-nous connu une paix de plus de 70 ans ; presque personne n'est nostalgique des empires du passé, et certainement pas prêt à se battre ou à mourir pour les retrouver. Jamais la prospérité n'a été aussi élevée pour un si grand nombre, jamais la protection sociale n'a été aussi bien organisée.

Je sais que des problèmes de pauvreté subsistent et que les revenus et la protection sociale sont inégalement répartis ; mais beaucoup moins qu'avant 1945 et beaucoup moins que dans les autres pays occidentaux. Nous vivons plus longtemps et avec beaucoup plus de confort. Nous luttons contre les épidémies beaucoup plus efficacement qu'il y a 100 ans ; nous sommes en moyenne beaucoup mieux logés et nous voyageons facilement et à bon marché vers d'autres régions, pays et continents.

Nous sommes mieux et plus rapidement informés dans tous les domaines. Les filles et les garçons sont mieux éduqués. Nous travaillons deux fois moins longtemps qu'il y a 100 ans. Les minorités de toutes sortes sont protégées et les discriminations sont combattues. Les gens sont beaucoup plus libres de vivre conformément à leur orientation. La liste des évolutions positives est longue.

Il y a pourtant beaucoup de mécontentement. Pourquoi : parce que nous sommes toujours en train de nous comparer aux autres. La source du malheur est de penser qu'il y a toujours quelqu'un qui a

mieux réussi, qui est plus riche et plus beau que nous. Tout est relatif, et pourtant nous relativisons beaucoup moins car nous sommes tellement préoccupés par nous-mêmes. Dans un monde qui évolue rapidement, beaucoup de gens se demandent si nous conserverons nos acquis matériels. Les gens vivent dans l'ici et maintenant, mais regardent en même temps vers l'avenir qui est toujours incertain, parfois même de plus en plus.

Ces dernières années, nous avons vu des institutions dans lesquelles nous avons toute confiance, comme les banques et notre monnaie, menacées d'effondrement. Pendant deux ans, le covid a bouleversé nos vies et est toujours présent. Le terrorisme a encore accru le sentiment d'insécurité déjà existant et il a ajouté une autre incertitude : notre pays tomberait-il un jour aux mains de radicaux qui nous priveraient de notre identité ? Certains d'entre nous ont du mal à s'habituer à vivre dans une société multiculturelle. Vivre avec les différences n'est pas simple pour tout le monde.

Les changements et les catastrophes climatiques se rapprochent. Les chaleurs extrêmes et les inondations se succèdent et nous savons que cela ne fera qu'empirer sans que nous soyons prêts à changer suffisamment notre mode de vie, à l'origine de ces problèmes.

Certains de nos concitoyens ont perdu leur emploi en raison de la concurrence des pays émergents et de la numérisation. D'autres se demandent si cela va leur arriver. Néanmoins, nous nous rendons compte que, du moins économiquement, les petits pays ne peuvent et ne doivent certainement pas se fermer, et nous sommes tous en Europe des petits pays.

La guerre en Ukraine et les images d'atrocités ont été un choc pour l'Europe occidentale. C'est comme si le monde d'hier revenait. Les Russes ont de plus déclaré qu'ils n'excluaient pas d'utiliser des armes nucléaires. Puisque la guerre est maintenant possible, beaucoup pensent que la guerre nucléaire est également possible.

Avant même les crises bancaires de 2008, il y avait déjà un malaise, ce que Fried a appelé un jour "un malaise dans la culture". Aucune de ces angoisses n'est sans conséquence. Le nombre des maladies de nos civilisations augmente depuis des décennies : dépression, problèmes mentaux, épuisement professionnel, instabilité familiale, criminalité, addictions de toutes sortes.

Le gouvernement et la société civile aident ces personnes du mieux qu'ils peuvent, bien que la source de nombreux problèmes n'ait pas été supprimée. Au contraire : nous courons jusqu'à ce que nous tombions. Nous savons ce qui est mal mais n'agissons pas en conséquence. Nous nous disons rationnels mais agissons souvent de manière irrationnelle, c'est-à-dire non conforme à la prison que nous nous sommes forgée. Ces incertitudes et ces craintes se traduisent par une peur pour la vie des générations futures, par l'implosion démographique en Europe : la population vieillit et diminue. Mais beaucoup ont une aversion pour une forte immigration et ne réalisent pas que pour maintenir et accroître notre niveau de prospérité et de protection sociale, nous avons besoin de plus de monde. Je ne parle même pas des emplois que les autochtones sont de moins en moins disposés à faire, même si les besoins sont importants, comme dans le secteur de la santé. Il faudra donc faire des choix en tenant compte également de l'influence de la démographie sur le climat.

