

« Considérablement documenté, cet essai profond, éclairé, sensible et nécessaire offre une précieuse feuille de route pour voyager ensemble vers un monde meilleur. »

Matthieu Ricard,
moine bouddhiste, humanitaire et auteur

« Quiconque est intéressé par arrêter la marche inconsciente de l'humanité vers sa propre extinction devrait lire ce livre. C'est un traité très important et éminemment pratique, [...] un livre merveilleux. S'il touche une masse critique, on pourrait en effet espérer un monde plus pacifique, plus juste, plus durable, plus sain et plus joyeux. »

Deepak Chopra,
auteur et pionnier de la médecine intégrative
et de la transformation personnelle

« Ce livre présente avec lucidité les nouveaux chemins qu'il est urgent d'emprunter pour dépasser la mondialisation de l'ignorance et de l'indifférence, et bâtir l'avenir que les nouvelles générations méritent. »

Federico Mayor
ancien directeur général de l'Unesco

POLITIQUE DE L'ÊTRE

THOMAS LEGRAND

POLITIQUE DE L'ÊTRE

Sagesse et science
pour construire le nouveau monde

Traduit de l'anglais (États-Unis)
par Xavière Boitelle



Robert Laffont

© Éditions Robert Laffont, S.A.S., Paris, 2024
ISBN : 978-2-221-26987-9
Dépôt légal : février 2024
Éditions Robert Laffont – 92, avenue de France 75013 Paris

*À la sagesse de la Terre
et à toutes ses représentations culturelles,
à ceux qui en ont semé les graines...*

*À mes filles, Sonia et Océanne,
à tous les enfants de la Terre mère
et à ceux qui restent à venir.*

Table des matières

Préface.....	11
La solution est à l'intérieur	15
Distinguer la spiritualité de la religion	16
La dimension intérieure du développement.....	17
Une transformation en cours	19
La politique de l'être : l'accomplissement de chacun comme nouveau projet politique	22
Mon chemin personnel	27

I

VERS UN ÉVEIL COLLECTIF

1. Un modèle de développement obsolète.....	39
Un développement ambivalent et insoutenable	39
La décorrélation entre bonheur et accumulation matérielle.....	41
Un sous-développement intérieur	44
2. Une crise évolutive	47
Une crise civilisationnelle	47
Vers une nouvelle histoire : de la séparation à l'inter-être.....	48
L'évolution spirituelle de l'humanité : une idée dont l'heure est venue	53
3. Être, le nouveau paradigme	67
Un nouveau paradigme de développement est nécessaire.....	67
De l'avoir à l'(inter-)être.....	70
Une théorie élémentaire de ce changement	73
La politique de l'être comme nouveau paradigme de développement	79
Quelques antécédents de la politique de l'être	83

II

LES VALEURS SPIRITUELLES, FONDEMENTS
DE LA POLITIQUE DE L'ÊTRE

4. Compréhension	93
Le paradigme de simplification	93
La pensée systémique et la reconnaissance de notre interconnexion	94
La pensée intégrale ou comment prendre en compte l'ensemble des dimensions d'un problème	98
La pensée complexe : un remède aux maux de notre époque...	103
Transcender la pensée dualiste	107
Connaissance et développement intérieur : un même chemin ..	108
5. Vie	112
Une nature vivante	114
Inter-être avec la Terre mère	116
Les bienfaits de la nature	118
La Chine : des ressources culturelles pour une civilisation écologique	121
<i>Vivir bien</i> et <i>buen vivir</i> : institutionnaliser les intentions ne garantit pas leur réalisation	123
Biomimétique : la sagesse de la nature comme inspiration	125
6. Bonheur	128
Le bonheur national brut (BNB) du Bhoutan	128
Un nouveau paradigme de développement	130
La science du bonheur	133
Le bonheur : une manière d'être, un art de vivre	137
Parce que je suis heureux	142
7. Amour	146
Dieu est amour	147
L'altruisme : une qualité indispensable pour faire société	148
La vieille histoire de l'égoïsme et de la compétition	149
La nouvelle histoire de la bonté, de l'altruisme et de la coopération	152
De l'illusion à la réalité : reconnaître notre potentiel altruiste ..	154
La compassion : une qualité à cultiver	156
8. Paix	161
Une culture de la paix et de la non-violence	161
Domination ou partenariat : deux modèles culturels opposés...	163
Le recul de la violence : une tendance de long terme	165
Les cultures de partenariat : des environnements favorables à l'épanouissement personnel	166

TABLE DES MATIÈRES

Arracher les racines de la domination :	
protection de l'enfance et équité de genre.....	168
Équité économique : un facteur majeur de bien-être social.....	171
Non-violence : le chemin de la politique de l'être	176
Réconciliation : guérir le passé pour pouvoir évoluer	178
Écoute profonde et paroles aimantes :	
les conditions d'un dialogue véritable.....	180
9. Pleine conscience.....	183
La révolution de la pleine conscience	183
Quand la science démontre les nombreux bienfaits de la pleine conscience	185
Une pratique qui se professionnalise et se popularise pour se répandre dans de nombreux secteurs	187
« Le Royaume-Uni, nation consciente » : une vision transpartisane au cœur du parlement britannique.....	189
Vers des sociétés conscientes : un chemin nécessaire	191
10. Mystère.....	194
Une mystérieuse réalité	195
Expérimenter la réalité ultime.....	199
Science et hérésie	201
Synthèse.....	204

III

UN PROGRAMME D'ACTION

11. Petite enfance et famille.....	215
Prendre soin de la petite enfance : une priorité pour l'épanouissement individuel et collectif.....	215
Soutenir une parentalité consciente pour favoriser l'attachement sécuritaire	217
Prévention, détection et guérison des traumatismes chez les enfants	221
Des couples sains pour des familles saines	223
12. Éducation	225
L'éducation positive et le développement du caractère pour favoriser l'épanouissement des enfants...	226
Valeurs, coopération, communauté et service : apprendre à vivre ensemble	229
Arts et sports sont indispensables au développement intégral des enfants.....	232
Vers des communautés d'apprentissage.....	233

Des approches personnalisées pour favoriser l'expression du potentiel unique de chaque enfant.....	235
13. Travail et organisation	241
Les organisations Opale, un modèle performant, adapté au nouveau stade de développement de l'humanité	242
Autogouvernance : le principe au cœur des « entreprises libérées ».....	244
Un exemple d'organisation Opale : Buurtzorg	245
Le potentiel humain au cœur du fonctionnement des organisations Opale.....	247
Une vision différente de la nature humaine.....	248
Intelligence collective et motivation intrinsèque pour plus de performances.....	249
Offrir un environnement favorable à l'« affirmation de soi ».....	250
À l'écoute de la raison d'être évolutive de l'organisation.....	252
Des cadres juridiques adaptés.....	256
Un revenu universel : des avantages multiples	257
Un changement de paradigme dans notre rapport au travail..	260
14. Santé	265
Encourager des modes de vie sains : alimentation, activité physique et consommation	266
Le cœur et l'esprit, sources de notre santé.....	267
Guérir les traumatismes : à la source de la santé mentale	271
Renforcer les capacités humaines du personnel soignant	275
Une politique sanitaire multisectorielle.....	276
Le nouveau paradigme de la médecine intégrative	280
15. Agriculture et alimentation	281
Un régime alimentaire conscient, bon pour les individus et la planète.....	281
Agriculture industrielle : un modèle obsolète.....	285
Le nouveau paradigme de l'agroécologie ou comment travailler <i>avec</i> plutôt que <i>contre</i> la nature.....	287
La souveraineté alimentaire pour régénérer les territoires, les communautés et les personnes.....	290
16. Nature.....	291
Reconnaître les droits de la nature pour une coexistence harmonieuse entre tous les êtres	291
Une médecine subtile pour la Terre.....	296
Conservation bioculturelle et promotion de la conscience écologique.....	302
17. Justice	304

TABLE DES MATIÈRES

La justice rétributive : un paradigme dans l'impasse.....	304
Le paradigme alternatif de la justice restaurative.....	306
Une approche plus efficace, cultivant les qualités humaines...	308
La pleine conscience au service de la justice.....	313
18. Économie.....	317
De la rareté à l'abondance.....	318
Réformer les droits de propriété	
intellectuelle à l'ère du numérique	320
Un nouveau système de valeurs et de nouveaux indicateurs...	322
Un Green New Deal mondial.....	325
Satisfaire les besoins fondamentaux de tous.....	328
Réduire les inégalités pour conduire la transition écologique, satisfaire les besoins fondamentaux de tous, et préserver la cohésion sociale.....	331
Relocaliser l'économie pour sortir du moins-disant social et environnemental et renforcer les communautés locales...	334
Démocratiser le système économique.....	338
Transformer le système monétaire	339
19. Gouvernance.....	344
Un nouveau paradigme pour la démocratie fondé sur une participation accrue des citoyens	345
Démocratie concurrentielle et polarisation politique	346
Le système de gouvernance bahá'í : un modèle à adapter	348
Intégrer l'ensemble des valeurs positives	
présentes dans le spectre politique.....	350
De meilleures délibérations	
pour une décision politique plus éclairée.....	352
Le potentiel de la démocratie directe en complément de la démocratie représentative et délibérative.....	359
Institutions politiques pour la politique de l'être : conseil de sagesse et gouvernance intelligente.....	362
Gouvernance internationale :	
une transformation des Nations unies	368

IV

LA POLITIQUE DE L'ÊTRE EN PRATIQUE

20. Une seule planète	375
Une civilisation de l'universel où chaque nation partage le meilleur d'elle-même.....	376
Dialogue interreligieux et éthique planétaire.....	378

Interspiritualité : vers une culture spirituelle partagée, ouverte sur la science et la diversité des expériences.....	380
La Sagesse de la Terre	385
21. De multiples nations	388
L'importance de l'héritage culturel dans l'évolution sociale.....	388
À chaque nation de définir sa propre vision de la politique de l'être.....	390
Les âmes des nations en quête de réalisation	395
Le piège nationaliste de l'ego collectif.....	400
Cultiver la conscience de soi des nations	402
22. Leaders de l'être.....	404
L'intelligence spirituelle : pour un leadership éveillé.....	404
La voix intérieure : le guide des grands leaders	408
Instruments de l'esprit : les forces spirituelles à l'œuvre.....	410
Épilogue.....	419
Remerciements	427
À propos de l'auteur	429
Références bibliographiques.....	433
Encadré 1 : Inter-être par Thich Nhat Hanh.....	51
Encadré 2 : La vie de Bahá'u'lláh et de son maître, le « Báb »..	54
Encadré 3 : Le processus d'avènement d'un nouvel ordre mondial selon Bahá'u'lláh.....	56
Encadré 4 : La vie de Sri Aurobindo.....	57
Encadré 5 : Les plans d'existence dans le développement civilisationnel selon Sri Aurobindo.....	58
Encadré 6 : Le cycle de développement des sociétés selon Sri Aurobindo.....	60
Encadré 7 : Un exemple de phénomène complexe : les effets de la réintroduction des loups à Yellowstone.....	104
Encadré 8 : Les limites de l'approche scientifique simplificatrice : l'exemple de la stratégie française de lutte contre les cancers.....	106
Encadré 9 : Eudémonisme.....	138
Encadré 10 : La recette du bonheur personnel.....	140
Encadré 11 : Les six principes de non-violence du docteur Martin Luther King Jr.....	230
Encadré 12 : Savoir être et vivre ensemble (SEVE) : aider les enfants et les adolescents à grandir en discernement et en humanité.....	230
Encadré 13 : Le système éducatif finlandais.....	236

TABLE DES MATIÈRES

Encadré 14 : L'« émancipation citoyenne » (« <i>Folk-Bildung</i> »), le secret du succès des pays nordiques.....	238
Encadré 15 : Épigénétique et traumatismes intergénérationnels.....	272
Encadré 16 : De l'extase pour traiter les troubles de stress post-traumatique ?.....	274
Encadré 17 : Une monnaie mondiale.....	340
Encadré 18 : Monnaies locales.....	343
Encadré 19 : Cyberdémocratie à Taïwan.....	353
Encadré 20 : Principales capacités caractérisant l'intelligence spirituelle.....	353
Encadré 21 : Les dix messages clés de la politique de l'être.....	424
Tableau 1 : Histoire de la Séparation.....	49
Tableau 2 : Les différents stades de développement de la conscience humaine.....	64
Tableau 3 : Typologie des bienfaits découlant des interactions avec la nature.....	120
Tableau 4 : Vue d'ensemble des modèles organisationnels associés à chaque stade de développement.....	242
Tableau 5 : Aspects positifs et négatifs des différentes visions du monde aux États-Unis.....	352
Figure 1 : Bien-être subjectif et PIB.....	42
Figure 2 : Le chemin intérieur vers la durabilité : une théorie du changement.....	79
Figure 3 : Institutions et individus dans la politique de l'être....	82
Figure 4 : Leviers pour intervenir dans un système selon Donella Meadows.....	96
Figure 5 : Les quatre quadrants chez l'être humain, selon la théorie intégrale.....	99
Figure 6 : Problèmes sanitaires et sociaux, et leur lien avec les inégalités de revenu.....	172
Figure 7 : Théorie du donut.....	367
Figure 8 : Les rouages d'une gouvernance intelligente selon Nicolas Berggruen et Nathan Gardels.....	390
Figure 9 : Carte culturelle du monde selon Inglehart-Welzel (2020).....	390

Remerciements

De nombreuses conditions favorables ont permis à ce livre de voir le jour. Tout d'abord, je tiens à remercier mon épouse, Emelina Corrales, d'avoir partagé ce rêve et contribué à créer ces conditions. Ensemble, nous avons discuté longuement de presque toutes les idées abordées ici. À l'évidence, elle mérite d'être reconnue comme cocréatrice de la Politique de l'être.

J'aimerais par ailleurs exprimer ma gratitude aux enseignants spirituels qui m'ont montré la voie et inspiré ce travail, en particulier au maître Zen Thich Nhat Hanh, notre regretté Thay, et à l'ensemble de la communauté du Village des Pruniers pour son soutien sur le chemin.

Je remercie mes parents pour l'éducation qu'ils m'ont apportée et pour leur soutien bienveillant à mes projets, aussi fous soient-ils.

Je suis très reconnaissant envers Jazia Tedeschi, qui m'a aidé à corriger l'anglais de la première version de ce livre et en a sans conteste amélioré la forme. Nos conversations ont été précieuses et ont souvent été pour moi un soulagement. Merci également d'avoir insisté pour que je mentionne des expériences plus personnelles.

