

La Voie de la Non-violence

« La non-violence est la plus grande force à la disposition de l'humanité. Elle est plus puissante que la plus puissante arme de destruction conçue par l'ingéniosité de l'homme. » - Gandhi

En pratiquant la non-violence, nous pouvons nous libérer du cycle de destruction qui nous submerge.

La non-violence est une pratique originaire de l'Inde, où elle était appelée « Ahimsa » dans les anciens textes védiques. C'est la force de notre nature pacifique inhérente et la plus haute aspiration de l'humanité. C'est l'essence même de chaque être humain et notre connexion la plus profonde à la vie. C'est le chemin de la libération et de la liberté. C'est notre bonheur le plus profond et c'est le chemin de la paix.

La non-violence est une manière d'être qui refuse de faire du mal, que ce soit physiquement, psychologiquement ou spirituellement, à tout être vivant ou sensible. Elle refuse d'agir d'une manière qui causerait la misère ou la confusion chez les autres. La non-violence cherche toujours des résolutions à travers des vérités éternelles.

La voie de la non-violence consiste à vivre la vie dans son expression la plus complète. C'est le chemin pour revenir à nous-mêmes et comprendre ce que signifie être un être humain. Dans l'action, c'est l'expression externe d'une recherche interne.

La non-violence est une protestation active contre les principes violents et les valeurs que l'on trouve dans une grande partie du monde moderne. Des principes et des valeurs qui éloignent les gens de leur objectif essentiel et encouragent l'exploitation des autres et de l'environnement. Des principes et des valeurs qui créent la violence contre la nature, la violence contre autrui et finalement la violence contre notre véritable être.

« L'exploitation est l'essence de la violence » - Gandhi

Gandhi croyait que la manière dont nous cultivons notre état interne influençait profondément nos actions et interactions externes. En cultivant les vertus à travers des exercices spirituels et des disciplines, il croyait que les gens pouvaient acquérir la force de résister à l'oppression et à l'injustice. Cela permettait aux gens de résister à la violence de la vengeance et leur apprenait à séparer la personne de l'action. Continuer à aimer la personne et la traiter comme quelqu'un qui les a seulement confondus avec un ennemi et agit par ignorance de leur sens naturel de vérité et d'équité.

La Paix de Lanza Del Vasto

En 1937, le philosophe et artiste italien Lanza Del Vasto passa plusieurs mois en compagnie de Gandhi en Inde, étudiant la non-violence comme mode de vie. Son expérience toucha et inspira sa quête de sens. Gandhi remarqua que ce talentueux Italien était profondément animé par la même recherche de paix que lui-même. En le nommant Shantidas, "Serviteur de la Paix", Gandhi reconnut en Del Vasto un chercheur intemporel de Vérité.

***"La véracité est la première des vertus, sans laquelle les autres n'ont pas de substance."
- Lanza del Vasto, Le Pèlerinage Aux Sources, pg.107, Rocher, 1993***

Del Vasto ne rêvait pas seulement de créer un monde meilleur, mais, tel l'idéaliste pratique qu'était son maître, il croyait que c'était possible. Un monde non dirigé par la peur et la haine, mais par l'amour, la compassion et la justice. Non pas par la domination et la cupidité, mais par la justice et la durabilité. Non pas en imaginant qui nous étions, mais en étant notre vrai moi.

En étudiant et vivant la non-violence telle que Gandhi l'enseignant, Del Vasto acquiert une profonde conviction en la valeur éternelle des méthodes non violentes pour créer la paix et élever l'expérience humaine à son plus haut potentiel.

«La non-violence est la recherche du «Royaume des cieux». » - Lanza Del Vasto, Pages d'Enseignement, pg.13, Rocher, 1993

Dans la non-violence, il vit les réponses aux questions qui le tourmentaient. Son éducation religieuse n'avait pas apporté de réponse à sa quête de paix. Mais après avoir rencontré Gandhi, il commença à comprendre l'universalité de la non-violence et le potentiel, lorsqu'elle est mise en pratique, de créer une nouvelle façon pour les êtres humains de vivre pacifiquement ensemble.