Il existe aujourd'hui un triangle insoutenable entre l'anxiété écologique, le problème migratoire et la peur de perdre la prospérité. Il faudra donc faire des choix.

J'ajoute qu'en Russie, en Chine et au Japon, la situation est similaire à celle de l'Europe. Malheureusement, la population explose en Afrique, le voisin le plus proche de l'Europe, avec tout ce que cela implique comme potentiel de migration irrégulière de masse, et cette explosion

démographique en Afrique exerce des pressions supplémentaires sur les ressources et pose des défis à la réalisation des objectifs de développement durable.

Les changements sont de tous les temps, et dans de nombreux domaines ils sont plus rapides qu'auparavant. Nous sommes dans la même tempête mais pas nécessairement dans le même bateau. Tout le monde n'est pas également armé pour faire face à ces chocs. Mais pourquoi agissons-nous avec plus de crainte alors que nous disposons désormais de meilleurs atouts pour y faire face ? L'individualisation s'est renforcée. Elle s'accompagne d'une plus grande liberté, d'une plus grande individualité, d'une plus grande autonomie et d'une plus grande émancipation. Il est certain que les femmes d'Europe occidentale ont une position complètement différente dans la société de celle de leurs mères et grands-mères des générations précédentes, et pourtant il reste encore beaucoup à faire.

Ce mouvement vers une conscience plus forte de l'individu est en cours depuis plusieurs siècles et est même devenu spécifique à la civilisation européenne. Après 1945, la nation n'est plus la valeur suprême, comme c'était le cas dans le nationalisme, mais l'individu en soi a pris maintenant la place la plus importante ; c'est un renversement de toutes les valeurs. L'individualisation est également liée à l'urbanisation qui accroît l'anonymat, et où les communautés disparaissent ou deviennent plus difficiles à trouver ou à établir. L'individualisation a également des causes technologiques. Le capital social sous la forme d'associations locales a pris un coup avec l'arrivée de la télévision dans nos salons.

La société numérique a donné à chaque personne encore plus de possibilités de faire ses propres choix et de communiquer avec qui elle veut, où qu'elle soit dans le monde. Le contact physique n'est plus nécessaire. C'est un avantage considérable pour surmonter les distances physiques et faire connaissance avec de nouvelles personnes, comme ce fut le cas pendant la pandémie du Covid. Imaginez ces deux années de pandémie sans l'outil numérique : la solitude aurait été énorme. Sans parler du télétravail qui a sauvé notre économie.

Par contre, en temps "normal", le virtuel nous sépare les uns des autres et nous aliène. Nous vivons chacun de plus en plus dans notre petit monde et nous avons moins besoin de nous rapprocher de personnes avec qui nous n'avons pas d'affinités, ou de n'importe qui d'autre. Cependant, la véritable solidarité concerne non seulement le voisin mais aussi l'étranger. Je fais référence au "bon samaritain". La solidarité au sein de sa propre communauté ou de son petit cercle ne demande aucun effort, elle va de soi.

L'effritement du capital social est également une conséquence du rôle intensément décroissant des organisations religieuses, et le christianisme organisé est aussi victime de cette tendance à l'individualisation.

Le monde de l'Europe occidentale est un monde presque sans Dieu, ce qui constitue un profond changement de civilisation. Il ne s'agit pas seulement d'une crise de l'Eglise, ou d'une crise des Eglises, mais d'une crise de la foi. On ne peut pas non plus dire que l'homme moderne soit, comme l'a dit le poète allemand :

"...un Dieu au fond de son esprit. Pour cela, l'homme moderne est trop dans l'insouciance spirituelle".