Je souhaite remercier Eliane Benisti, Sophie Rouanet et Norbert Carmignani pour avoir reconnu le potentiel de ce livre et y avoir cru, Xavière Boitelle pour son travail de traduction, Isaure Auzou pour son appui éditorial, ainsi que Robert Schipper, Laurence de Fontenay, Carlos Murillo, Rufus Pollock et Andrew Bovarnick pour leurs précieuses observations. Et merci enfin à Matthieu Ricard, Tarek Toubale, Jo Confino, Hannia Corrales, Gautier Machelon, Fabien Monteils, Julien Maury, Jean-Paul Meunier, Claudine Revol, Giovanni Beluche, Pierre Marchand, Mindahi Bastida, Jyoti Prevatt et Arthur Lyon Dahl pour leur soutien indéfectible.

Préface

Politique de l'être de Thomas Legrand est un essai profond, éclairé, sensible, nécessaire et considérablement documenté, qui offre une précieuse feuille de route pour voyager ensemble vers un monde meilleur, un monde reposant sur des valeurs plus simples et plus essentielles (solidarité et paix intérieure, bienveillance et coopération), un monde altruiste, empreint de sagesse, mais également nourri de relations durables et harmonieuses avec la nature et les huit millions d'espèces avec qui nous partageons la Terre. Abordant des thématiques aussi diverses que la spiritualité, la psychologie expérimentale, la gouvernance ou les organisations, cet ouvrage foisonne de savoirs et de solutions porteuses d'espoir.

L'un des principaux objectifs de la spiritualité, qui occupe une place centrale dans ce livre, consiste à activer le potentiel de bonté et de sagesse qui existent en chacun de nous – les bouddhistes affirment que la nature de Bouddha est présente dans tous les êtres sensibles – mais reste inactif et voilé tant qu'on ne le cultive pas. La compassion sans sagesse est aveugle, et la sagesse sans compassion est stérile : nous avons besoin de cultiver ces deux valeurs, tout comme un oiseau a besoin de ses deux ailes pour voler. La spiritualité est la voie de la transformation, qui nous guide de l'illusion vers la sagesse, de l'égoïsme vers l'altruisme, de la souffrance et la confusion vers une véritable liberté intérieure.

Mais comment passer d'une transformation individuelle à la transformation de nos institutions et de la société ? Si les individus peuvent changer en entraînant leur esprit, les sociétés changent à travers l'évolution de leur culture (comme le démontrent les remarquables travaux de Peter Richerson et Robert Boyd, condensés dans *Not by Genes Alone*¹). Cette dernière suit le processus darwinien de sélection naturelle, mais

1. University of Chicago Press, 2004.

elle est beaucoup plus rapide que l'évolution génétique, car elle permet des changements majeurs d'attitudes en l'espace de quelques générations. Individus et cultures s'aiguisent mutuellement comme deux lames de couteau.

À l'image d'un jardin dont la beauté dépend de l'éclat et de la fraîcheur de chaque fleur, pour transformer le monde, nous devons commencer par nous-mêmes. À la suite de deux mille ans de pratiques contemplatives destinées à nous faire passer de l'illusion à la sagesse, et de la souffrance à l'élimination de ses causes, plusieurs collaborations récentes entre contemplatifs, neuroscientifiques, psychologues expérimentaux ou encore généticiens ont montré qu'un entraînement adapté de l'esprit induisait des changements fonctionnels et structurels dans le cerveau grâce à la neuroplasticité, et même des changements dans l'expression de nos gènes (épigénétique). Il est donc possible de développer des qualités aussi importantes que l'altruisme, la compassion, la liberté intérieure, la résilience, le discernement et, en fin de compte, la sagesse, comme un élève apprend à lire, à écrire, à jouer aux échecs ou à maîtriser un instrument de musique. Sans pratique, ces compétences ne se développent pas.

Au cours de l'histoire, les disciples de nombreuses traditions philosophiques et spirituelles, depuis les Grecs de l'Antiquité jusqu'aux philosophes et méditants bouddhistes, ont consacré une attention particulière à la poursuite de la sagesse pour combler le fossé entre apparence et réalité, et dissiper la confusion, tout en imprégnant cette sagesse de la volonté affirmée d'aider leurs prochains.

L'éducation joue ici un rôle clé : elle ne doit pas se limiter à apporter aux élèves les savoirs nécessaires à la résolution de problèmes, mais également les inspirer à devenir de bonnes personnes pour leur propre bien et celui d'autrui.

Cette approche s'applique aussi à la politique. Thomas Legrand cite notamment Elinor Ostrom, lauréate du prix Nobel d'économie : « L'objectif central des politiques publiques devrait plutôt être de faciliter le développement d'institutions qui font ressortir ce qu'il y a de meilleur chez les humains. » L'État n'a pas pour mission de rendre les gens heureux, altruistes et sages, mais il devrait offrir des conditions optimales pour qu'ils révèlent le meilleur d'eux-mêmes, et pour que les personnes altruistes et sages s'épanouissent sans être malmenées par des profiteurs égoïstes et irresponsables.

Thomas Legrand nous rappelle aussi les propos de Ban Ki-moon : « L'ancien modèle ne marche pas. » C'est une évidence. N'oublions pas qu'en moyenne, un citoyen nord-américain émet 200 fois plus de CO₂

PRÉFACE

qu'un Zambien, et qu'un Qatari émet 2 000 fois plus de CO₂ qu'un Afghan. Comment ce modèle pourrait-il s'avérer bon et pérenne ? Le concept de développement durable ne fonctionne pas, car dans l'esprit d'un trop grand nombre de personnes, le « développement » est synonyme de croissance quantitative. Ce que nous devons établir comme nouvelle norme est l'« harmonie durable ». Une harmonie dès aujourd'hui en éradiquant la pauvreté dans un monde de surabondance, et une harmonie durable dans le temps en préservant l'équilibre avec la nature au lieu de sucer le sang de Gaïa jusqu'à la dernière goutte.

Nous pouvons vivre très heureux avec beaucoup moins. L'une des principales crises de notre époque est la crise du superflu, qui nous conduit à désirer et à acheter ce dont nous n'avons pas besoin, que ce soit pour vivre décemment ou pour nous accomplir. Le maître bouddhiste Thich Nhat Hanh l'a affirmé clairement : « Si nous voulons sauver notre planète, nous devrions commencer par reconsidérer nos idées du bonheur. »

Espérons que cet ouvrage bienvenu de Thomas Legrand inspire de nombreux lecteurs à emprunter cette voie.

Matthieu Ricard,
auteur de *Plaidoyer pour l'altruisme.*
*La force de la bienveillance*¹

1. NiL, 2013.

La solution est à l'intérieur

« *La solution est à l'intérieur.* »

Maître Zen Thich Nhat Hahn

Il est temps de puiser dans notre sagesse la plus profonde pour concevoir un nouveau modèle de développement. Le livre que vous tenez entre les mains propose une approche de la politique fondée sur la sagesse et s'appuyant sur la science : sa définition, ses fondements philosophiques, ainsi que des propositions concrètes pour sa mise en œuvre, basées principalement sur des exemples existants. Une transformation rapide de l'humanité est en cours, dont les dimensions intérieures et extérieures sont indissociables. Un profond changement culturel est donc inévitable pour assurer notre survie et notre prospérité : nos croyances, nos valeurs, notre vision du monde, ou, à un niveau plus fondamental, nos consciences sont appelés à évoluer.

Alors que la crise systémique et polymorphe à laquelle nous sommes confrontés s'intensifie, sa véritable nature éclate au grand jour. La cupidité, la haine, la peur, la rage, l'ignorance, l'égoïsme, le mensonge, l'intolérance et le fanatisme semblent se répandre partout dans le monde jusque dans la sphère politique dirigeante et entraver les changements dont notre société a besoin de toute urgence. Ces pathologies de nos consciences collectives¹ sont les symptômes d'une maladie spirituelle que nous devons apprendre à diagnostiquer, combattre et guérir pour permettre à l'humanité de s'épanouir.

C'est avant le lever du soleil que l'obscurité est la plus forte. La prise de conscience de la nature spirituelle de cette crise peut nous aider à

1. « La conscience collective est un concept sociologique fondamental qui désigne un ensemble de croyances, d'idées, de comportements et de connaissances partagés par un même groupe social ou une même société », thoughtco.com, consulté le 2 juillet 2020 (traduction libre).

trouver les remèdes appropriés. Comme nous le verrons au cours de ce livre, le changement requis est si profond et intégral, un progrès qualitatif touchant au sens même de nos vies et priorités, à notre véritable nature, que je ne vois pas d'autre mot pour le qualifier que « spirituel ». Il s'agit en fait simplement de grandir collectivement et d'apprendre à vivre ensemble comme des êtres humains matures, responsables et raisonnables. Rien de plus. Beaucoup d'entre nous ont déjà de telles personnes autour d'eux.

Le terme « spirituel » renvoie à une connexion à l'esprit ou à l'âme, ce qui ne nous avance pas beaucoup. Dans le monde occidental, on a hélas souvent opposé de façon artificielle l'esprit et la matière dans une vision purement transcendante de la spiritualité, conçue comme fondamentalement étrangère à nos corps et à nos vies sur cette terre. D'autres cultures mettent l'accent au contraire ou de manière complémentaire sur son caractère immanent, selon lequel l'esprit ou le divin imprègne et nourrit en permanence l'univers. La spiritualité peut donc être définie de diverses manières, mais elle est généralement associée à certains concepts et sentiments : l'essence, le sens et la finalité, le sacré, la connexion et l'émerveillement.

Pour ma part, j'en suis venu à considérer que tout est par essence spirituel. Le développement spirituel est ainsi la réalisation progressive de notre véritable nature divine, ce que j'appelle « être ». Cette réalisation nous amène à manifester dans le monde les qualités les plus élevées (sagesse, amour, joie, paix, etc.). Si votre propre expérience ne vous a pas amené à croire en quelque chose de l'ordre du divin ou du sacré en vous, vous pouvez aussi comprendre simplement le développement spirituel ou « être » comme le processus d'accomplissement personnel par lequel on devient une personne plus profondément authentique et meilleure.

Distinguer la spiritualité de la religion

La spiritualité désigne la science, l'art et la pratique de la connexion, de la transformation et de l'accomplissement intérieurs. C'est la science psychologique – au sens de connaissance de notre intériorité – en action. Il ne s'agit pas de religions, mais de leur essence, à savoir l'expérience vécue ou l'éternelle étincelle qui brille ou devrait briller en leur sein. Les religions, quant à elles, sont des institutions sociales censées organiser, faciliter et soutenir la vie spirituelle de leurs disciples. Ces constructions historiques et culturelles exercent leur influence et leur pouvoir sur leurs communautés. Par conséquent, elles tendent à refléter toutes les faiblesses humaines et elles sont à l'origine d'innombrables guerres et

persécutions. Leur volonté d'enfermer la spiritualité dans des credo, des formes, des rituels, des codes moraux et des systèmes sociaux stricts a trop souvent freiné l'évolution humaine.

Dans notre perspective, la religion n'est utile que dans la mesure où elle sert une spiritualité authentique. Il n'y a aucune raison de laisser la spiritualité aux croyants théistes (qui croient en un dieu ou un être suprême) ou non théistes. Elle appartient aussi aux athées (qui ne croient pas en l'existence de Dieu), aux agnostiques (qui réservent leur jugement sur l'existence ou la non-existence d'un ou plusieurs dieux), aux philosophes, aux poètes, aux artistes et à tout un chacun.

La dimension intérieure du développement

Une évolution spirituelle est nécessaire, car les innombrables problèmes qui affectent le monde s'enracinent dans un déséquilibre fondamental entre, d'une part, la puissance matérielle et technologique de l'humanité, et, d'autre part, le sous-développement relatif de la conscience, de la sagesse et de l'éthique nécessaires pour gérer cette puissance ainsi que la complexité croissante de notre monde qu'elle a engendrée.

La puissance de l'humanité est telle que beaucoup de scientifiques la considèrent désormais, à travers le concept d'Anthropocène¹, comme la principale force géologique sur Terre. Nous avons maintenant la capacité de nous détruire et d'anéantir la planète entière, lors d'une guerre nucléaire par exemple. Mais notre modèle de développement ne nous a pas conduits au type d'évolution intérieure permettant de bâtir une société plus sage, à même d'utiliser sa puissance à bon escient. Au contraire, ce déséquilibre entre le développement extérieur et intérieur, et les menaces qu'il fait peser augmentent vite, en particulier avec l'apparition de l'intelligence artificielle, de la bio-ingénierie et de notre capacité, dans un avenir proche, à transformer radicalement les êtres humains.

Utilisée de manière raisonnable, la technologie serait en mesure de résoudre la plupart de nos problèmes. Cependant, son mauvais usage actuel pourrait bien provoquer l'effondrement de notre civilisation. L'historien Yuval Noah Harari conclut son célèbre *Sapiens. Une brève histoire de l'humanité* par cette question inquiétante : « Y a-t-il rien de

1. L'Anthropocène désignerait une nouvelle époque géologique qui suit l'Holocène et a commencé il y a plus ou moins 12 000 ans. Elle se caractérise par une influence dominante de l'activité humaine sur le climat et l'environnement. Les autorités scientifiques compétentes étudient actuellement la reconnaissance de l'Anthropocène comme nouvelle époque géologique.

plus dangereux que des dieux insatisfaits et irresponsables qui ne savent pas ce qu'ils veulent¹ ? » L'auteur suggère d'investir les mêmes efforts et les mêmes sommes d'argent dans les progrès de la conscience humaine que dans l'amélioration de l'intelligence artificielle².

Si nous voulons conserver et cultiver nos libertés individuelles tout en relevant les nombreux défis collectifs, chacun doit se montrer plus responsable. En l'an 2000, à l'occasion d'un long dialogue interculturel très engagé, la société civile mondiale reconnaissait déjà qu'il nous fallait « un changement d'esprit et de cœur ». C'est ce que préconise la Charte de la Terre, « une déclaration de principes éthiques fondamentaux visant à construire, au XXI^e siècle, une société mondiale plus juste, durable et pacifique³ », proposée par les Nations unies⁴. Derrière cette idée se cache une vérité simple – si simple que nous l'avons peut-être tous oubliée au fil du temps – et que les progrès technologiques et les crises éthiques rendent encore plus évidente aujourd'hui : tous nos problèmes trouvent leur origine dans nos esprits et dans nos cœurs. C'est également là que se trouvent les solutions. Alors que nos problèmes deviennent de plus en plus complexes et imprévisibles, nous avons plus que jamais besoin de revenir à cette vérité simple.