« Ce que chez elle, comme chez les politiciens, les philosophes, les sociologues, les socialistes je cherche en vain, c'est une doctrine de la Paix Juste, d'une paix sans contradiction interne et ne portant pas le germe de sa propre destruction, d'une paix qui n'engendre pas tout naturellement la guerre! » - Lanza Del Vasto, L'Arche Avait Pour Une Voilure Une Vigne, pg.12, Denoël, 1978

Dans les années tumultueuses de la fin des années 1930, parmi les bouleversements sociaux de la Grande Dépression et de la montée du nazisme, Del Vasto se plongea dans sa quête de sens et de dessein. Il voulait comprendre comment l'humanité pouvait se libérer de la spirale descendante incessante vers sa propre destruction. Il voulait savoir pourquoi le système diminuait constamment l'individu dans la misère et la servitude envers les autres, les forçant constamment à exiger un changement par la révolution, créant inévitablement des conflits et la guerre.

Profondément troublé par tant de souffrances et d'injustices, il se demandait : "Pourquoi n'est-il pas possible de vivre pacifiquement ensemble dans le monde ?"

En 1948, la même année où son maître fut assassiné, Del Vasto entreprit de tenter d'établir une communauté gandhienne en Occident, pour ouvrir la sagesse intemporelle de l'orient aux cultures progressistes de l'occident.

"La non-violence n'est pas une tactique ni une technique, mais c'est une foi, une vertu, une discipline spirituelle." - Lanza del Vasto, Pages d'Enseignement, pg12, Rocher, 1993

En orientant chaque activité vers la simplicité et la lenteur, vers une interaction exigeante, une responsabilité et une interdépendance positives, Del Vasto voulait transformer la vie en une méditation constante. En faisant ainsi, nous construisons non seulement notre propre respect de soi et le respect des autres, mais nous pouvons trouver notre place dans le monde, en tant que serviteurs, plutôt que maîtres de notre foyer naturel.

"Un des avantages les moins appréciés, mais sans doute des plus précieux, de la méthode non-violente, c'est la lenteur. Gandhi se garde d'en parler à ses partisans qui ne l'écouteront pas et se montrent pressés." - Lanza Del Vasto, Le Pèlerinage aux Sources, pg 110, Rocher, 1993

Pour ses efforts visionnaires, le Pape actuel, François, l'a nommé aux côtés de Martin Luther King comme un "Artisan de la Paix", un spécialiste dans la discipline de vivre en paix avec les autres.

Une Nouvelle Communauté

"On nous accuse d'aller contre les temps; nous le faisons délibérément et de toutes nos forces." Lanza del Vasto, L'Arche Avait Pour Voilure Une Vigne, pg 83, Editions du Denoël, 1978

Lanza a réalisé que les problèmes de la société étaient ancrés dans les âmes des gens qui étaient façonnés dès leur plus jeune âge pour s'adapter au modèle économique et social du monde. Ils étaient poussés hors de leur connexion naturelle et de leur sens naturel de la justice et de la paix.

Il s'est donc engagé à recommencer, à créer une nouvelle communauté pour les personnes recherchant un mode de vie non violent. Bien que la communauté soit ouverte à toutes les religions (considérant la non-violence comme la base intentionnelle de chacune), l'histoire

biblique de Noé a inspiré le nom qu'il a donné à sa communauté gandhienne - « L'Arche ». Dès le départ, il était censé être un lieu de refuge et de ressource pour toute l'humanité.

Bien qu'il se rendît compte que la vie en communauté n'était pas pour tout le monde, les règles et la structure donnaient aux gens quelques outils qu'ils pouvaient appliquer dans leur vie quotidienne dans le monde moderne.

L'Arche était une expérience holistique de vie communautaire, conçue pour développer une société pacifique grâce aux pratiques de la non-violence. Chaque aspect de la vie dans l'Arche était guidé par sa recherche de création d'une société pacifique, imprégnée d'un sentiment d'équité et de vérité, en mettant l'accent sur le respect de chaque être humain, sur le fait de mettre le corps humain au travail actif, de réaliser la joie de l'expression artistique et la paix de la recherche spirituelle en nous-mêmes. Chaque aspect éveillerait la beauté et la puissance de la non-violence qui existe en chacun.

La non-violence était inculquée dans la façon de partager et de diviser le travail et les responsabilités. Comment partager les bénéfices et les avantages de la communauté. Comment vivre en paix avec le monde naturel et comment résoudre les conflits. Cela a façonné l'attitude envers les personnes aux valeurs et cultures différentes et la manière dont nous devrions réagir à la violence du monde extérieur.