Mais il n'a plus besoin de Dieu, ni n'en appelle à Dieu pour régler ses problèmes existentiels liés au sens de la vie. **L'homme peut-il vivre sans un destin transcendant, au sens large, sans l'autre ou sans le totalement "autre" ?**

Toutes les idéologies sont en crise, pas seulement la religion. Que reste-t-il du socialisme ou du libéralisme ? Ces deux idéologies ont évolué vers la socialisation ou le libéralisme social dans de nombreux pays, mais le tribalisme menace de l'emporter. Cependant beaucoup réalisent que s'exclure totalement du reste du monde n'est pas non plus une réponse aux questions de notre époque. L'ère covid nous a appris qu'un pays seul ne peut pas gérer une crise majeure et cela est encore plus vrai pour le climat.

L'organisation de notre économie est basée sur la concurrence, sur la lutte pour la vie. Les entreprises doivent produire à bon marché et en quantité suffisante pour survivre. La mondialisation a ouvert les marchés à tous et rend la concurrence encore plus forte. Une formation et des compétences supérieures sont exigées des travailleurs pour un minimum de sécurité du travail ; cependant, nous avons depuis longtemps cessé d'exister dans le grand capitalisme et devons être très nuancés à ce sujet. Une réglementation s'est développée dans de nombreux domaines pour apporter une correction humaine, sociale et environnementale à l'économie de marché. La capitalisation à elle seule ne combat pas le climat et ne produit pas de sécurité sociale. Ce n'est pas une position idéologique mais une réalité. Cependant, le capitalisme reste plus que jamais une économie de concurrence. Les entreprises plateformes comme Uber, Amazon, Deliveroo, tendent à un modèle de civilisation, un modèle d'économie qui a pour but ultime l'efficacité et non l'esprit communautaire.

Un autre système où le gouvernement planifie tout est non seulement moins performant mais aussi plus asocial. La défunte Union soviétique l'a prouvé. De plus, la coercition économique va de pair avec la coercition politique. Un système économique différent n'est donc pas une solution et implique de plus une économie fermée. Il n'y a aucun soutien sociétal pour cela. D'autre part, nous devons être mieux armés pour vivre de manière plus humaine dans notre forme d'économie corrective. L'autonomisation n'est pas seulement une question de compétences, mais aussi de résilience morale et spirituelle.

Cette impasse est aussi ressentie politiquement : dans nos démocraties, la plupart ont l'impression de ne pas être écoutés, que l'individu compte trop peu ou pas du tout. Notons ce paradoxe : dans une société individualisée, l'individu se sent abandonné : l'un ne va pas sans l'autre. Un individu isolé est plus susceptible de se sentir seul, solitaire et abandonné. Celui qui vit par lui-même et pour lui-même se méfie aussi plus facilement des autres, parfois de tous les autres. Il se méfie d'autant plus des institutions anonymes et des inconnus. Cette méfiance peut être exploitée par des charlatans et des manipulateurs qui en désignent la responsabilité.

Les personnes méfiantes font paradoxalement confiance à certains dirigeants qui mentent et trichent. La raison en est que la frustration de certains est si grande que les gens croient les dirigeants tant qu'ils alimentent la méfiance de leurs adeptes et tant qu'ils leur disent ce qu'ils veulent entendre. Les valeurs n'ont pas du tout leur place auprès de ce genre de public. Seuls comptent les intérêts personnels ou les croyances de chacun. Notre monde rationnel est rempli de comportements irrationnels et immoraux.

Le résultat de cette aliénation est qu'un cinquième des citoyens ne croit plus en la démocratie, surtout parmi les jeunes. En France, 70 % des jeunes électeurs sont restés chez eux lors des dernières élections législatives. Il y a quelques années, la participation était encore de 70 %, mais c'est aujourd'hui le contraire. Un cinquième de l'électorat, et parfois même plus, vote pour des partis populistes. La caractéristique de ces partis est qu'ils rejettent tous les problèmes sur les étrangers, les pays étrangers, les non-Européens, peu importe, et qu'ils ne remettent pas en question les autochtones, qui ont toujours raison. Après tout, un populiste veut être populaire et c'est pourquoi il

ne propose rien qui soit impopulaire ou courageux. Lorsque les populistes arrivent au pouvoir, cela ne dure généralement pas longtemps, surtout en cas de vents contraires économiques. La montée du populisme a affaibli les partis traditionnels et gouverner devient plus difficile dans un paysage politique fragmenté. L'électorat incertain change aussi de parti plus fréquemment et cette volatilité signifie également qu'en temps normal, les grandes réformes ne sont pas menées à bien. Le risque électoral pour les petits partis devient trop important pour des mesures impopulaires.