Les plus grands leaders spirituels semblent tous nous rappeler les propos de Platon : « Cette cité est ce qu'elle est parce que nos citoyens sont ce qu'ils sont. » Selon le quatorzième dalaï-lama, que j'ai eu la chance de rencontrer dans sa résidence en Inde en 2023 – une expérience profondément transformatrice pour moi –, « le problème fondamental, c'est qu'à tous les niveaux nous accordons trop d'intérêt aux aspects matériels et extérieurs de l'existence en négligeant la dimension éthique et les valeurs intérieures. [...] Tant que l'on donnera la priorité aux biens matériels, l'injustice, la corruption, l'iniquité, l'intolérance et la cupidité – toutes les manifestations du désintérêt pour les valeurs intérieures – perdureront⁵ ». Amma⁶, figure spirituelle et humanitaire indienne, en convient également : « De nos jours, c'est à l'extérieur que nous recherchons les causes et les solutions de tous les problèmes du monde. Dans notre

1. Albin Michel, 2015.

2. Harari, 2018.

3. earthcharter.org, consulté le 22 juillet 2020 (traduction libre).

4. D'autres déclarations des Nations unies mentionnent de manière explicite l'objectif du développement spirituel, comme l'Action 21. Ce plan d'action non contraignant sur le développement durable a été élaboré dans le cadre du Sommet « Planète Terre » qui s'est déroulé à Rio de Janeiro (Brésil) en 1992.

5. Sa Sainteté le dalaï-lama, 2014.

6. amma.org, consulté le 22 juillet 2020.

précipitation, nous oublions la plus grande des vérités : la cause de tous les problèmes se trouve dans le mental humain. Nous oublions que le monde ne peut devenir bon que si le mental individuel devient bon. Par conséquent, parallèlement à la compréhension du monde extérieur, il est essentiel d'aller à la découverte du monde intérieur¹. » Le pape François a évoqué ce sujet dans la lettre encyclique *Laudato si'* sur la sauvegarde de la maison commune : « Les déserts extérieurs se multiplient dans notre monde, parce que les déserts intérieurs sont devenus très grands². »

Bien qu'il ne soit pas toujours clairement articulé, ce besoin d'un « changement de conscience » est à présent reconnu par une communauté grandissante de leaders d'opinion ou de personnes anonymes comme la clé de la réponse aux nombreux défis auxquels fait face l'humanité. Quels que soient les mots employés, l'attention porte de plus en plus sur la nécessité d'un profond changement culturel. L'édition 2020 du Rapport sur le développement humain, document de référence dédié à la réflexion sur le développement et publié chaque année par le Programme des Nations unies pour le développement (PNUD), l'affirme : « Pour entrer audacieusement dans l'Anthropocène et permettre à tous de s'épanouir tout en réduisant les pressions exercées sur la planète, l'humanité a besoin ni plus ni moins d'un changement radical des mentalités, concrétisé par des mesures politiques³. »

Ce changement culturel doit être si profond qu'il implique inéluctablement une évolution des fondements spirituels et philosophiques de nos sociétés. Nombre de ces fondements ont été établis en Chine, en Inde, en Perse et dans le monde gréco-romain entre le VIII^e siècle et le III^e siècle avant Jésus-Christ, une période que le philosophe allemand Karl Jaspers (1883-1969) a appelée la « période axiale⁴ ». C'est une nouvelle période axiale qui s'ouvre à nous aujourd'hui.

Une transformation en cours

Cette transformation est non seulement possible, elle est même en cours. Les développements scientifiques – décomposition de l'atome, exploration extragalactique, calcul quantique, etc. – ont considérablement aiguisé nos connaissances et notre pouvoir sur la nature ainsi

1. Amma, 2004.

2. Sa Sainteté le pape François, 2015. Le pape François cite ici le pape Benoît XVI (Homélie pour l'inauguration solennelle du ministère pétrinien, 24 avril 2005).

3. Conceição, 2020.

4. Jaspers, 1954.

que sur la condition humaine. Ils remettent aujourd'hui en cause les idéologies modernes tout en nous invitant à revisiter les sagesses et les traditions spirituelles, comme nous le verrons dans cet ouvrage. Outre la science, la mondialisation et l'essor des technologies d'information et de communication telles qu'Internet (considéré par certains comme le « cerveau de l'humanité ») sont également des forces évolutives qui ont exacerbé notre sens de l'interconnexion. L'humanité fait l'expérience d'un processus inédit d'échange et de synthèse d'informations au travers duquel elle peut soit se perdre, soit apprendre à se connaître, réfléchir à son histoire et choisir consciemment son évolution. Ce sont des conditions essentielles pour notre transformation spirituelle collective.

Selon Ronald Inglehart, le politologue le plus reconnu étudiant l'évolution des valeurs au niveau mondial¹, dans les « pays développés », la prospérité et la sécurité sans égales de l'après-guerre ont déjà provoqué un important changement culturel. Alors que la plupart des nouvelles générations ont pu considérer la survie comme acquise, ces sociétés, dont les valeurs étaient initialement matérialistes, ont évolué vers des valeurs post-matérialistes. Cette évolution s'inscrit dans une transition encore plus vaste de valeurs centrées sur la survie vers des valeurs centrées sur l'expression de soi². Par conséquent, « les questions spirituelles au sens large se popularisent dans les sociétés post-industrielles³ », tandis que la religion perd de son attrait. En effet, ce changement culturel radical déplace l'attention auparavant portée à la sécurité économique et physique, mais aussi au respect des normes de groupe, vers la liberté individuelle et l'autonomie, l'ouverture aux nouvelles idées, la tolérance et l'empathie à l'égard des exogroupes (communautés LGBTQ+, étrangers, etc.), l'égalité des genres, la participation aux prises de décision, la protection de l'environnement, la sécularisation, etc.

Inglehart estime que les valeurs évoluent surtout avec les nouvelles générations, car les valeurs de base d'un individu reflètent en grande

1. Né en 1934, Ronald Inglehart était professeur émérite de sciences politiques à l'université du Michigan. Titulaire de plusieurs doctorats honorifiques, il a remporté le prix Johan-Skytte, souvent considéré comme la plus haute distinction dans le domaine des sciences politiques, en 2011. Ronald Inglehart a notamment dirigé la World Values Survey, un réseau international de chercheurs en sciences sociales qui ont réalisé des enquêtes nationales représentatives de l'opinion publique de plus de 80 sociétés sur les 6 continents habités, englobant 90 % de la population mondiale.

2. Selon Ronald Inglehart, la transition entre les valeurs de survie et les valeurs d'expression individuelle qui a dominé les sociétés post-industrielles a été précédée d'une transition entre les valeurs traditionnelles et les valeurs séculières et rationnelles, associée à l'avènement des sociétés industrielles.

3. Inglehart, 2018 (traduction libre).

partie ses conditions de vie à l'âge préadulte. Ce changement culturel constitue le principal moteur de mutation des institutions sur le long terme, qui se produit souvent dès que ledit changement a atteint une masse critique et se propage dans toute la société au travers des médias et de l'éducation. C'est pourquoi les changements sociétaux restent assez nouveaux alors que les valeurs sous-jacentes ont beaucoup évolué depuis une cinquantaine d'années. Néanmoins, un récent déclin de l'économie et de la sécurité existentielle, combiné à la hausse des inégalités et de l'immigration, est aujourd'hui à l'origine d'un contre-coup culturel et d'un retour aux valeurs de survie (solidarité, rejet des étrangers, stricte adhésion aux normes culturelles, et obéissance aux leaders puissants) chez les personnes qui conservent des valeurs culturelles traditionnelles et craignent de voir leur monde disparaître. Cette dynamique favorise l'ascension des mouvements politiques xénophobes, populistes et autoritaires, et elle représente, toujours selon Inglehart, la principale cause de la montée du populisme d'extrême droite.

Outre ce changement culturel très positif et son récent recul, des études ont depuis peu révélé une détérioration notable sur le long terme de la confiance interpersonnelle dans l'ensemble des pays occidentaux à revenu élevé¹, ainsi qu'une érosion des liens sociaux en découlant. Nous pouvons effectivement observer une hausse du pire comme du meilleur². Si les valeurs d'expression personnelle identifiées par Inglehart sont largement teintées d'individualisme et ne nous invitent pas nécessairement à cultiver le meilleur de nous-même, je pense qu'elles constituent une étape dans cette direction, au sein d'une tendance encore plus large à la véritable réalisation de soi.

Paul Ray et Sherry Ruth Anderson, respectivement sociologue et psychologue américains, ont souligné la dimension spirituelle du changement culturel actuel. Lors de leur étude sur l'évolution des valeurs sociales, ils ont attribué le nom de « créatifs culturels » aux membres d'un groupe sociologique en pleine expansion, pionnier de ce changement culturel progressiste. Ils ont identifié parmi eux un noyau de personnes plus éduquées, socialement impliquées et influentes, qui se passionnent pour la spiritualité. Ce constat

1. Algan *et al.*, 2019 ; Rahn & Transue, 1998, cités dans Ricard, 2014. Voir chapitre 7.

2. 'Abdu'l-Bahá, 1982. « Peu importe à quel point le monde matériel avancera, il ne peut pas établir le bonheur de l'humanité. Ce n'est que lorsque les civilisations matérielle et spirituelle seront liées et coordonnées que le bonheur pourra être assuré. [...] Dans la civilisation matérielle, le bon et le mauvais avancent ensemble et au même rythme », explique le leader bahá'í.

les a amenés à parler de l'« émergence d'une culture planétaire de sagesse¹ ».

Pour relever les défis d'aujourd'hui, aucune politique sérieuse ne peut faire l'économie de la question intérieure. Il s'agit de placer au cœur de nos efforts le changement de nos cultures, et plus précisément, de nos consciences. Il n'y a aucune raison d'opposer cela aux nombreuses autres réformes politiques dont nous avons urgemment besoin, et qui sont parfois bien connues mais se font attendre. Très souvent, elles devraient plutôt être considérées comme les deux faces complémentaires d'une même pièce : le changement intérieur permettant le changement extérieur, et le changement extérieur incarnant et facilitant cette prise de conscience.

La politique de l'être : l'accomplissement de chacun comme nouveau projet politique

Ce livre présente les motifs, la vision et les moyens de mise en œuvre pour faire de l'accomplissement de chacun notre nouveau projet politique. C'est ce que j'appelle la « politique de l'être ». Je souhaite rendre compréhensible par tous ce besoin impérieux d'un changement de conscience planétaire et placer cette question au cœur du débat public. Cette vision a déjà inspiré des ouvrages brillants et de magnifiques initiatives. Mais elle n'a jusqu'à présent fait son apparition que très timidement dans les médias, l'univers de la recherche et le champ politique.

Le changement culturel est parfois reconnu comme un des facteurs clés pour résoudre la crise climatique, comme dans le rapport de 2022 du Giec², qui mentionne le rôle des « transitions intérieures » et des « changements de valeurs ». Néanmoins, cette option reste le plus souvent théorique et ne fait l'objet d'aucune réelle discussion, comme si, implicitement, il s'agissait d'un facteur sur lequel nous n'avions pas prise. C'est, comme on dit en anglais l'« éléphant dans la pièce » dont personne n'ose parler, et encore moins reconnaître la dimension spirituelle. La voie intérieure du changement est si étrangère à notre logiciel culturel que son potentiel reste inexploité. Nous préférons chercher des solutions qui nous sont familières (nouvelles technologies, mesures

1. Ray & Anderson, 2000 (traduction libre).

2. Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat, *Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change. The Working Group III Contribution to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change*, sections 17.2.3, « Psychology, Individual Beliefs and Social Change », p. 2828-2829, https://report.ipcc.ch/ar6wg3/pdf/IPCC_AR6_WGIII_FinalDraft_FullReport.pdf.

financières, etc.), même si elles ne peuvent pas en elles-mêmes répondre à la crise civilisationnelle à laquelle nous faisons face. Comme si, après avoir perdu un objet dans une rue sombre, on le cherchait non pas là où il était tombé, mais là où il y avait de la lumière.

Pourtant, comme nous allons le voir, cette évolution des consciences sous différentes formes progresse peu à peu. Alors que, crise après crise – à l’instar de la pandémie de Covid-19 –, ce changement s’effectue à tâtons, le présent ouvrage nous invite à opérer ce changement collectif de manière consciente en une génération. Il nous manque pour cela une réflexion simple, claire et logique, enracinée dans la science et les débats politiques en cours, qui puisse non seulement s’adresser au cœur des gens, mais aussi convaincre les décideurs et les leaders d’opinion. Une telle vision est encore trop souvent perçue comme vague et inconsistante, sans fondement solide ni possibilité réelle de mise en œuvre. Elle peut donc être rapidement balayée d’un revers de manche.

Nous avons par ailleurs besoin d’une vision et d’un cadre intégrant l’ensemble des revendications et des initiatives pertinentes. La plupart de ces propositions se focalisent sur des points de vue spécifiques (par exemple, celui d’une tradition spirituelle) ou sur certaines dimensions de la transformation culturelle et spirituelle qui se joue en ce moment, comme la compassion, le bonheur ou la pensée systémique. Relier tous ces éléments entre eux doit permettre à ce mouvement de prendre conscience de lui-même, de s’organiser et finalement de peser sur le plan politique et social. J’ai donc tenté d’intégrer nombre de ces brillantes idées, en citant notamment les ouvrages de référence, pour montrer qu’elles avaient chacune toute leur place dans la politique de l’être.

Il nous faut enfin un programme politique traduisant cette vision en mesures concrètes pour l’ensemble des secteurs de la société. Il s’agit de mettre à profit la puissance des leviers politiques et institutionnels pour soutenir la mise à l’échelle de cette transformation dans le temps qui nous est imparti. L’accent est généralement plutôt mis sur un changement de conscience « par le bas » et sur la nécessité d’évolutions individuelles qui entraîneront les changements politiques et institutionnels. Ces derniers sont peu débattus ou de manière incantatoire et générale, vague et peu opérationnelle. Ayant passé vingt ans à étudier et à travailler sur les questions de politique publique, je pense pouvoir contribuer à cela.