En suivant le chemin de la non-violence, les communautés cherchaient une compréhension plus profonde du véritable potentiel et de la nature spirituelle de l'humanité. Elles cherchaient le meilleur de l'humanité. Elles étaient un refuge pour les personnes qui réalisaient qu'il y a plus dans la vie que simplement le « monde matériel ». Un endroit pour les chercheurs de l'esprit et de ses vérités essentielles.

En encourageant les gens à être responsables de ce qu'ils créent et consomment, de la manière dont ils se rapportent aux autres et à eux-mêmes, ces communautés répondaient à toutes les principales crises du jour, sociales, économiques, spirituelles et gouvernementales, la plupart d'entre elles continuant malheureusement aujourd'hui.

Aussi indépendante et durable qu'il voulait que sa nouvelle communauté soit, et aussi accueillante et puissante qu'il croyait que la non-violence était, Del Vasto savait que se désengager totalement de la société ne serait jamais un processus parfait ou fluide.

Il savait lui-même qu'il bénéficiait de la société moderne tout en réalisant que la direction de la vie moderne ne produirait jamais la paix qu'il recherchait.

Mais il a réalisé que pour changer la direction de la société, il aurait besoin de créer un lieu où les gens pourraient pratiquer la paix, où ils pourraient apprendre à être les personnes les plus pacifiques possible. Avec cette solide base dans la vie non violente, les résidents seraient habilités à partager leur paix avec le monde entier, lorsqu'ils seraient appelés à répondre aux injustices du monde.

Il a établi des vœux et des règles sur la manière dont les nouveaux membres devraient être et agir, donnant forme à ses idées. Il a trouvé un équilibre entre la vie monastique et la vie agricole, acceptant les familles, les couples et les individus, les femmes et les hommes de toutes cultures et traditions.

Après de nombreux faux départs et efforts avortés, une communauté a été fondée à La Borie Noble, 500 hectares de forêts, de rivières et de terres agricoles en France. Plusieurs autres communautés ont rapidement suivi en France et dans toute l'Europe. C'était le début des années 1960 et le changement social suscitait un intérêt pour de nouvelles façons de vivre et de se connecter les uns aux autres et à la nature. Moins d'une génération après la fin de la Seconde Guerre mondiale, la menace de la bombe nucléaire et les cercles destructeurs de violence et de guerre continuaient de s'accroître et une reconnaissance/prise de conscience émergeait qu'une nouvelle façon pour l'humanité de se rapporter les uns aux autres était nécessaire.

Soyez le Changement, Pas le Processus de Changement

«On ne comprendra rien à la politique de Gandhi si l'on ignore que le but de sa politique n'est pas une victoire politique mais spirituelle.» - Lanza del Vasto, *Le Pèlerinage Aux Sources*, pg 100, Editions du Rocher, 1993

Au cœur de sa nouvelle vision de la communauté se trouvait un engagement profond à élever l'esprit humain dans l'unité pacifique. Non pas pour créer une nouvelle religion, mais un nouveau peuple, non pas pour reculer du monde mais avancer pleinement en lui, dans notre pleine humanité.

En découvrant notre propre humanité, Lanza croyait que nous pouvions mieux sympathiser avec l'humanité des autres. Ce qui est essentiellement vrai pour un être humain l'est essentiellement pour un autre. Les décisions sont mieux prises lorsque nous comprenons leurs besoins. Nous revenons à la seule chose que nous partageons avec les autres. Notre humanité.

Del Vasto l'appelait « Le Retour à Soi ». Tous ses enseignements reposent sur ce premier principe simple de la vie non violente.

« La connaissance de soi apporte la connaissance de Dieu. Si je me connaissais, je te connaîtrais aussi » - Lanza Del Vasto, *L'Arche Avait Pour Voilure Une Vigne*, pg 231, Denoël, 1978

Del Vasto comprenait que toute violence était le résultat de l'incapacité à comprendre la condition humaine.

« Si la Non-Violence est la solution des conflits, les conflits ne commencent pas avec les conflits sociaux, avec les guerres mondiales... Elle consiste d'abord à être vigilant avec nos proches... Le commencement de tout est dans la pensée. Le commencement de la pensée c'est le regard. Vous savez comment débute notre méthode. Le retournement de regard sur soi. » - Lanza Del Vasto, Pages d'Enseignement, pg.37-38, Rocher, 1993

Réduire autant que possible la violence repose sur la création d'un environnement et d'une culture qui créent autant de paix que possible chez chaque personne. Cela ne signifie pas que les gens deviennent pacifiques mais qu'ils deviennent *les plus pacifiques possible*. De cette manière, la discipline spirituelle ne consiste pas à devenir une personne parfaite mais à reconnaître à quel point nous sommes vraiment imparfaits. C'est en réalisant à quel point il est difficile de changer nos habitudes et nos routines que nous sommes humiliés par nos faiblesses et forcés de devenir moins jugeants envers les autres.