Cela ne veut pas dire que notre société hyper-individualisée accepterait une dictature. Là encore, il y a beaucoup de comportements incohérents. Les gens veulent être démocratiquement opposés à la démocratie.

Je suis conscient que nous devons évoluer vers de nouvelles formes de démocratie plus appropriées et que nous devons répondre aux déficits démocratiques sans tomber dans le déficit de leadership ; après tout, gouverner signifie faire des choix difficiles - une tâche colossale. En tout état de cause, nous devons travailler à renforcer les liens sociaux, afin de contrecarrer l'individualisation. C'est une tâche qui va au-delà des réformes de notre système démocratique.

La révolution commence par la plume et l'encre ou par les mots : historiquement c'est le cas - des mots pertinents, qui ont de la valeur. Les grandes religions et philosophies de l'époque ont transformé les sociétés. L'économie est dans tout mais tout n'est pas économique ; le politique est dans tout mais tout n'est pas politique. Le christianisme a connu la réforme du 16ème siècle, puis le siècle des Lumières qui apportèrent de grands changements. Chaque époque est cependant différente. Les rêveurs de réforme seront déçus. "Retrouvons une Eglise forte" est tout aussi creux qu'un slogan politique.

Le changement de civilisation que nous vivons exige une réponse spirituelle, dont les conséquences ne seront visibles qu'à très long terme. Les civilisations sont des pétroliers qui tournent très lentement, qui changent très lentement de direction, qui partent du bas de la carte, mais avec des dirigeants qui ont le courage de leurs convictions. C'est le cas de cet homme, il y a deux mille ans, qui a parcouru un petit pays pendant trois ans, fut exécuté et changea le monde.

Chers amis, comment traitons-nous l'homme dans son cocon individuel ? C'est un paradoxe que ce qui était autrefois considéré comme une libération a maintenant besoin d'être libéré. Comment faire en sorte que les gens se fassent davantage confiance, comment établir des liens, comment passer de la fixation sur l'ego au regard vers l'autre ? L'agressivité n'est pas une option pour les méditants.

Je ne suis pas pédagogue, je ne suis qu'un ancien politicien ; mais je peux imaginer qu'à bien des égards, le fait de faire des choses ensemble, de vivre ensemble, de partager en famille, à l'école, dans un mouvement de jeunesse, contribue à former un sentiment d'appartenance concret. L'engagement envers les autres et avec les autres fait également de nous de meilleures personnes. Comme je l'ai dit, il devrait y avoir un mouvement compensatoire en opposition au temps des tablettes ou du jeu. Naïvement, j'imagine parfois qu'il devrait y avoir des salles non seulement pour fumer, mais aussi pour servir.

Le télétravail a ses avantages, y compris pour le climat et le trafic, mais nous ne devons pas négliger les conséquences humaines. Il a déjà été prouvé que l'innovation économique est principalement le résultat du travail en commun. Bien sûr, le contact virtuel a son avantage, j'ai eu d'innombrables rencontres avec des personnes de continents différents depuis le temps du Corona. Je me souviens de la rencontre en mars avec Maria et Albert Zakharov au début de la guerre en Ukraine, extrêmement émouvante. Combien nous avons partagé leur tristesse en méditant ensemble et combien nous les avons encouragés, tout cela en ligne. Plus tard, le P. Laurence est allé leur rendre

visite personnellement, pour montrer combien nous pouvons être proches les uns des autres, malgré la guerre.

La démocratie est un échange, je le dis souvent. Ce n'est pas une voie à sens unique comme les cris sur Twitter, ou le jeu purement partisan qui se joue dans la tête des gens. Bien sûr, cet échange est plus facile à organiser au niveau local. La démocratie peut aussi consister à travailler ensemble sur un projet, un projet très concret, ou une action. Mais elle commence toujours par un dialogue. Aujourd'hui, il existe aussi des expériences de démocratie citoyenne dans lesquelles les citoyens sont consultés directement. De cette manière, la démocratie représentative est complétée par la démocratie délibérative. Elle empêche les élus de s'éloigner de leurs électeurs. A un niveau supérieur de gouvernement, on peut faire évoluer le soutien de "mandataires" plus locaux, plus régionaux, plus proches des gens. À chaque fois, il s'agit d'essayer de construire quelque chose ensemble. Il faudra surmonter beaucoup de scepticisme et de préjugés, mais lorsque 70% des jeunes abandonnent les élections, nous n'avons pas le choix. La façon de faire habituelle n'a plus lieu d'être : elle ne fonctionne plus.