La méthode que je propose ici consiste à marier sagesse et sciences. Les connaissances scientifiques à proprement parler n’indiquent pas ce à quoi nous devrions nous employer, les valeurs que nous devrions défendre, ni la direction qu’il serait souhaitable de donner à nos sociétés.

Nous nous sommes égarés à force de considérer le développement technologique et économique comme une fin en soi. Nous avons besoin de sagesse pour guider nos nations. Les connaissances scientifiques nous permettront, quant à elles, d'approuver ou non (en tant alors qu'applications ou qu'interprétations erronées), de spécifier et de concrétiser les orientations générales qu'une approche fondée sur la sagesse nous indique. Cette sagesse, nous la trouvons dans les traditions qui la cultivent depuis des siècles, voire des millénaires – lui permettant d'imprégner nos cultures, condition *sine qua non* d'un usage légitime et efficace aujourd'hui – et nous mobilisons la science pour l'adapter aux réalités actuelles.

La vision que je décris s'inspire donc des nombreuses traditions de sagesse qui ont fleuri un peu partout sur Terre au fil du temps. Par-delà les traditions dites spirituelles et religieuses, elle inclut également les traditions philosophiques quand elles sont restées fidèles à leur étymologie (l'« amour de la sagesse ») et à la recherche originelle d'une transformation intérieure.

Hélas, ce n'est généralement plus le cas pour la philosophie occidentale, ce qui explique partiellement la grave crise spirituelle que nous traversons. Dans la Grèce antique, la philosophie était un art de vivre, une manière d'être, un effort de transformation intérieure qui s'appuyait sur des exercices spirituels¹. Le discours n'en représentait qu'une infime partie. Toute personne sur le chemin de l'amélioration ou la réalisation de soi était philosophe. L'ensemble des écoles philosophiques de l'époque a mis en garde contre la tendance naturelle de l'être humain à se laisser entraîner dans le discours et à abandonner la vision de la philosophie en tant que mode de vie. Avant d'être totalement absorbée par le christianisme, la philosophie gréco-romaine a façonné la vie spirituelle chrétienne en apportant des exercices concrets, des modèles et des termes précis. Le christianisme a par la suite endossé la fonction spirituelle de la philosophie, et laissé la « philosophie » devenir un exercice purement intellectuel et théorique, fournissant une base conceptuelle à la théologie.

Après le Moyen Âge, la « philosophie » a peu à peu regagné son indépendance par rapport à la religion, et elle a hérité de nombreuses caractéristiques médiévales de la théologie abstraite. De nos jours, elle est souvent considérée comme un art de la pensée, plus axé sur les concepts et la terminologie que sur la découverte des lois essentielles et de la vérité de nos propres vies. Elle est enseignée par des professeurs

1. Hadot, 2002.

d'université, qui sont les seuls à pouvoir prétendre au titre de « philosophe ». En outre, contrairement à ce qui se passait au Moyen Âge, il est rare que l'absence d'une dimension spirituelle dans la philosophie soit aujourd'hui contrebalancée par la religion. La spiritualité a été assimilée à la religion et rejetée par la philosophie et la modernité occidentale, avec de lourdes répercussions sur l'évolution de nos sociétés.

Alors que les religions ont parfois servi à diviser l'humanité, la véritable spiritualité rassemble les individus. Selon moi, toutes les traditions spirituelles partagent donc une même sagesse dont les différentes formes et couleurs enrichissent notre humanité. Mon expérience personnelle, par essence limitée, m'a rapproché de certaines de ces traditions, notamment celle de mon enseignant, le maître Zen Thich Nhat Hanh, qui apportent un éclairage particulier à cet ouvrage. Cette sagesse planétaire – la sagesse de la Terre –, qui émerge de ces différentes traditions spirituelles, offre, à travers un dialogue continu entre elles, ainsi qu'avec la science et l'histoire, la base nécessaire au développement de la politique de l'être.

Les traditions de sagesse représentent le patrimoine le plus précieux de l'humanité. Elles apportent une profonde compréhension de la nature humaine ainsi que des connaissances et des outils pratiques pour un développement intérieur et finalement social. En réalité, la sagesse spirituelle ne relève pas uniquement de notre vie intérieure. Elle peut s'appliquer à tous les domaines de la vie, et à tout ce que nous faisons, comme le montrent souvent les enseignants spirituels. Les enseignements spirituels peuvent éclairer les sociétés et leur évolution, puisque ces dernières reflètent les schémas et enjeux psychologiques, émotionnels et spirituels des individus qui la composent. Aucun individu ne peut s'épanouir sans se tourner vers l'intérieur. Il en va de même pour les sociétés.

Cette réflexion est aussi nourrie par la science. Je mobilise tout au long de cet ouvrage les dernières avancées dans plusieurs disciplines issues en particulier des sciences humaines, comme la science politique, l'économie, la sociologie, l'anthropologie, l'étude du développement, la psychologie et les neurosciences. Les lecteurs pourront d'ailleurs consulter les multiples notes de bas de page et références bibliographiques pour approfondir les thèmes abordés. Je m'appuie sur des exemples tirés de nombreux pays, en particulier la France, mon pays d'origine, et les États-Unis, pour lesquels une foule de données sont disponibles. Les États-Unis représentent sans doute le pays le plus ancré dans l'ancien paradigme matérialiste et individualiste – que l'on peut appeler « Histoire de la Séparation » (voir chapitre 2) – et le plus attaché au développement économique. Ils illustrent donc parfaitement les difficultés de

l'ancien modèle, ainsi que la nécessité d'une transition vers le nouveau paradigme de l'être.

À l'origine, je pensais rédiger ce livre comme une proposition purement objective et fondée sur la science, dans la lignée des documents que j'ai l'habitude d'écrire pour des agences des Nations unies ou des gouvernements. Je considère qu'il y a en effet dans cet ouvrage le matériel nécessaire pour cela. Toutefois, je me suis aperçu qu'il manquerait l'essentiel. J'ai donc choisi d'entremêler la science et la spiritualité, l'inspiration et les faits concrets, la théorie et la pratique, et même d'y ajouter quelques expériences personnelles. Comment pourrais-je traiter cette question de l'évolution humaine en séparant la tête du cœur ? La sagesse et la compréhension profonde ne peuvent émerger de notre seul mental pensant. Mais elles doivent pouvoir se relier à l'état de nos connaissances scientifiques pour établir une base commune nécessaire à tout débat public, qui ne saurait se limiter à quelques cercles et communautés spirituelles.

J'espère que les lecteurs de cet ouvrage trouveront l'inspiration, les concepts, arguments et références utiles pour assumer pleinement leur rôle dans la grande transformation en cours de la planète Terre. J'invite les plus sceptiques, qui rejetteraient habituellement les arguments empreints de rhétorique spirituelle et de subjectivité, à employer leurs compétences scientifiques pour évaluer la justesse et la solidité de cette proposition, en se référant aux sources et aux preuves citées. Un grand merci pour votre ouverture d'esprit.

Dans la première partie de cet ouvrage, nous expliquerons pourquoi seul un éveil collectif peut répondre à cette crise civilisationnelle et nous ouvrir les voies d'un développement authentique et réellement « durable », et comment concevoir une politique de l'« être » (et non de l'« avoir ») pour cela.

Dans la deuxième partie, nous évoquerons la manière dont de nouvelles théories et pratiques dans les domaines scientifique et politique sont en train de préparer le terrain pour fonder le progrès social sur des valeurs spirituelles (compréhension, vie, bonheur, amour, paix, pleine conscience, etc.).

La troisième partie du livre s'intéressera aux stratégies et aux mesures qui, instaurées dans différents secteurs, pourraient constituer une politique de l'être.

Enfin, la dernière partie analysera divers moyens d'élaborer et de mettre en œuvre une politique de l'être à l'échelle nationale et internationale. Je considère ce livre comme une méditation nous permettant

d'observer en profondeur, sous différents angles, les questions essentielles relatives à notre évolution collective, et de nous familiariser ainsi avec le paradigme émergent de l'« être ».

Mon chemin personnel

Puisque ce changement de conscience doit être *in fine* individuel et ne peut être intégré qu'au travers d'expériences personnelles, je vais partager avec vous mon propre chemin. J'espère que cela aidera certains d'entre vous à mieux comprendre mon propos. Je reviendrai à un format plus classique d'essai dès le chapitre suivant.

Alors que, adolescent parisien, je m'ouvrais au monde à la fin des années 1990, j'ai commencé à ressentir en moi, dans mon entourage, mais aussi dans les systèmes économiques et sociaux que j'étudiais, la même violence et le même inconfort, une sorte de maladie étouffant la vie en nous. J'ai progressivement pris conscience qu'il devait y avoir un lien entre cette confusion intérieure et les désordres du monde. La plupart des gens faisaient comme si tout allait bien. Mais moi, je n'allais pas bien. Malgré une situation sociale privilégiée, une belle bande d'amis et quelques aperçus éphémères des vastes potentialités que pouvait offrir la vie, j'étais en proie à une intense souffrance, à la peur, à l'insécurité et à la solitude qui se manifestaient dans les limbes des découvertes excitantes et des expériences joyeuses de l'adolescence. Je luttais pour trouver un sens à ma vie.

Il m'a fallu un peu de temps pour prendre conscience que la plupart des gens qui m'entouraient n'allaient pas nécessairement mieux. Puis j'ai compris que, contrairement à moi, tous ne mentaient pas et ne faisaient pas semblant. Beaucoup n'étaient juste pas conscients de leur état intérieur. Il m'arrivait parfois d'entrapercevoir à travers leur aveuglement les abysses de douleur qu'il s'agissait de se masquer à soi-même. C'était pour moi effrayant. J'ai finalement compris que toute cette souffrance, cette insécurité et cette aliénation étaient entretenues par notre système économique : elles en étaient même les moteurs et les moyens de sa perpétuation.

J'avais l'impression de ne pas regarder la télévision, mais que c'était plutôt elle qui me surveillait et me nourrissait (tout comme le reste du monde câblé) de ces mythes fallacieux prétendant que le bonheur se trouve (ou plutôt se trouvera) dans la consommation, la réussite professionnelle, le statut social, le pouvoir, l'ego, etc.

La télévision contrôlait nos pensées, nous rappelant sans cesse ce paradigme social et les risques d'en dévier. Pour exister ou simplement

pour survivre en société, il fallait intégrer le système. On devait feindre d'ignorer la peur, l'incompréhension ou la colère qui nous habitaient. Nos parents n'ayant pas voulu les voir en face, ils ne nous avaient jamais appris à les reconnaître. L'humanité avançait inconsciente et semblait surprise à chaque nouvelle tragédie qui ponctuait son chemin. Francis Fukuyama, célèbre historien, avait même prédit l'universalisation de la démocratie libérale occidentale comme forme finale de tout gouvernement humain. On pouvait donc dormir sans crainte.

J'ai obtenu une maîtrise en sciences de gestion à Paris. Ce n'était pas inintéressant, mais sûrement pas une vocation. Même si j'étais curieux de tout, je n'arrivais pas à imaginer une manière de travailler et de vivre dans ce système qui me permettrait de me réaliser. J'avais déjà conscience qu'au plus profond de mon âme, j'étais en quête de sens et d'inspiration, de quelque chose qui me fasse rêver. Mais où le trouver ? Mon projet était plutôt de partir voyager à travers le monde dès que je le pourrais.

J'ai saisi ma chance grâce à un séjour d'études à Mexico fin 2002, après mon admission à Sciences Po Paris. Six mois en congé de ma propre culture, beaucoup de temps libre et d'expériences en tout genre : d'aventures, de fêtes, de rencontres... Dont une, en particulier, qui a changé ma vie à jamais : la découverte de la spiritualité indigène.

Je me suis retrouvé un jour dans la poussière rouge d'un village perdu de la Sierra Madre orientale, où vit encore l'une des tribus indigènes les plus préservées au Mexique : les Huichols. Devant moi, un profond canyon plongeait dans les entrailles de la Terre. De la roche, des terres arides, un silence immuable. Seule une légère brise faisait remuer de temps à autre quelques fleurs sauvages s'élevant parmi les herbes sèches. Un environnement rude, et aucune trace humaine à l'horizon. À un moment donné, mon regard a été attiré par une forêt de conifères de l'autre côté du canyon, à environ deux ou trois cents mètres de là. Soudainement, un vaste espace s'est ouvert en moi. Pendant un instant, j'ai eu l'impression d'être de l'autre côté : je ressentais la forêt en moi, comme si j'y étais. J'étais sonné. Je faisais partie de la forêt, et la forêt faisait partie de moi.

Ont suivi plusieurs expériences de profonde reconnexion à moi-même et à la Terre mère. Une nuit, je me trouvais dans une petite maison en adobe, au sein d'un village indigène caché par le brouillard, au cœur des montagnes de Oaxaca, dans le sud du pays. Je contemplais les offrandes de fleurs placées au centre d'un cercle cérémoniel. Les lumières vacillantes des bougies à la cire d'abeille posées à même le sol les éclairaient et projetaient leurs ombres dansantes sur les murs. Les fleurs me

rappelaient les relations pleines de respect et d'affection que ce peuple avait su tisser avec son environnement, et qui étaient palpables dans le rituel exécuté par le chaman cette nuit-là. Tout le monde autour de moi était déjà endormi, emmitouflé dans des couvertures sur le sol de ciment glacé. Je me sentais extrêmement apaisé, empli de gratitude à la pensée de ce que le Mexique m'avait apporté, et j'ai décidé alors d'y revenir après mon dernier semestre d'études à Paris.

Le lendemain matin, la porte s'est ouverte, laissant une lumière crue nous tirer d'un lourd sommeil. Des gens venus de Mexico étaient arrivés et j'ai fini par passer la journée avec eux. Nous avons grimpé au sommet de la montagne pour solliciter du « Chicon Nindo », l'esprit des lieux, la permission de réaliser leur cérémonie. Lorsque nous sommes retournés au village dans la soirée (après avoir dévalé en courant quelques pentes abruptes), j'ai demandé au chaman qui dirigeait ce petit groupe si je pouvais me joindre à eux pour la cérémonie. Je ne savais pas si c'était ce que je voulais faire, car c'était aussi la dernière nuit que je pouvais passer avec ma petite amie mexicaine de l'époque. Le chaman s'est arrêté un moment et m'a répondu : « Bien sûr, frère, tu es le bienvenu. »

Je ne saurais décrire sa voix à ce moment-là. Elle m'a transpercé et touché si profondément que ma décision a été immédiate. J'avais observé ce chaman pendant la journée et j'étais impressionné par sa présence. Il dégageait une puissance mystérieuse qui imprégnait tous ses gestes, ses paroles et ses regards souvent dissimulés derrière un chapeau. Je lui ai posé beaucoup de questions cette nuit-là durant la cérémonie. Pour la première fois, j'ai pu percevoir dans ses enseignements un chemin spirituel clair. J'ai tout de suite su que j'avais trouvé ce que je cherchais depuis si longtemps, sans pouvoir le nommer jusqu'alors. Et j'ai compris pourquoi j'allais revenir au Mexique : pour apprendre le chamanisme auprès de cet homme et de son groupe.