« Qui n'a pas la paix en soi ne peut pas l'établir autour de soi. » - Lanza Del Vasto, Pages d'Enseignement, pg22, Rocher, 1993

De cette manière, la non-violence n'est pas quelque chose que nous faisons, mais quelque chose que nous sommes.

« A l'Arche, (nous sommes).. plus engagée dans la préparation spirituelle et dans un enseignement complet que dans une action publique particulière. Nos interventions n'ont jamais été que des témoignages et des signes, non des œuvres poussées jusqu'au succès. La préparation spirituelle n'est pas regardée chez nous comme un moyen, mais comme plus importante que toute manifestation ou victoire extérieure. La préparation spirituelle n'est pas regardée chez nous comme un moyen, mais comme plus importante que toute manifestation ou victoire extérieure. C'est que pour faire, il faut d'abord être, et c'est à quoi nous nous sommes efforcés.- Lanza del Vasto, Les Quatre Fleaux, pg353, Denoel, 1959

Encore et encore, il répète le même processus...

« La préparation régulière à la non-violence est l'initiation à la vie intérieure. » - Lanza Del Vasto, Technique de la Nonviolence, pg.41, Denoël, 1971

Nous sommes dans le mouvement éternel de l'univers. Il ne change jamais. Être est le seul vrai lien que nous avons entre notre vérité intérieure et notre réalité extérieure. Nous ne sommes que nous-mêmes, des êtres humains, dans le moment présent. Le sentiment d'être est dans ce moment. C'est toujours et seulement notre véritable expérience de la vie, le sentiment d'être vivant. C'est le seul moment où nous pouvons retourner à nous-mêmes.

"J'ai tellement à faire aujourd'hui que j'ai besoin de méditer pendant deux heures au lieu d'une." - Gandhi (paraphrase d'une tradition Zen)

Lanza Del Vasto croyait que le pouvoir de la non-violence est la capacité à être entièrement dans le moment présent, à travers lequel nous pouvons apporter une lumière dans nos coins cachés, à la fois positifs et négatifs. La non-violence ne se concentre pas sur ce que vous pouvez obtenir de la vie mais plutôt sur l'apprentissage d'abord à accepter et à apprécier ce que la vie nous donne à tous, tout le temps.

« Rien qui ne soit tout » - Lanza Del Vasto

En unissant le rythme de notre vie physique à nos pensées, nous pouvons apprendre progressivement à mettre de côté tout ce qui nous sépare du mouvement de l'univers. En particulier, le mouvement de l'univers en nous. Tout ce qui nous sépare de donner attention au présent/maintenant.

Ce que Del Vasto proposait était une communauté holistique transformant toute la vie en une célébration de l'humanité en tant qu'entité vivante connectée à l'univers.

« Ne rien faire par le Faire. Faites tout par l'Être » - Lao Tzu

La méditation peut être pratiquée à travers des pratiques religieuses et spirituelles ainsi qu'en travaillant la terre ou avec des animaux, à travers des poursuites artistiques ou simplement en pratiquant la non-violence dans les interactions avec les autres. Mais la méditation est plus que simplement la présence. La méditation est un moyen d'arrêter l'esprit, d'être déconnecté du besoin d'être ou de faire quelque chose. La méditation crée le silence, l'espace dans lequel nous pouvons approcher la voix de notre réalité intérieure.

« Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde » comme l'a dit Gandhi. Non pas, ***« Soyez le processus pour le changement »***. Soyez le changement. Que voulons-nous vraiment voir dans le monde ? Voulons-nous la paix ? Alors nous devons essayer d'être un peuple de paix, un peuple pratiquant la paix, maintenant.

Vous ne pouvez jamais changer que le moment présent. La projection de ce qui pourrait être meilleur à l'avenir, d'idées sur ce qui devrait et pourrait être, est la façon de penser que nous devons changer. C'est dans la projection que souvent nous commençons à interférer avec la voie de la nature.