Bien sûr, nous avons également besoin de politiques qui protègent mieux les gens contre ce que beaucoup ressentent comme des menaces telles que le chômage, les emplois précaires, la perte du pouvoir d'achat, le changement climatique, la criminalité, la forte immigration, la grande disparité des revenus, la pauvreté, les menaces militaires et autres. Il s'agit de mieux concilier l'agenda politique traditionnel avec l'agenda des solutions. Il s'agit non seulement de protéger mais aussi d'autonomiser les gens afin qu'ils reçoivent une éducation appropriée leur permettant de se développer, de s'intégrer et de participer.

Je sais moi-même combien tout cela est difficile, surtout dans un monde où les politiciens nationaux, dans un monde global et interdépendant, n'ont plus le contrôle total de ces faits. À un niveau européen plus large, on peut avoir plus de prise, par exemple à travers l'Union européenne. Mais même à ce niveau, on doit parfois réagir plutôt qu'agir : pensez aux crises qui étaient externes à l'union - la liste est longue : les banques, les réfugiés, le covid, les crises énergétiques, la guerre ; mais ce n'est pas le lieu d'en parler.

Tout cela ne sera possible que si beaucoup de gens sont convaincus que quelque chose doit changer, qu'il doit y avoir plus d'amour et plus d'unité si nous ne voulons pas avancer vers des sociétés brisées ou bloquées, ou si nous voulons simplement que les gens soient plus heureux, aussi simple que cela ; et la méditation peut vraiment nous aider, et nous guérir.

La méditation nous apprend la patience à une époque de grande impatience. La méditation quotidienne est une interruption de nos activités quotidiennes. Nous devons prendre de notre temps pour méditer. Mais il ne faut pas que nous passions rapidement à nos activités habituelles. **La méditation doit aussi changer notre vie quotidienne elle-même pour être plus qu'une interruption. Pour le méditant, elle doit aussi être une pause qui imprègne le reste.**

La pause-interruption est différente de la pause-éruption, et nous avons besoin d'éruption. Nous devons laisser derrière nous nos soucis personnels, nos obsessions, nos garanties ou notre agenda personnel, afin de libérer du temps pour le mantra. Le centre d'intérêt n'est plus sur nous-même, l'attention se déplace, l'ego doit faire place à la recherche de soi, même si ce soi est difficile à saisir ou à trouver. Nous trouvons en nous des niveaux où il n'y a plus de place, ou moins, pour des sentiments négatifs comme l'agacement, la colère, la jalousie, l'avarice, l'avidité d'argent, la vanité, l'impatience. La libération de cette négativité est un soulagement. **Le pas à franchir est de découvrir que la "liberté de" est une "liberté pour" : liberté pour les autres, proches ou lointains.** Cette attitude doit imprégner le temps de non-méditation. Bien sûr, le silence est aussi une rupture de

rituel quotidien. Le silence est plus que le fait de ne pas parler ; il implique un retour à l'être intérieur. Lorsque vous récitez le mantra, vous n'entendez que votre voix intérieure. Beaucoup de gens ont besoin de bruit pour se rassurer ; leur identité personnelle peut se perdre dans ce bruit. Ils restent en surface afin d'éviter la confrontation avec leur moi intérieur. Le silence est un état temporaire car parler, dialoguer est la façon normale de communiquer avec les autres. Pourtant, le silence peut aussi être un moyen d'établir des liens. Ce peut être avec la nature ; ce peut être avec des personnes qui partagent le même silence que vous. Le silence est également nécessaire pour penser, prier, écrire, s'engager dans l'art, écouter. Quelque chose de grand émerge toujours après du silence. La méditation n'est pas une activité solitaire mais un exercice qui nous libère de notre programme quotidien et crée un espace pour la douceur, la compassion, la tolérance et la bienveillance envers les autres.