J'avais trouvé un combat qui en valait la peine – la chance du guerrier spirituel, le terme utilisé dans la tradition toltèque pour désigner une personne sur la voie. J'ai établi une fois pour toutes mon chemin spirituel comme ma priorité. Je voulais explorer tout mon potentiel en tant qu'être humain. Les potentialités que je venais d'entrapercevoir me permirent de toucher la volonté nécessaire en moi pour activer mon processus de transformation. Quand j'ai commencé, au prix de grands efforts, à prendre soin de moi, à me soigner et à cultiver mon énergie, je me suis rendu compte que je n'avais vécu jusqu'alors qu'à moitié. J'avais déjà compris que la vie était un combat dont j'avais remis en question la valeur. Et j'ai décidé de choisir un combat qui en valait la peine. « L'astuce réside dans ce sur quoi on insiste. Soit nous nous

rendons misérables, soit nous nous rendons forts. L'effort à fournir est le même¹ », a déclaré un chaman toltèque.

Je me sentais profondément soulagé et libre. J'ai pu tout à coup lâcher nombre d'idées que mon éducation, ma famille et ma culture m'avaient imposées. Une vision de la vie, de ce qu'elle devait être et de ce que je pouvais en attendre, ou de la manière dont fonctionnait l'univers... Tout au fond de moi, je savais depuis longtemps que j'étais incapable de croire en toutes ces choses, de répondre à ces attentes et de me réaliser ainsi. Une porte s'est ouverte sur l'immensité de la vie, et j'ai pu sentir ce que je voulais vraiment, mon aspiration la plus sincère : suivre le chemin du cœur.

« Tous les chemins sont pareils, ils ne mènent nulle part [...]. Ce chemin possède-t-il un cœur ? S'il en a un, le chemin est bon. Sinon, à quoi bon ? [...] Sur celui-ci, le voyage sera joyeux, et tout au long du voyage, vous ne formerez qu'un. L'autre vous fera maudire l'existence. Le premier vous rendra fort, l'autre faible². » Tel est l'un des préceptes toltèques qui m'ont guidé. J'ai plongé dans ce mystère afin de voir ce qu'il y avait pour moi, et j'ai trouvé bien plus que je n'aurais pu imaginer !

Ce fut le véritable point de départ de mon chemin spirituel intentionnel, même si je m'aperçois aujourd'hui qu'il a toujours fait partie de ma vie. À 19 ans, un matin, alors que, maussade, je me traînais pour aller à la fac, je me suis soudainement éveillé et arrêté. Je me souviens très bien où j'étais : devant l'ascenseur du rez-de-chaussée. Quelque chose en moi a compris à cet instant que je voulais sincèrement faire le bien dans ce monde et devais donc prendre soin de moi. J'étais en droit de demander à l'univers de m'aider et je savais qu'il le ferait. Pour une raison ou une autre, cela m'apparut alors comme une évidence. Mais la vie a continué et cette vision intérieure s'est estompée.

Après mon premier séjour au Mexique, j'ai commencé à m'en remettre au Grand Esprit, à solliciter son aide et à m'offrir comme instrument de sa volonté. Je sens qu'au fil des années, cette intention a pris de plus en plus corps.

Le chaman que j'avais rencontré là-bas exerçait aussi la médecine moderne. Sa vie personnelle et sa vie professionnelle semblaient en complète harmonie. Je me demandais comment faire de même. La reconnexion avec la Terre mère dont j'avais fait l'expérience au Mexique m'avait permis de prendre davantage conscience de tous les abus que nous lui faisons subir. J'ai donc décidé d'orienter ma vie professionnelle

1. Don Juan Matus, cité dans Castaneda, 1988.

2. Don Juan Matus, cité dans Castaneda, 2012.

vers la conservation de la nature. J'avais le sentiment que c'était la meilleure contribution que je pouvais apporter à ce moment de l'histoire. En parallèle, le contact d'enfants des rues et de communautés indigènes démunies m'a sensibilisé à l'injustice sociale et à la souffrance humaine qu'elle engendre. Il m'est devenu évident que la voie spirituelle que je commençais à arpenter devait nécessairement être un chemin de service, reflété dans ma profession. Il me fallait un « mode de vie juste », selon l'expression bouddhiste, et me transformer pour devenir un meilleur outil du changement social. Pour la première fois, au Mexique, j'ai entendu parler d'une prophétie maya qui annonçait un changement de conscience, pour lequel l'année 2012 devait représenter un tournant décisif. Je pensais qu'en effet, il faudrait peut-être une décennie pour que le système actuel atteigne ses limites et finisse éventuellement par s'effondrer.

Une fois revenu en France, j'ai pris quelques cours en plus pour finalement obtenir un diplôme en développement international plutôt qu'en commerce international. Je voulais travailler pour la Terre, mais je ne pensais pas avoir les compétences requises. J'ai donc provisoirement opté pour la microfinance, domaine dans lequel je pouvais mettre à profit mes connaissances en gestion des entreprises et en développement international. J'ai décroché un stage de deux mois au sein de l'Unesco à Paris. Et dès le premier jour, ma cheffe m'a proposé une mission en tant que consultant pendant un mois supplémentaire au Mexique !

Six mois après l'avoir quitté, j'y revenais pour évaluer un programme d'alphabétisation financé par l'Unesco et mis en œuvre par un organisme de microfinance au Chiapas. J'ai finalement passé presque trois ans au Mexique, à apprendre autant que je pouvais de chamans, tout en travaillant comme manager ou consultant pour diverses organisations de microfinance. Si j'appréciais l'approche non paternaliste de ce secteur, et son accent mis sur la confiance, la responsabilité et l'autonomisation, j'en ai aussi découvert les mauvais côtés. Des esprits et systèmes corrompus peuvent facilement transformer une idée formidable, développée pour le bien commun, en un instrument d'exploitation.

J'ai fini par rentrer en France, épuisé par différents problèmes personnels, et plus que jamais en prise avec les blessures et les schémas psychologiques que je tentais de soigner et de transformer. J'entendais toujours ce puissant appel à agir pour la Terre, sans pour autant savoir quelle expertise apporter. Je me suis donc tourné vers le conseil en organisation et stratégie, sachant que cela me serait toujours utile si je décidais de continuer à travailler dans la microfinance ou en tant que consultant. Je souhaitais explorer un autre type d'environnement

professionnel et j'étais curieux de découvrir celui vers lequel mon parcours, avant mon expérience mexicaine, me dirigeait. Il s'agissait aussi pour moi d'une pratique que les chamans toltèques appellent « ne-pas-faire », par laquelle on expérimente une personnalité sociale différente, afin de relâcher quelque peu l'emprise de notre ego. J'ai gardé cet emploi pendant trois ans, dont la moitié passée à Madagascar pour une mission de réforme du secteur financier. Durant ce séjour, j'ai fréquenté des « tradipraticiens » et me suis familiarisé avec leurs connaissances traditionnelles, tant spirituelles que thérapeutiques, tout en approfondissant mon travail de guérison intérieure.

En parallèle, j'ai entrepris un doctorat en économie écologique. Ce doctorat portait sur le programme national costaricain de « Paiements pour services environnementaux », par lequel l'État incite des propriétaires terriens à conserver la forêt en les payant chaque année pour les services que la forêt fournit : séquestration de carbone, conservation de la biodiversité et des ressources en eau, beauté scénique. Ma thèse m'a appris trois choses.

Tout d'abord, en observant la situation sous l'angle de l'économie écologique et institutionnelle, et non de l'économie environnementale plus traditionnelle, je découvrais une histoire bien différente de celle qui nous est souvent racontée. Il s'agissait davantage d'aider et de récompenser de façon symbolique les personnes intrinsèquement motivées à prendre soin de la nature dont elles et leur voisinage profitaient, plutôt que de rendre la conservation de l'environnement attrayante d'un point de vue financier aux yeux de quelques *Homo economicus* qui ne s'intéresseraient qu'à leurs propres profits.

Deuxièmement, la question n'était donc pas de savoir comment influencer des individus égoïstes afin qu'ils agissent pour le bien commun. Par-delà une meilleure régulation, il s'agissait avant tout de transformer cette mentalité cherchant toujours le profit individuel, dans laquelle s'enracinent les problèmes environnementaux. Cela faisait écho à la conclusion d'une grande voix du monde scientifique dans le domaine de la gestion des ressources naturelles. Lorsqu'elle a reçu le prix Nobel d'économie en 2009, Elinor Ostrom, politologue et économiste américaine, a résumé en quelques mots la leçon la plus importante qu'elle avait tirée de cinquante années de recherche : « Concevoir des institutions pour forcer (ou “nudger”) des individus poursuivant uniquement leurs intérêts propres à produire de meilleurs résultats a été le principal objectif proposé aux gouvernements par les analystes de

politiques publiques durant les cinquante dernières années. Un travail approfondi de recherche empirique m'amène à soutenir qu'au contraire, un aspect central de toute politique publique devrait être de faciliter le développement d'institutions faisant ressortir ce qu'il y a de meilleur chez les êtres humains¹. »

Enfin, j'ai compris que la durabilité doit s'appuyer non seulement sur les moyens de subsistance des individus, mais sur leur identité même en tant que nation, comme en témoigne le Costa Rica. Le pays avait par exemple initialement choisi 2021, date du bicentenaire de son indépendance, pour atteindre la neutralité carbone². Être un pays écologique et démilitarisé est la principale source de fierté des Costariciens. Certaines personnes m'ont même dit qu'un Costaricien n'aimant pas la nature n'était pas un bon Costaricien.

En fait, le résultat le plus important de ma thèse est... ma femme, d'origine costaricienne ! Trois mois avant ma première recherche de terrain au Costa Rica, je traversais une crise personnelle et avais envie de tout laisser tomber : ma thèse, mon travail et même l'ONG de conseil environnemental que je venais de monter avec quelques amis. Je voulais me consacrer à une technique de soin énergétique que je venais tout juste de découvrir. Accablé par la fatigue et par une rupture sentimentale mettant fin à une relation de cinq ans, j'avais perdu foi en ce que je faisais. Cependant, ma directrice de thèse m'a rappelé l'engagement que j'avais pris et la nécessité de l'honorer : je devais me rendre au Costa Rica. Mon ex-petite amie m'a alors dit : « Les choses arrivent toujours pour une bonne raison. Qui sait ? Tu rencontreras peut-être quelqu'un là-bas... »

Je suis arrivé au Costa Rica en août 2009. Je séjournais dans un hôtel à bas prix qui louait des chambres à l'heure, ce qui est rarement bon signe ! Je me sentais plus seul que jamais dans ce lieu inconnu. Le jour où j'ai rencontré Emelina, j'ai décidé de lui louer une chambre pour les deux prochains mois. Je me suis dit : elle fait de la méditation Zen et elle travaille dans le secteur de la conservation de l'environnement, donc on devrait pouvoir s'entendre en principe. Nous sommes vite devenus très amis, si bien qu'à la fin de mon séjour, je l'ai invitée pour une petite virée au Mexique. Deux ans plus tard, pendant lesquels nous

1. Ostrom, 2009. Nous avons choisi de traduire l'anglais « *institutions that bring out the best in humans* » en « institutions qui font ressortir ce qu'il y a de meilleur chez les humains », ce qui nous semble refléter plus correctement la pensée d'Ostrom que la traduction officielle : « institutions tirant parti de ce qu'il y a de meilleur chez les êtres humains ».

2. Cet objectif n'a toutefois pas été atteint et il a été repoussé à 2050.

nous sommes peu à peu rendu compte que nous étions des flammes jumelles – deux moitiés d'une même âme –, nous avons décidé de nous mettre en couple. J'étais sidéré : un univers conscient m'avait directement envoyé de France pour retrouver Emelina dans sa maison au Costa Rica. Avec le recul, je me sens un peu comme une pizza ayant été livrée en trente minutes chrono !

À la suite de ma rencontre avec des chamans mexicains, je n'ai bien sûr pas changé du jour au lendemain pour vivre à la hauteur de mes nouveaux idéaux. En fait, j'y travaille encore. Mais j'ai posé mon intention, et ces accords personnels – qu'il me faut toujours cultiver et méditer – ont commencé à façonner ma vie personnelle et professionnelle. Peu à peu, toute ma vie – ma femme, mes amis, mon travail, mon lieu de vie, etc. – s'est articulée autour de mon chemin spirituel, et de nombreux cadeaux du ciel ont commencé à se manifester. Au fil du temps, j'ai eu la chance d'étudier et de pratiquer plusieurs traditions spirituelles, en particulier la méditation et les arts énergétiques. Il m'est apparu clairement qu'elles renvoyaient toutes à un même type d'expérience et de compréhension. J'ai développé une grande confiance dans la sagesse proposée par les traditions spirituelles et par leurs enseignants, car je voyais bien qu'elle transformait ma vie de manière très positive. Je m'intéressais en particulier à leur compréhension de notre réalité et de nos défis collectifs actuels.

En 2010, au détour d'une mission professionnelle qui m'avait amené en Inde, j'ai découvert les enseignements de Sri Aurobindo – un maître spirituel hindou connu pour ses enseignements sur l'évolution spirituelle de l'humanité que nous verrons par la suite – dont je me suis tout de suite senti très proche. Cette vision d'une humanité engagée dans un processus évolutif spirituel a cheminé en moi et m'est apparue progressivement comme le prisme approprié à travers lequel les événements du monde pouvaient prendre un sens plus juste et plus profond. Cela me paraît d'ailleurs presque incroyable que cette compréhension soit pour ainsi dire absente du débat public. Néanmoins, j'ai constaté que du jour au lendemain, des idées qui semblaient auparavant extravagantes pouvaient trouver leur place dans la discussion. Cela a été le cas pendant la crise financière de 2008, durant laquelle nous avons commencé à admettre l'obsolescence de notre système économique et à nous ouvrir à de nouvelles possibilités. La promesse d'un changement possible... réitérée aujourd'hui à la suite de la pandémie de Covid-19.