« Action ou contemplation? Termes d'un débat ancien sur lequel on discute beaucoup, et tandis qu'on discute, on n'agit pas, ni ne contemple.....Si on nous demande pour laquelle nous optons, nous répondons: 'pour le deux' » - Lanza Del Vasto, L'Arche Avait Pour Voilure Une Vigne, pg 95, Denoël, 1978

La Vie Simple de la Vie Non Violente

«Le souffle est rythmé par nature, une telle vérité pénètre même dans les profondeurs de la vie organique. » - Lanza Del Vasto, *Approche de la Vie Intérieure*, Denoël, 1962

En tournant notre attention vers l'intérieur, vivre et apprécier la vie simple devient beaucoup plus facile. Lorsque nous ralentissons et observons notre vie telle que nous la vivons, nous sommes de plus en plus confrontés au fonctionnement miraculeux de la force de vie en nous et à cette 'force' opérant dans la nature et à travers toute l'existence.

« Le mouvement de l'univers vous révèle. » - St Grégoire de Nazianze

En réalité, nous faisons toujours quelque chose. Être est une action constante et présente qui peut révéler les profondeurs et la beauté de l'expérience humaine.

« Vous n'êtes pas une goutte dans l'océan. Vous êtes l'océan dans une goutte. » - Rumi

Plus nous devenons patients, plus nous nous rapprochons du vrai rythme de la vie, agissant dans et à travers notre propre nature, Humanité-Nature, de la même manière. Nous devenons plus ouverts à être guidés dans nos mouvements dans chaque activité accomplie. Les mêmes mouvements qui ont créé les relations interdépendantes et la puissance exquise que l'on trouve dans la nature.

« Ne vous inquiétez pas de ce que vous mangerez. La vie est plus que la nourriture. Le corps est plus que le vêtement. Considérez les oiseaux. Ils ne sèment ni ne moissonnent, et pourtant Dieu les nourrit. Combien plus valez-vous que les oiseaux ? » - La Bible

Lanza Del Vasto voulait que La Borie soit un foyer spirituel pour les croyants et les chercheurs de toutes origines. Lorsque l'Arche a été fondée, la France était un pays majoritairement catholique et une grande partie de ce que Del Vasto a écrit était dirigée vers son public. Mais la même pratique peut être trouvée dans toutes les traditions.

« Soyez tranquilles, et sachez que je suis Dieu. » - La Bible

« Nous sommes vivants dans le moment présent. Le seul moment où nous sommes vivants » - Thich Nhat Hahn

Dans toutes ces traditions, au cœur se trouve une pratique de présence silencieuse. La prière, la méditation et la contemplation sont des pierres angulaires de l'islam, de l'hindouisme, du

judaïsme, du bouddhisme, du christianisme et du taoïsme. Ce sont les mêmes principes qui guident l'approche de Del Vasto de vivre la non-violence.

Del Vasto avait appris la méditation et le yoga lors de son séjour en Inde mais encourageait vivement ses disciples à suivre leurs propres traditions, sachant qu'il serait plus facile pour eux d'atteindre les vérités plus profondes dans les profondeurs de chaque tradition, plutôt que d'apprendre une toute nouvelle tradition.

« Et il est meilleur pour toi que tu t'appliques à ces textes-là, dans lesquels tu as été élevé depuis l'enfance; tu as plus de chance de les pénétrer. » - Lanza Del Vasto, L'Arche Avait Pour Voilure Une Vigne, pg.231, Denoël, 1978

Le pouvoir de revenir à nos racines non violentes, au centre de notre être, fermé à l'extérieur, est d'ouvrir à la source de la vie en chacun de nous. Nous devenons une célébration de la création éternelle émanant de chaque instant.

« Dieu nous communique de bien des manières... Mais le silence est son premier langage » - Thomas Keating

La transformation qui se produit dans la vie non violente est que dès que vous commencez à grandir dans cette réalisation, vous avez moins besoin du monde matériel pour être heureux. Les choses simples acquièrent une sacralité.

« La nature nous peint chaque jour des tableaux d'une beauté infinie, pourvu que nous ayons des yeux pour les voir » - John Ruskin

Malheureusement, la vie simple n'est pas la vie facile. La vie facile est l'acceptation de la technologie qui rend tout plus rapide et « pratique ». La vie simple est lente, physique et inconfortable. Mais le résultat à long terme est l'inverse sur l'être humain qui la vit. La vie facile nous rend stressés, fatigués et notre monde épuisé et appauvri. Alors que la vie simple apporte clarté et sagesse, force et connexion.