En fait, c'est un jeu à somme nulle. Plus il y a d'amour, moins il y a d'ego, et vice versa. Aussi simple que cela : c'est un jeu à somme nulle. Méditer ensemble avec d'autres personnes renforce l'ouverture aux autres ; parler ensemble de l'expérience de la méditation peut même se faire en ligne. J'ai déjà dit combien l'être "ensemble" est important. Bien sûr, la méditation ne deviendra pas un mouvement de masse, mais le groupe est plus important que beaucoup ne le pensent si l'on tient compte des nombreuses formes de méditation qui existent.

Cependant, la méditation ne devrait pas se limiter à une thérapie pour traverser une période difficile, bien qu'elle puisse aider à guérir des maladies de notre civilisation, comme je l'ai dit ; ou bien elle ne devrait pas se limiter aux personnes les plus instruites. Je suis moi-même venu ainsi à la méditation, mais je n'en ai pas ressenti la valeur ni la valeur ajoutée. J'aurais dû avoir l'occasion de le faire plus tôt dans ma vie. La méditation rend également les gens plus forts pour s'engager efficacement avec les autres.

La façon la plus simple de venir à la méditation est bien sûr de la faire passer par l'école. Les enfants sont très ouverts. Personnellement, je l'ai également remarqué dans la poésie haïku des enfants. Beaucoup de talent affleure dans le court poème japonais de 17 symboles. L'attention est également pratiquée ici. La poésie haïku se concentre sur ce que l'on voit et expérimente dans la nature ou ailleurs. Elle prédispose à une ouverture à "l'autre". **Ainsi, la méditation est un choix social et a un rôle sociétal à jouer.**

En temps de guerre, elle a encore plus de sens. Un méditant est l'opposé d'un homme de guerre. Il est engagé dans les fruits de l'Esprit. Pour saint Paul, dans sa lettre aux Galates, il s'agit de "l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la fidélité, la douceur et la maîtrise de soi". Le méditant ne se préoccupe pas de la grandeur de son pays, du peuple collectif, mais du bonheur concret des hommes et des femmes.

Il existe d'autres moyens d'atteindre la bonté, bien sûr ; mais la méditation a une influence transformatrice. Elle change les gens. La méditation demande un effort, surtout au début et ensuite. Vous prenez en charge votre propre vie de manière plus consciente. Elle n'est pas passive, mais active. La méditation est une activité, mais cela n'en fait pas une action. Elle est une transformation du monde extérieur : la méditation peut mener à l'action. L'argument le plus fort en faveur de l'association de la méditation et de l'action est la vie du Christ lui-même ; améliorer la vie des gens et leur enseigner comment faire est une expression de la transformation intérieure. "La foi sans les œuvres est morte". Le Christ allait partout pour guérir. Dans la mesure où la méditation fait aussi de nous des personnes plus équilibrées, nous nous sentons plus résistants à l'adversité et plus aptes à aider les autres.

J'utilise le mot "ensemble" plutôt que "unifié". Chacun de nous est différent ; penser et ressentir de la même façon n'est pas nécessaire pour moi. L'important est dans l'effort, pas dans les résultats. Même en amour, il ne s'agit pas de ce que les Latins appelaient "idem velle idem nolle" : vouloir ou ne pas vouloir la même chose. Chacun de nous a une identité indivisible, ce n'est pas une individualisation mais la reconnaissance de notre unicité. Cela correspond aussi à un sens moderne de la vie. Parfois, l'envie de s'unir est même dangereuse, précisément parce que cette unicité peut se perdre.

Je soutiens pleinement les efforts du P. Laurence pour voir la méditation comme une voie vers un monde meilleur, non seulement par la somme des transformations intérieures individuelles, mais aussi à travers les actions transformatrices que les méditants entreprennent, tirant leur force de leur méditation. Elle permet d'harmoniser davantage notre monde intérieur et extérieur. **La méditation n'est pas d'abord une thérapie mais un mode de vie, une façon de vivre ensemble.**

Pour conclure, la guerre et les catastrophes climatiques ne doivent pas nous faire oublier (même si nous doutons de ces drames) que nos sociétés et nos démocraties sont à la croisée des chemins ; et c'est pourquoi nous avons aussi une responsabilité en tant que méditants. Voilà mon message simple pour ce soir.

NB : Ce document est une transcription de conférence en anglais, traduite ensuite en français.