Pendant mon doctorat, je suis aussi devenu consultant indépendant dans le domaine de la conservation de l'environnement et du développement durable en Amérique latine, en Afrique et en Asie pour des

organisations internationales, telles que des agences des Nations unies, ainsi que des ONG et des entreprises. Cela a été mon travail depuis plus de dix ans. En tant que spécialiste de l'environnement, j'ai toujours eu le sentiment de travailler à contre-courant, car la dynamique économique globale s'oppose de manière intrinsèque à la logique de durabilité environnementale. J'en suis arrivé à conclure que les objectifs de durabilité sont inatteignables sans un véritable changement de paradigme, une profonde réorientation de nos systèmes économiques, de nos sociétés et de nos vies mêmes.

Bien que j'aie travaillé à des niveaux très stratégiques, comme des politiques nationales de développement vert, il n'y avait jamais eu la possibilité de travailler sous l'angle abordé ici ni d'avancer la vision qui germait en moi. On a rarement l'occasion de remonter jusqu'aux racines de nos problèmes. C'est pourquoi j'ai eu le sentiment de devoir prendre le temps d'écrire ce livre que je mûrissais depuis 2012. Alors que j'en termine la rédaction, je travaille aussi au développement d'une Alliance pour des systèmes alimentaires conscients au sein du PNUD. Ce mouvement vise à soutenir la culture des capacités intérieures (mentalités, valeurs, visions du monde, compétences transformatives, etc.) qui activent le changement systémique et la régénération. Il est structuré autour d'une communauté de pratiques permettant à ses membres de se soutenir, d'apprendre les uns des autres et de collaborer pour mener ensemble des actions dans ce domaine sur le terrain, intégrées aux nombreux projets agricoles et alimentaires existants¹. Il fait écho aux Objectifs de développement intérieur, l'un de nos partenaires, qui a mis en évidence l'importance des compétences intérieures pour atteindre les Objectifs de développement durable, à travers un cadre regroupant vingt-trois qualités transformatives regroupées en cinq dimensions : « être », « penser », « connecter », « collaborer » et « agir »².

Quelle joie de voir cette approche enfin gagner en légitimité et les tabous sur ces questions commencer à se lever ! Mon travail m'a permis de partager cette vision avec des personnes évoluant dans des organisations très diverses, qui se sentent souvent isolées et non autorisées à exprimer leur sagesse profonde. Or, en créant un espace rendant ce type de discussion possible, ce qui est de plus en plus le cas depuis la

1. Les domaines d'action incluent par exemple la résilience psychologique des agriculteurs, le renforcement des cultures alimentaires traditionnelles et des savoirs ancestraux, l'éducation à l'alimentation consciente, les dialogues et processus d'élaboration de politiques publiques conscients, la transformation des cultures organisationnelles, etc. Pour plus d'informations : www.consciousfoodsystems.org.

2. www.innerdevelopmentgoals.org, consulté le 11 août 2023.

pandémie de Covid-19, on prend conscience que beaucoup soutiennent en fait l'intégration de la dimension intérieure dans le monde du travail, y compris (ou en particulier) aux niveaux hiérarchiques les plus élevés.

Quand j'ai rencontré Emelina au Costa Rica et qu'elle a appris que j'étais français, elle m'a tout de suite dit : « Il y a un endroit en France où j'aimerais aller : c'est le Village des Pruniers. » Elle parlait du monastère bouddhiste et centre de pratique de la pleine conscience du maître Zen Thich Nhat Hanh, souvent considéré comme l'un des enseignants bouddhistes et spirituels contemporains les plus influents, et surnommé le « père de la pleine conscience ». Né au Vietnam en 1926, il a commencé à prôner la paix pendant la guerre qui a fait rage dans son pays. En 1967, le docteur Martin Luther King Jr. a proposé sa nobélisation, car il « [ne connaissait] personne de plus digne du prix Nobel de la paix¹ ».

En 2014, plusieurs semaines avant de me rendre au Village des Pruniers, j'ai noté un pressentiment dans mon journal : quelque chose d'important m'attendait là-bas. Après cette première retraite, il n'a fallu que six mois à Emelina et moi pour nous installer à proximité du centre, dans le sud-ouest de la France. Nos deux merveilleuses filles sont arrivées peu de temps après. Nous y vivons depuis lors, pratiquant avec joie la pleine conscience, la vie en communauté, et une spiritualité engagée ou appliquée à la transformation du monde.

1. King, 1967.

3

Être, le nouveau paradigme

*« Une fois les besoins de base satisfaits,
l'évolution de l'humanité n'est pas une question
d'avoir plus, mais plutôt d'être plus. »*

Charte de la Terre (2000)

Un nouveau paradigme de développement est nécessaire

Un nouveau paradigme de développement est nécessaire pour surmonter la crise civilisationnelle à laquelle nous sommes confrontés. Ce constat très répandu était déjà au cœur des débats des Nations unies sur l'agenda de développement pour l'après-2015. Ban Ki-moon, alors secrétaire général des Nations unies, avait ainsi déclaré : « L'ancien modèle ne marche pas. Nous devons [en] créer un nouveau¹. » Il avait même précisé qu'il fallait « un nouveau modèle pour une croissance dynamique », et il avait appelé à « des objectifs qui [seraient] le fondement pour une croissance économique respectueuse de la planète et qui favorise[rait] l'égalité sociale ». Ces objectifs de développement durable (ODD) ont été adoptés en 2014 comme cadre général du développement international pour la période 2015-2030². Élaborés au terme d'un processus hautement participatif permettant l'implication d'une dizaine de millions de personnes issues des différentes composantes de la société par-delà les gouvernements³, ils incluent pour la première fois l'ensemble

1. « L'ONU appelle à un nouveau modèle économique pour relancer la croissance », news.un.org, consulté le 22 juillet 2020.

2. « Les dix-sept objectifs », sdgs.un.org, consulté le 22 juillet 2020.

3. <https://journals.openedition.org/ried/540>, consulté le 27 avril 2023. Outre un processus de négociation entre États membres des Nations unies ayant duré deux ans, les consultations ont impliqué six types de parties prenantes clés : les différentes institutions onusiennes, la société civile, le secteur privé, les régions (commissions

des pays, y compris les pays dits « développés ». Les ODD proposent une transformation globale ambitieuse et adoptent une position morale claire en faveur de la dignité humaine en promettant que « personne ne sera laissé pour compte ». Ils représentent donc un accomplissement majeur, peut-être le meilleur que nous pouvions espérer dans le contexte politique international de l'époque.

Hélas, si la culture est considérée comme le quatrième pilier du développement durable¹ – lors du sommet de la Terre de 2012 à Rio de Janeiro (aussi appelé « Rio+20 »)², durant lequel les peuples indigènes ont même déclaré qu'elle devrait être considérée comme sa dimension la plus essentielle³ –, ce sujet est complètement absent du Programme pour le développement durable à l'horizon 2030 des Nations unies qui vise l'atteinte des ODD. À ma connaissance, ce programme ne propose pas de théorie du changement convaincante sur le plan global. Il se contente d'apporter des réponses ciblées dans des secteurs spécifiques, se focalisant sur les symptômes plutôt que sur les causes fondamentales de notre maladie spirituelle. L'attention portée à la « croissance économique » (voir ODD 8⁴) semble suspecte, car elle perpétue l'ancien modèle : la croissance devrait être un moyen, et non une fin en soi.

Tout cela est directement lié à notre conceptualisation du développement durable. Alors que son objectif de répondre « aux besoins du présent sans compromettre la possibilité pour les générations à venir de satisfaire les leurs⁵ » est valable, la nécessité souvent proclamée pour le développement durable de trouver un équilibre entre croissance économique, équité sociale et protection de l'environnement peut porter à confusion. En effet, plutôt axée sur le court terme, la croissance économique prend souvent le pas sur l'équité sociale et sur

économiques régionales de l'ONU), les collectivités locales et dirigeants politiques ainsi que les scientifiques.

1. Les institutions, la gouvernance ou la culture sont mentionnées comme le quatrième pilier du développement durable (Nations unies, 2014).

2. Ce sommet est aussi appelé Conférence des Nations unies sur le développement durable (CNUDD), et s'est tenu du 20 au 22 juin 2012 à Rio de Janeiro (Brésil).

3. Voir la déclaration politique des peuples autochtones rédigée lors de la conférence internationale Rio+20 sur l'autodétermination et le développement durable : « Rio+20 International Conference of Indigenous Peoples on Self-Determination and Sustainable Development », 19 juin 2012, Rio de Janeiro, forestpeoples.org, consulté le 22 juillet 2020.

4. « Promouvoir une croissance économique soutenue, partagée et durable, le plein emploi productif et un travail décent pour tous. »

5. Commission mondiale sur l'environnement et le développement, 1987.

les préoccupations environnementales, qu'elle tend à considérer comme des limites. Il est par nature très difficile de trouver un équilibre entre ces trois objectifs antagonistes. C'est pourquoi le concept de développement durable, qui propose un compromis, reste souvent très ambigu (d'où son succès politique). Il lui manque la force intérieure nécessaire pour porter la transformation dont nous avons besoin. Nous verrons au contraire que le bonheur et le développement intérieur peuvent aller de pair avec la durabilité et nous offrir l'élan indispensable au changement.

La durabilité est un terme qu'on peut considérer comme galvaudé. Je l'emploie en référence aux réponses à apporter aux défis environnementaux et sociaux, dans le seul but de rendre mon message plus clair aux yeux du grand public. Mais que voulons-nous faire perdurer ? La Terre et nos sociétés, ou le « développement » tel que nous le connaissons ? L'heure n'est-elle pas plutôt à une profonde régénération humaine, sociale et environnementale ? C'est l'épanouissement de l'ensemble de la communauté terrestre que nous devrions viser ; et abandonner la conception de la durabilité comme un objectif figé et extérieur à nous-même, pour la considérer plutôt comme un processus d'adaptation continue, fondé sur l'évolution de nos mentalités et capacités humaines, aux conditions et nécessités de la vie sur Terre et de nos sociétés.

Alors que nous prenons peu à peu conscience de la nature systémique de nos problèmes, le besoin de changer de paradigme est maintenant sur toutes les lèvres. Je trouve souvent cette phrase d'Albert Einstein dans les rapports sur la crise environnementale et climatique que je consulte dans le cadre de mon travail : « Un problème ne peut être résolu en réfléchissant de la même manière qu'il a été créé. » Ironiquement, les solutions (« nouveaux paradigmes ») les plus souvent proposées dans ces mêmes rapports s'écartent si peu de notre paradigme de développement actuel qu'elles sont vouées à l'échec, comme l'avertissait le grand physicien. Le Fonds vert pour le climat, principal dispositif financier des Nations unies dédié au changement climatique, cherche à promouvoir « un changement de paradigme vers un développement à faibles émissions et résilient pour le climat ». Mais il ne remet pas en question notre système culturel d'exploitation fondé sur l'idée de séparation. En théorie, ce système pourrait très bien se maintenir dans un monde à faibles émissions de carbone et continuer à semer le malheur. En fait, j'ai souvent l'impression qu'à travers les demi-solutions proposées, on tente d'éviter le véritable changement de paradigme dont nous avons besoin : « Il faut que tout change pour que rien ne

change¹. » Pourquoi ne pas aller au fond des choses et reconnaître que ce nouveau paradigme, dont découlent les autres changements, doit être avant tout spirituel ?

La relative confusion qui règne autour des paradigmes tient aussi à la pluralité de définitions associées à ce concept : (i) exemple ou archétype ; (ii) cadre philosophique ou théorique qui détermine ce qui peut être considéré comme valide d'un point de vue scientifique ; ou encore (iii) cadre culturel qui façonne nos perceptions². C'est cette dernière conception que je trouve la plus utile et qui est développée dans cette définition : « Une constellation de concepts et d'hypothèses qui structurent la manière dont nous voyons le monde. Ce ne sont pas nos perceptions du monde en tant que telles, mais le cadre qui modèle ces perceptions. Les paradigmes structurent aussi notre avenir. En extrapolant à partir de notre paradigme actuel, nous développons des attentes vis-à-vis de l'avenir et, au sein de ce paradigme, nous élaborons des stratégies pour réaliser l'avenir que nous souhaitons. De fait, un paradigme définit et limite l'avenir que nous pouvons imaginer³. »

Ainsi, en tant que « cadre [culturel] qui modèle ces perceptions » et guide nos actions, un paradigme peut s'apparenter à ce que Charles Eisenstein désigne sous la notion d'« histoire », et à ce que nous appelons « programme culturel » ou « logiciel culturel ».

De l'avoir à l'(inter-)être

Comme nous l'avons expliqué, c'est l'ancienne Histoire de la Séparation, au centre de notre programme culturel, qui a jusqu'à présent défini la priorité de notre modèle de développement : celle de l'« avoir », de la production mesurée en tant que Produit intérieur brut (PIB), toujours utilisé pour comparer le niveau de développement des pays. Cette approche a provoqué un déséquilibre, un sous-développement intérieur relatif et une crise éthique qui menace notre avenir. Nous avons besoin d'un développement plus intégral qui ne se focalise pas seulement sur la dimension matérielle extérieure, mais aussi sur un développement véritablement humain, avec en son centre la dimension

1. Adaptation populaire d'une phrase du *Guépard*, le roman de Giuseppe Tomasi di Lampedusa (1958) adapté au cinéma par Luchino Visconti en 1963 : « Si nous voulons que tout reste pareil, il faut que nous changions tout. »

2. Merriam-Webster, consulté le 6 août 2020.

3. Comité directeur et Secrétariat du plan national de développement, 2013 (traduction libre).

intérieure. Il devrait s'agir d'une deuxième étape d'investissement dans le développement humain, ne mettant plus l'accent sur le seul développement physique et mental par le biais de la santé et de l'éducation, mais aussi sur le développement émotionnel, psychologique, éthique et esthétique – en d'autres termes, spirituel. Nous devons passer de l'avoir à l'être, et réaliser son sens véritable : inter-être.