L'essence de la vie simple est la connaissance de soi. C'est le pouvoir de la patience. C'est le pouvoir de la paix. C'est la source de la vie non violente. Ou comme l'exprime la devise de l'Arche, c'est « La joie et la force de la paix ».

« Il n'y a pas de chemin vers la Paix. La Paix est le chemin. » - AJ Muste

Comment la non-violence vivante répond aux problèmes du monde

S'il était possible de résoudre les problèmes du monde moderne grâce au modèle capitaliste technologiquement dominant employé ces derniers siècles, cela serait évident pour tout le monde à présent. Sans surprise cependant, encourager des désirs sans fin basés sur l'exploitation de la terre et des autres ne crée pas la paix humaine.

La vie non violente, l'apprentissage de comment faire émerger notre essence non violente, offre une approche holistique qui aborde tous les défis de notre époque. En ne faisant rien d'autre que de se concentrer sur l'être et en laissant nos actions découler de notre essence, nous pouvons accéder au pouvoir de la non-violence qui peut répondre à toutes les grandes questions auxquelles notre monde est confronté.

Apprendre à être plus patient et à mieux écouter sont des qualités universelles dont chaque action et interaction que nous avons avec le monde peut bénéficier.

Protection de l'environnement et durabilité

La vie simple est la pratique d'une vie non violente. Elle met fortement l'accent sur la vie en harmonie avec le monde naturel et sur une consommation réduite grâce à un mode de vie durable pour minimiser l'impact environnemental. Vivre de manière non violente signifie trouver et accepter les limites de ce que le monde naturel est prêt à nous offrir, autant que possible. Un monde naturel sain n'a pas besoin d'aide pour produire tout ce que nous achetons actuellement dans les supermarchés. En étant simplement plus souvent avec la nature, et en essayant de plus en plus de vivre de ce qu'elle nous donne autour de nous, nous faisons tout pour rétablir les déséquilibres produits par le monde industriel moderne. Nous pouvons laisser la nature faire ce qu'elle a fait depuis le début des temps, nous nourrir de ce qui est essentiel à notre survie.

Inévitablement, cela réduira les variétés d'aliments que nous consommons actuellement venant du monde entier. Mais en même temps, en vivant de ce que nous produisons et collectons de nos mains, nous pouvons réduire l'impact sur le monde et nous assurer qu'il soit également préservé pour les générations futures.

Vivre simplement signifie que nous ne gaspillons pas autant et que nous recyclons ce que nous ne mangeons pas. Il y a peu de gaspillage car ce qui n'est pas consommé de notre propre production est retourné à la terre sous forme de compost pour la prochaine récolte. En conservant et en séchant nos excédents, nous nous préparons au mieux aux difficultés et aux conditions changeantes.

En mangeant selon les saisons, nous adoptons toujours un mode de vie durable. Nous pouvons éviter les aliments emballés, manipulés sur le plan nutritionnel. Nous pouvons éviter les aliments pas complètement mûrs avant d'être cueillis. Nous pouvons manger frais, bio et de saison. Une valeur nutritionnelle plus élevée signifie à son tour que nous pouvons plus facilement satisfaire les besoins corporels, réduisant ainsi notre besoin de consommer des quantités excessives de produits fatigués et longtemps transportés. Nous pouvons également

réduire le besoin de toute l'infrastructure de voyage dommageable qui engloutit et détruit nos écosystèmes.

Lorsque nous endommageons quelque chose fait par l'homme, nous appelons cela du vandalisme. Lorsque nous endommageons quelque chose fait par Dieu, nous appelons cela du progrès." - Ed Begley Jr.

Encouragement des solutions pacifiques aux défis géopolitiques

En incorporant le silence et la réflexion dans nos vies, nous pouvons être plus conscients de la manière dont nous répondons aux efforts pour manipuler notre subconscient. Cela s'étend aux niveaux de la politique internationale où les agendas nationaux sont soutenus par des 'spin doctors' qui nourrissent le public avec des idées sur qui ils sont et comment ils devraient se comporter.

"Je crois de tout mon cœur que le système actuel des nations souveraines ne peut conduire qu'à la barbarie, à l'inhumanité et à la guerre." Albert Einstein, Einstein on Peace, pg

En accédant au pouvoir de la non-violence, en augmentant notre conscience de qui nous sommes et de comment nous sommes et en reconnaissant que nos propres peurs, besoins et désirs sont souvent à l'origine de nos problèmes, nous pouvons réduire l'agression, la mauvaise communication et les conflits.