Ce besoin d'un développement plus intégral est souvent mis en avant par les organisations religieuses. Selon la déclaration interreligieuse publiée lors de la conférence Rio+20, « pour que le développement soit vraiment durable, nos accomplissements économiques, scientifiques et technologiques devraient soutenir les processus de développement psychologique et spirituel aux niveaux individuel et collectif. Pour vivre au sein d'une communauté terrestre harmonieuse, nous devons donner une nouvelle orientation à l'économie afin de soutenir un développement humain intégral¹ ».

Cette même déclaration cite la Charte de la Terre : « Une fois les besoins de base satisfaits, l'évolution de l'humanité n'est pas une question d'avoir plus, mais plutôt d'être plus². » Cela rejoint les observations de Ronald Inglehart selon lesquelles, au cours des dernières décennies, les « pays développés » ont connu une transition de valeurs matérialistes vers des valeurs post-matérialistes et, plus généralement, de valeurs de survie vers des valeurs d'expression personnelle. Ce constat concorde aussi avec les travaux du psychologue américain Albert Maslow, qui distingue les besoins d'« être » (besoins de « croissance ») et les besoins de « déficience »³. Les besoins de déficience incluent les besoins physiologiques, les besoins de sécurité, les besoins d'appartenance et d'amour, ainsi que les besoins d'estime. La motivation pour ces besoins baisse à mesure qu'ils sont satisfaits. Les besoins de croissance, qui se situent au sommet de la pyramide des besoins, concernent la réalisation de soi (réalisation de son plein potentiel), et la motivation pour ces derniers augmente à mesure qu'on y répond.

Enfin, comme nous le verrons au chapitre 6, « Bonheur », la science du bonheur confirme la prééminence des besoins de l'être une fois que les besoins élémentaires sont satisfaits. L'être n'est pas seulement la clé pour nos sociétés du bon usage de leur pouvoir et de l'harmonie sociale, mais aussi pour les individus de leur épanouissement. Dépassant la

1. Institut Jacob Soetendorp pour les valeurs humaines, 2012 (traduction libre).

2. *Ibid.*

3. « Maslow's Hierarchy of Needs », Saul Mcleod, PhD, simplypsychology.org, consulté le 27 juillet 2020.

vision d'un développement intégral où nos besoins matériels et intérieurs sont placés sur le même plan, la Charte de la Terre semble privilégier l'« être » face à l'« avoir » « une fois les besoins de base satisfaits ». En réalité, le développement intérieur doit nous permettre de satisfaire les besoins de base de tous, comme l'indique Amma, célèbre figure spirituelle et humanitaire indienne : « Dans le monde d'aujourd'hui, les gens souffrent de deux types de pauvreté : la pauvreté par manque de nourriture, de vêtements et de logement, et la pauvreté par manque d'amour et de compassion. Des deux, c'est du second type de pauvreté qu'il faut s'occuper en priorité, parce que si nous avons de l'amour et de la compassion dans le cœur, nous nous mettrons de tout cœur au service de ceux qui manquent de nourriture, de vêtements et de logement¹. »

En fait, l'« être » précède l'« avoir ». Nous sommes des êtres spirituels, dont l'expérience humaine génère des besoins matériels. L'avoir est une condition matérielle de l'être. C'est un moyen, et non une fin en soi. C'est pourquoi, et compte tenu du déséquilibre actuel entre « être » et « avoir », il me semble nécessaire de faire de l'« être » notre nouveau paradigme. Cela s'applique à tous les pays, quel que soit leur niveau de développement économique. Même s'il apparaît particulièrement approprié pour les pays à revenu élevé, l'investissement dans le développement personnel à grande échelle peut aussi avoir un impact positif retentissant sur le développement des pays pauvres, comme cela a été le cas en Europe du Nord au XIX^e siècle (voir encadré 14). La politique de l'être doit être adaptée aux conditions culturelles et socio-économiques actuelles, mais par souci de simplicité, je ne discuterai pas ce sujet en détail.

L'« être » pose la question de notre vraie nature. D'une part, comme nous le verrons, toutes les traditions spirituelles majeures nous enseignent que nous sommes liés les uns aux autres au niveau de notre être. J'emploie souvent le terme « inter-être », concept utilisé dans le bouddhisme pour mieux appréhender cette nature, mais il est également possible de parler de nature « relationnelle », concept de plus en plus reconnu dans le domaine des sciences humaines. Nous sommes des êtres de relation. Dès la naissance, nous développons notre identité et notre potentiel par le biais des relations, et nous vivons et nous épanouissons au travers de ces dernières.

D'autre part, se pose la question du caractère bon ou mauvais de la nature humaine. La connaissance spirituelle a tendance à affirmer que notre véritable nature est fondamentalement bonne et nous verrons que

1. « Mata Amritanandamayi, also known as Amma », amma.org, consulté le 27 juillet 2020.

les récentes recherches scientifiques tendent à souligner cet aspect de la nature humaine. Mais en tant qu'êtres humains vivant dans la réalité historique, nous sommes également sujets à l'égoïsme ou à la méchanceté. Nos institutions sociales et culturelles jouent un rôle important pour nous aider à manifester l'un ou l'autre aspect de notre nature humaine.

Une théorie élémentaire de ce changement

Avant d'étudier les tenants et les aboutissants de cette transition de l'« avoir » vers l'« être », rappelons que la science souligne de plus en plus notre capacité à changer. Si, pendant un certain temps, on a supposé que la psychologie et les comportements humains étaient en grande partie déterminés par nos gènes – qui ont naturellement évolué sur plusieurs dizaines de milliers d'années¹ –, la culture est aujourd'hui reconnue comme un autre facteur clé². De fait, en façonnant notre environnement et nos expériences de vie, la culture a même d'importantes répercussions sur l'expression de nos gènes, comme le montrent les récentes avancées dans le domaine de l'épigénétique.

En outre, les neuroscientifiques ont longtemps pensé que, une fois formé et structuré, notre cerveau était incapable de changer et ne pouvait que décliner avec l'âge. Au cours des dernières décennies, nous avons découvert et approfondi notre compréhension de la neuroplasticité du cerveau. Il s'avère que chaque expérience contribue à le remodeler, créant constamment de nouveaux neurones, renforçant ou réduisant les activités neuronales, et modifiant même les fonctions de zones spécifiques du cerveau. Les scientifiques ont été étonnés d'observer à quel point ce dernier pouvait changer. Les recherches neuroscientifiques ont notamment permis de documenter les effets de la méditation, ainsi que son potentiel pour l'épanouissement des individus et des sociétés, comme nous l'étudierons dans le chapitre 9, « Pleine conscience ».

De quelle façon cette transition de l'« avoir » à l'« être » se matérialiserait-elle dans les comportements individuels et leurs conséquences sur le plan social, en particulier du point de vue de la durabilité ? Comme nous le verrons dans les chapitres suivants, la science montre que le bonheur et les comportements prosociaux (y compris les comportements proenvironnementaux) ont tendance à aller de pair. Ils émergent naturellement sur le chemin de la réalisation de soi et du développement de nos capacités et vertus humaines, que des programmes

1. Ricard, 2014.

2. Henrich & Henrich, 2007.

éducatifs ou des pratiques spirituelles telles que la méditation peuvent nous aider à cultiver. De leur côté, la déconnexion de soi, le malheur, l'égoïsme et les comportements antisociaux vont aussi de pair. Ces deux voies reflètent fondamentalement des différences de valeurs¹. Les changements de valeurs sont possibles et tendent à précéder les changements institutionnels² qui viennent alors les renforcer. Le développement intérieur et la promotion des valeurs humaines au niveau individuel et institutionnel peuvent favoriser l'avènement de sociétés plus sages, plus heureuses et plus durables.

Au contraire, comme nous l'avons vu, le modèle actuel de développement, axé sur la croissance économique, favorise l'égoïsme et la déconnexion à soi, et il s'en nourrit. Il encourage un matérialisme excessif dont on a pu montrer le lien avec le mal-être³. De manière plus générale, il incite les gens à privilégier ce que la théorie de l'autodétermination⁴ appelle des « buts extrinsèques » (argent, gloire, image, conformité, etc.) sur lesquels notre modèle de développement s'appuie pour subsister, au détriment des « buts intrinsèques » (autonomie, relations sociales, croissance personnelle, santé mentale, forme physique, etc.). Les buts extrinsèques nous incitent à rechercher la reconnaissance d'autrui, tandis que les buts intrinsèques « sont satisfaisants à poursuivre en soi parce qu'ils sont susceptibles de répondre aux besoins psychologiques naturels⁵ ». Accorder la priorité aux buts extrinsèques reflète un sentiment d'insécurité personnelle⁶. Cela entraîne également un plus faible niveau de bien-être subjectif et une souffrance « disproportionnée par rapport à de nombreuses affections, telles que l'anxiété, la dépression, les symptômes physiques, les troubles émotionnels, la toxicomanie, l'alcoolisme, les troubles du comportement, l'absence de réalisation de

1. Les valeurs individuelles forgent en grande partie les croyances et les comportements individuels. Voir Schwarz, 2006 ; Inglehart, 2018 et Crompton *et al.*, 2016 pour obtenir davantage de références, notamment sur les comportements sociaux et environnementaux.

2. Inglehart, 2018.

3. Kasser, 2002.

4. Développée depuis les années 1970, la théorie de l'autodétermination (TAD) désigne un vaste cadre d'étude de la motivation humaine et de la personnalité. Elle se concentre sur l'interaction entre les forces extrinsèques qui agissent sur les personnes, et les motifs et besoins intrinsèques, inhérents à la nature humaine. Elle considère que les besoins les plus innés qui nous motivent sont l'autonomie, la compétence et l'appartenance sociale, ce qui peut constituer la base de l'épanouissement humain, ou l'inverse si ces besoins ne sont pas satisfaits. Voir « Theory », selfdeterminationtheory.org, consulté le 6 août 2020.

5. Schmuck *et al.*, 2000 (traduction libre).

6. Kasser *et al.*, 1995.

soi, le manque de vitalité, la baisse de satisfaction à l'égard de la vie, et la diminution des émotions agréables¹ ». La littérature scientifique rapporte aussi que les personnes ayant des buts extrinsèques ont tendance à adopter des comportements plus nuisibles vis-à-vis d'autrui et de l'environnement². Notre système économique repose sur cette déconnexion, ce qui alimente le consumérisme, la cupidité et l'avidité, l'obsession du travail et la prééminence du faire sur l'être.

Lorsque je pense à ce type de personnes, j'ai tout de suite en tête une rencontre remontant à près de dix ans. Je prenais mon petit déjeuner dans un bel hôtel d'Accra (Ghana) quand John, un homme blanc d'une cinquantaine d'années, s'est assis juste en face de moi. Nous avons engagé la conversation et il m'a interrogé sur la raison de ma présence dans le pays. Je lui ai expliqué que j'aidais le Ghana à protéger sa forêt qui était menacée. John s'est alors figé. Il m'a regardé dans les yeux et a dit d'une voix claire : « Je me demande quand le dernier arbre de ce pays sera coupé. » Il était à peine huit heures du matin : le réveil était brutal ! Je savais que je marchais sur des œufs, mais aussi que quelque chose de spécial était en train de se passer.

John a alors commencé à me raconter sa vie. C'était un entrepreneur anglais qui vivait à Singapour. Il s'occupait d'investissements dans les plantations de palmiers à huile en Indonésie et en Malaisie, et il jouait donc un rôle actif dans la déforestation. Il admettait qu'il s'agissait d'une véritable tragédie, me relatant la tristesse qu'il avait ressentie à l'occasion d'un déplacement en Indonésie quelques mois auparavant. À cette époque, les derniers vestiges d'une forêt tropicale allaient bientôt être rasés et il avait vu quelques chimpanzés errer, totalement perdus au beau milieu de vastes champs de palmiers à huile. Mais en tant qu'entrepreneur et chef de famille, il n'avait pas le choix : il devait poursuivre ces investissements. « Si je ne le fais pas, d'autres prendront ma place. Ce sont les affaires », a-t-il déploré.

Il m'a ensuite expliqué comment il passait de l'huile de palme en contrebande au Ghana, évitant ainsi les taxes sans aucun risque financier personnel : « Si les autorités m'attrapent, mon entreprise à Singapour fera faillite. Je ne perdrai que mon capital, soit à peine quelques milliers de dollars. » Il parlait beaucoup. Cela ressemblait à une confession et je me rendais bien compte qu'il me testait, moi, le défenseur de l'environnement.

Je restais plutôt silencieux. Je l'observais : il avait l'air très anxieux, agité, malsain, un mélange étrange de fierté et de honte. Malgré sa

1. Ahuvia & Izberk-Bilgin, 2013 (traduction libre).

2. Thompson *et al.*, 2013.

situation financière dont il semblait s'enorgueillir, je voyais bien qu'il n'était ni heureux, ni en paix. Son monde était un enfer où régnaient la peur et l'esprit de compétition, sa vie, le théâtre de drames absurdes. Ce n'était pas un mauvais gars : il aimait sa famille et voulait en prendre soin. Et il ne se montrait pas insensible à la destruction à laquelle il prenait part. Mais il semblait totalement déconnecté, écartelé entre sa conscience et ses choix de vie.

À un moment donné, j'ai demandé à John comment il pouvait être à la fois cet entrepreneur qui détruisait la forêt et cet être humain qui regrettait une telle catastrophe. Il a eu du mal à répondre. J'avais essayé de lui parler avec le plus de compassion possible, car j'étais surtout désolé pour lui. Quand il a quitté la table, je l'ai remercié pour cette conversation et lui ai dit de prendre soin de lui.

Lorsqu'on lui a demandé pourquoi les gens ne réagissaient pas face à la menace du changement climatique, le maître Zen Thich Nhat Hanh expliquait que puisqu'ils étaient bien souvent incapables de se sauver eux-mêmes de leurs propres souffrances, nous ne pouvions pas nous attendre à ce qu'ils s'inquiètent du sort de la Terre mère¹.

Voyons maintenant plus en détail comment le développement d'êtres humains plus matures se traduirait sur le plan social. Scientifiquement prouvés, les nombreux effets de la méditation nous indiquent le type de changements de comportement que le développement intérieur peut favoriser (voir chapitre 9, « Pleine conscience »). Nous pouvons aussi nous intéresser aux témoignages de personnes plus avancées sur le plan spirituel, qui ont compris la direction vers laquelle le développement spirituel nous emmenait. Selon Wayne Teasdale (1945-2004), moine catholique américain, les grands mystiques de toutes les traditions spirituelles partagent fondamentalement une même expérience : celle de l'unité avec tout ce qui est². Les autres personnes, les plantes, les animaux, les pierres, tout ce que notre conscience peut appréhender, sont expérimentés comme faisant partie d'un même soi.