Les rivières, les forêts, les terres agricoles, les déserts et les montagnes n'appartiennent à personne. Nous partageons ces ressources naturelles avec nos voisins. La nature n'a jamais prévu que nous, les humains, divisions le monde en ces nations égoïstes. Il nous est offert comme une planète pleine de ressources à partager.

Même lorsque presque toutes les frontières internationales ont changé au cours des 100 dernières années, nous continuons souvent à adhérer à l'idée qu'elles sont fixes. Que les personnes à l'intérieur des lignes sont comme « nous » et que ceux qui se trouvent à l'extérieur de ces frontières ne le sont pas.

À mesure que les populations augmentent et que nous continuons à soutenir et à insister pour demander de plus en plus, les relations entre les États-nations partageant les ressources naturelles sont inévitablement mises sous pression. L'égoïsme qui sous-tend les relations géopolitiques accepte cet état de fait comme nécessaire et juste.

Malheureusement, la défense de ces frontières est le plus grand moteur de l'économie mondiale. Pour l'arrêter, nous devrions être prêts à réorienter l'économie ou à redéfinir sa valeur. La guerre est une entreprise qui encourage la séparation les uns des autres.

'Les gens ne veulent pas la guerre. Pourquoi un pauvre type de la ferme voudrait-il risquer sa vie dans une guerre quand le mieux qu'il puisse en tirer est de revenir à sa

ferme en un morceau ? Le peuple ne veut pas la guerre. Mais, après tout, ce sont les dirigeants du pays qui déterminent la politique et il est toujours facile d'entraî

ner le peuple, que ce soit dans une démocratie ou une dictature fasciste ou un Parlement ou une dictature communiste. Le peuple peut toujours être amené à obéir aux ordres des dirigeants. C'est facile. Tout ce que vous avez à faire, c'est leur dire qu'ils sont attaqués et dénoncer les pacifistes pour leur manque de patriotisme et pour exposer le pays au danger. Cela fonctionne de la même manière dans n'importe quel pays.' - Hermann Goering, chef de l'armée de l'air nazie

Nous savons maintenant que nos systèmes internationaux de commerce ne sont ni durables ni justes. Nous prenons de plus en plus conscience qu'il est nécessaire de changer nos attitudes et nos croyances établies. La trajectoire évolutive de l'homme a été de développer de plus en plus d'armes de destruction pour se protéger contre les menaces perçues d'autres humains. Logiquement, cela ne peut pas continuer. La bombe atomique a empêché une génération de se lancer dans des guerres mondiales. Mais nous devons maintenant émerger dans une nouvelle manière de nous regarder les uns les autres. Prendre soin de nos semblables devrait être notre première et plus importante responsabilité.

Comment pouvons-nous jamais travailler ensemble si nous continuons à diviser notre monde par ces frontières fluides et fréquemment changeantes ? Quel pays serait jamais le premier à renoncer à sa souveraineté ? Quel dirigeant sacrifierait sa position privilégiée ? Comment pourrions-nous abolir les pays ?

Mais peut-être même pire, en imaginant qu'il serait d'une manière ou d'une autre possible d'établir un gouvernement mondial (sous prétexte d'une autre crise peut-être ?), comment pourrait-on leur faire confiance, étant donné qu'ils sont nés du même système de domination et de pouvoir ?

Les réponses ne résident pas dans la lutte avec un système qui s'est enraciné dans la survie, qui prétend vouloir la paix mais qui a en réalité besoin de la guerre. La réponse réside dans le fait de ne pas nourrir le système, ce qui découle de notre croyance en sa nécessité. La seule réponse est de revenir autant que possible à l'autosuffisance, au localisme, à en faire moins et à revenir à nous-mêmes. En faisant moins, nous consommons moins des produits qui stimulent la production économique.

“Une grande arme pour miner (plutôt que renverser) l'État était le refus des individus de coopérer avec lui et d'obéir à ses demandes immorales.” - Tolstoï

Vous ne pouvez pas commander une guerre ou un esclave ou déconstruire le monde naturel tout en ne faisant rien. Vous ne pouvez pas commencer une dispute ou médire de quelqu'un tout en étant assis en silence les yeux fermés.

Nous pourrions même quantifier pratiquement les avantages que la méditation pourrait avoir sur la paix mondiale. Si tout le monde ne faisait rien que de l'auto-réflexion ou de la méditation pendant deux heures sur une journée de 24 heures, la violence moyenne dans le monde serait réduite de 1/12. Si l'on tient compte des heures d'éveil dans une journée de 16 heures, 2 heures réduiraient la violence mondiale de 1/8 !

Créer un sentiment de communauté

À l'ère numérique, favoriser un sentiment de communauté n'a jamais été aussi important. Dans la réflexion sur la pratique de la non-violence, la vie communautaire encourage les gens à se soutenir mutuellement, à partager les ressources et à travailler collectivement. La vraie communauté est fondée sur la patience, l'amour, le respect, la compassion et les valeurs partagées.

Ce sentiment d'appartenance et d'interconnexion peut motiver les individus et leur donner un sentiment d'appartenance. En revenant à nous-mêmes et par conséquent en nous déplaçant moins, des relations locales plus fortes se développent, réduisant le besoin de chaînes d'approvisionnement mondiales gourmandes en ressources.

Les humains ont besoin de plus que de simples contacts électroniques/virtuels. La plupart de notre communication est non verbale, selon des études jusqu'à 93 % ! Être en présence de quelqu'un, partager l'espace physique est une partie souvent négligée de la vie communautaire. L'énergie de nos corps se transmet autour de nous et aide à créer des relations de toutes sortes. En présence physique de quelqu'un, votre énergie se mêle à la leur, même sans se toucher. Vous inspirez ce qu'ils expirent et vice versa, la force vitale qui nous garde en vie et unis.

Des techniques de respiration partagée entre les gens existent dans plusieurs cultures anciennes, de la salutation en se touchant les narines au partage d'appareils à fumer en passant par les baisers et les câlins platoniques. Des études montrent que les battements de cœur se régulent en fonction de la présence des autres. Ce sont des éléments essentiels pour créer des relations communautaires basées sur l'unité, l'amour et la compréhension entre les humains.

Éducation et Plaidoyer

En revenant à nous-mêmes et en apprenant à nous concentrer plus étroitement sur chaque activité, l'éducation de chaque sujet qui entre dans la conscience présente est portée à un niveau profond.

Pour Lanza Del Vasto, chaque activité devrait être effectuée du premier au dernier pas, avec l'intention, ***'non pas seulement de faire des choses, mais de faire des gens' (Le Pèlerinage Aux Sources, pg 108, Denoel, 1943)***. C'est l'attention portée aux détails, née de la patience qui vient de l'apprentissage de rester calme et observateur, qui rend les actions et l'éducation de la vie non violente si solides et vitales.

Nous voulons tous que nos enfants soient plus patients, de meilleurs auditeurs et des êtres humains plus attentionnés. Nous voulons qu'ils aient les outils pour prendre les meilleures décisions pour eux-mêmes. En apprenant à rester calmes, en comprenant qui ils sont, ils peuvent développer un profond sentiment de valeur personnelle, suffisamment fort pour résister aux pressions croissantes du monde moderne. Ils peuvent développer la force de voir le monde tel qu'il doit être vu, comme un endroit de paix, et agir en conséquence.

Établir des connexions spirituelles

La vie non violente met l'accent sur la transformation intérieure comme le chemin essentiel pour créer un changement positif dans le monde, elle inspire un changement profond de conscience. Devenir plus conscient de notre humanité peut créer une manière différente de voir et de résoudre les problèmes auxquels le monde est confronté et nous permettre de le faire d'une manière à la fois efficace et durable.

Communication non violente

En apprenant la non-violence, la violence exprimée par les frustrations causées par la technologie moderne et les pressions pour se conformer est atténuée. La non-violence ne nous encourage pas seulement à nous parler les uns aux autres dans des termes respectueux mais nous apprend à écouter patiemment et profondément la personne derrière les mots. Cela peut en soi fournir un cadre de dialogue constructif de respect et de compréhension mutuels. En donnant à chacun une voix dans la gestion des communautés, dans l'indépendance respectueuse des dons et des capacités, des talents et des limites de chacun, la non-violence peut fournir un moyen de communication nécessaire pour améliorer les relations personnelles à travers les frontières culturelles et internationales.

La communauté encourage les relations de dépendance et de civilité, à connaître nos voisins et à collaborer avec eux. En développant la confiance en nos voisins et collaborateurs, nous commençons à recréer les communautés qui, ces derniers temps, disparaissent lentement.