Sri Aurobindo l'a affirmé : « C'est seulement en reconnaissant et en réalisant notre unité avec autrui que nous pouvons réaliser intégralement notre être propre, notre vrai moi³. » Cette idée peut être conceptualisée de différentes manières selon les traditions, par exemple au travers du terme bouddhiste « inter-être », mais elles renvoient toutes à la

1. Confino, 2013.

2. Teasdale, 1999.

3. Aurobindo, 1973.

suppression de la distinction entre soi et autrui (en d'autres termes, de l'« ego »), ce qui mène naturellement au but le plus élevé : le service. Si seuls quelques individus exceptionnels sont capables de mener à bien cette transformation totale, elle peut néanmoins nous éclairer sur notre propre nature. En nous rapprochant de notre vrai moi, nous exprimons davantage notre nature d'inter-être ou, plus simplement dit, notre nature relationnelle : nous nous sentons plus proches des autres êtres – humains et non humains –, et sommes donc amenés à prendre davantage soin d'eux. Nous développons spontanément des comportements prosociaux et un sens du service (voir chapitre 6, « Bonheur »)¹.

Ce chemin de développement intérieur nous conduit à nourrir trois connexions essentielles : vis-à-vis de nous-même, des autres êtres humains et des êtres non humains. Reflets de notre vraie nature, ces connexions évoluent souvent en parallèle, chacune d'entre elles menant aux autres. Lorsque nous gagnons en maturité, nous prenons aussi davantage conscience de nos réels besoins qui sont principalement d'ordre relationnel². Cela nous amène à prendre plus soin de nos proches, et peut-être même à nous réconcilier avec un frère ou un cousin que nous n'avions pas vu depuis une éternité. Nous nous rendons mieux compte combien le contact de la nature nous fait du bien³, et nous sentons de la gratitude et le besoin de la protéger. Nous apprenons à prendre soin de nous-même, nous devenons plus heureux et nous nous sentons mieux⁴, la plupart du temps en consommant moins et en dégageant plus de temps pour l'essentiel. Nous pouvons décider de choisir un travail qui a plus de sens, pour vivre en harmonie avec nos valeurs et apporter notre contribution à un monde plus beau.

En devenant plus sages, nous apprenons à voir les choses telles qu'elles sont, ce qui nous permet de prendre de meilleures décisions, pour traduire en actions efficaces l'attention que nous portons à notre prochain et à la Terre. Nous devenons aussi plus créatifs, plus ouverts au changement et faisons preuve de davantage de résilience dans les moments difficiles. Bien sûr, sur ce chemin, nous sommes aussi plus en prise avec notre souffrance et celle des autres, mais nous comprenons que ces nœuds et ces tensions ont toujours été là, et nous apprenons à développer notre capacité à les soigner et la confiance dans ce chemin de guérison.

1. Albert Maslow a mis en lumière la nécessité des activités d'autograti­fication et de service pour les personnes soucieuses de se réaliser.

2. Voir chapitre 6.

3. Voir chapitre 5.

4. Voir chapitre 6.

Cette transformation humaine, ce changement d'histoire auquel nous aspirons, j'en fais l'expérience quotidienne au centre de pratique de la pleine conscience du Village des Pruniers. Les gens qui s'y rendent entrent rapidement en résonance avec ce qui est inscrit dans quatre langues sur le clocher principal : « Je suis arrivé, je suis chez moi. » Ils se connectent à eux-mêmes, à leur vraie demeure, et voient dans la communauté la possibilité d'une manière très différente de vivre ensemble et avec la Terre. Certains, souvent sans s'y être préparés, choisissent d'y rester plusieurs semaines, plusieurs mois, voire plusieurs années.

La première fois que je suis allé au Village des Pruniers avec ma femme Emelina, il nous a fallu deux jours entiers pour nous rendre compte que quelque chose de spécial se passait ici, quelque chose dont nous souhaitions faire partie. Bien sûr, les gens ne s'illuminent ou ne se transforment pas en un clin d'œil, mais le fait d'entrer en contact avec notre vraie nature et nos besoins réels, et de suivre un chemin et une pratique spirituels, ou simplement de commencer à nous laisser guider par notre sagesse intérieure, peut faire une énorme différence dans notre vie et dans notre monde. Comme l'a enseigné notre maître Thich Nhat Hanh : « Nous avons besoin d'un éveil collectif [...] Quel éveil ? Quand nous respirons et ramenons notre esprit dans notre corps, quand nous sommes réellement là, corps et esprit unis, c'est déjà l'éveil. Nous savons que nous sommes vivants, que nous sommes présents, et que la vie est là pour que nous la vivions. C'est déjà une forme d'éveil. L'éveil n'est donc pas si loin de nous [...] Quand nous sommes dans le moment présent, nous reconnaissons que la vie offre une multitude de merveilles en nous et autour de nous. Et si nous apprenons à nous connecter à toutes ces merveilles, nous pouvons nous nourrir et nous guérir dans l'instant, et la paix et le bonheur sont possibles dans l'instant. La pleine conscience nous permet de comprendre que nous avons déjà bien plus qu'assez pour être heureux [...]. Nous n'avons plus à lutter, nous n'avons plus à nous précipiter vers demain, nous n'avons plus à rechercher le bonheur ailleurs ou demain, car le bonheur est possible dans le moment présent. Tel est l'enseignement du Bouddha [...] : vivre heureux dans le moment présent. Cette pratique peut aider beaucoup d'entre nous à nous libérer de nos envies, de nos colères, de nos peurs. [...] Par un éveil collectif, nous pouvons mettre fin à la destruction de nos sociétés et de la Terre. Grâce à l'éveil, nous ne pensons plus qu'il nous faille davantage de pouvoir, d'argent, de sexe ou de célébrité pour être heureux¹. »

1. Nhat Hanh, 2009 (traduction libre).

Je suis certain que vous avez autour de vous des personnes qui ont opéré ce type de transformation. Observez-les bien, grattez le vernis pour aller sous la surface – leur apparence extérieure n’a probablement pas changé – et faites-vous votre propre jugement. Elles n’ont sans doute pas développé toutes les qualités que j’ai énoncées précédemment, mais peut-être qu’à travers certaines d’entre elles, elles incarnent déjà le changement en cours. La crise actuelle nous place face à un choix simple : l’humanité peut prendre soit le chemin de la souffrance, de la destruction et de la séparation, soit celui de l’inter-être, à travers lequel nous pouvons tous nous épanouir ensemble sur cette Terre comme une famille unie. C’est seulement en fleurissant que l’arbre peut continuer à vivre et à soutenir les oiseaux, les abeilles et tout l’écosystème dont il fait partie. L’être est la clé d’une coexistence harmonieuse au sein des sociétés et pour l’ensemble de la communauté de la Terre.

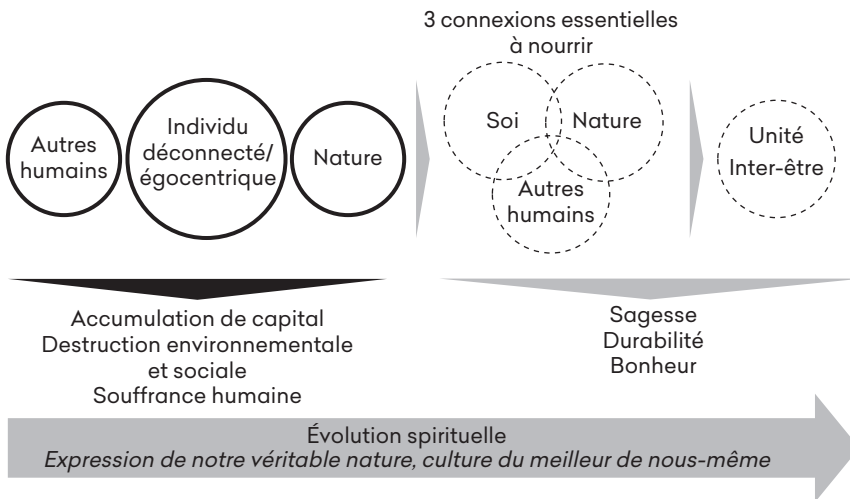


Figure 2. Le chemin intérieur vers la durabilité : une théorie du changement

La politique de l’être comme nouveau paradigme de développement

Comment se gouvernerait une civilisation plus avancée sur le plan spirituel ? Je suis persuadé que cette civilisation serait fondée sur une idée simple : nos problèmes viennent de l’intérieur, de nos esprits et de nos cœurs, et là se trouvent également les clés pour les résoudre.

Une telle civilisation collaborerait avec l'évolution, en se focalisant en permanence sur le développement intérieur de ses membres. Une civilisation plus sage saurait qu'en s'organisant de manière à cultiver les valeurs les plus élevées et le meilleur en chacun de nous (vérité, liberté, justice, respect de la vie, bonheur, amour, paix...), elle favoriserait indéniablement son épanouissement et celui de ses membres.

Les sciences sociales mettent de plus en plus l'accent sur cette vérité. Elinor Ostrom, qui est sans doute la référence la plus influente en matière d'analyse institutionnelle, a résumé ainsi la leçon la plus importante qu'elle ait apprise : « L'objectif central des politiques publiques devrait plutôt être de faciliter le développement d'institutions faisant ressortir ce qu'il y a de meilleur chez les êtres humains¹. » J'emploie le terme « politique de l'être » pour désigner cette approche de sagesse de la politique, qui place l'être comme le principal objectif et moyen pour nos sociétés. Dans ce cas, le mot « être » concerne tous les êtres et désigne pour les humains la réalisation de leur plein potentiel, autrement dit la réalisation de leur être authentique et supérieur. L'être supérieur renvoie au développement des vertus, qualités ou valeurs intérieures, tandis que l'être authentique fait référence au fait de devenir qui l'on est vraiment. Tous deux convergent vers la manifestation de notre véritable nature d'inter-être.

L'importance accordée à notre être supérieur et celle accordée à notre être véritable se complètent, s'équilibrent et, finalement, se rejoignent. Il n'est ni sain ni pérenne de se concentrer seulement sur notre être supérieur. Le chemin vers l'amélioration de soi est jonché de nombreux obstacles (renforcement de l'ego, déconnexion de soi, occultation de problèmes plus profonds, etc.). Sur le plan social, l'obsession de la droiture peut favoriser une moralité hypocrite quand elle nie le caractère naturel et acceptable des erreurs, qui font partie de la nature humaine et de tout processus évolutif. Quel que soit leur stade de développement, les gens devraient se sentir respectés et soutenus sur leur chemin. Se focaliser sur l'être supérieur peut aussi dérapier vers la légitimation de nouvelles formes de contrôle social. En Chine, le système de crédit social nous montre à quels types de risques nous nous exposons. Ce système évalue les comportements des individus, des entreprises et des entités publiques à l'aune des attentes du gouvernement chinois, puis

1. Ostrom, 2009. Nous avons choisi de traduire l'anglais « *institutions that bring out the best in humans* » en « institutions faisant ressortir ce qu'il y a de meilleur chez les humains », ce qui nous semble refléter plus correctement la pensée d'Ostrom que la traduction officielle : « institutions tirant parti de ce qu'il y a de meilleur chez les êtres humains ».

le score obtenu apporte récompenses ou sanctions. D'un autre côté, lorsque la quête subjective de notre être véritable ne nous permet pas de développer objectivement le meilleur de nous-mêmes, comme c'est souvent le cas dans les sociétés individualistes, la tentative est vaine et s'accompagne de quantité de problèmes sociaux.

Cette définition de l'« être » le rapproche d'autres concepts comme le développement spirituel ou le développement intérieur, la réalisation de soi, l'épanouissement humain ou encore l'eudémonisme (associé au développement du meilleur de soi en accord avec notre être véritable, voir chapitre 6, « Bonheur »). Toutes les dimensions de l'être, ainsi que notre nature relationnelle, doivent être prises en considération. De ce fait, « être » consiste à « réaliser son potentiel unique à travers son développement physique, mental, émotionnel et spirituelle [...] et en relation avec soi-même, les autres et l'environnement¹ ». La politique de l'être reconnaît que la vie est une expérience spirituelle. Elle vise à aligner nos institutions sur notre véritable raison d'être sur Terre : devenir qui nous sommes, des personnes meilleures, dans toutes leurs dimensions. Les sociétés peuvent nous aider à « être » en nous offrant le moyen de réaliser nos aspirations les plus profondes et les plus saines par l'intermédiaire d'institutions ancrées dans le paradigme de l'(inter-)être.

Les enseignements spirituels nous apprennent que nous ne pouvons pas séparer les moyens de la fin. Bouddha aurait dit : « Il n'y a pas de chemin vers le bonheur, le bonheur est le chemin. » « Il n'y a pas de chemin vers la paix, la paix est le chemin », ont tous deux déclaré Gandhi et le pacifiste chrétien américain A. J. Muste. Eh bien... il n'y a pas de chemin vers l'être, l'être est le chemin ! L'être est une voie, un processus sans fin de découverte. Au cours du xx^e siècle, beaucoup de régimes socialistes ont espéré produire un « homme nouveau », mais ils ont tous échoué. Nos sociétés ne peuvent pas nous rendre mécaniquement plus conscients et plus matures par le simple jeu de leurs institutions. Des esprits et des cœurs viciés peuvent corrompre les systèmes les plus parfaits sur le papier. Néanmoins, nos institutions devraient incarner et faciliter ce changement intérieur qui reste, en fin de compte, le libre choix de chacun.

On définit souvent les institutions comme les « règles du jeu ». Elles incluent les lois, les politiques, les organisations, les pratiques sociales, etc. Elles devraient être conçues pour favoriser au quotidien l'expérience, la pratique et la culture par chaque individu des plus hautes qualités : le sens de la coopération, l'amour, la conscience, l'harmonie,

1. Définition du bien-être proposée par O'Toole & Kropf, 2012 (traduction libre).

le respect et la créativité, plutôt que notre cupidité, notre esprit de compétition et notre égoïsme. Les vertus se développent par la pratique, comme l'enseignant depuis longtemps des sages tels que Bouddha ou Aristote. La sagesse qui en résulte peut ensuite nous aider à mettre en place, à adapter et à affiner nos institutions, de manière à créer un cercle vertueux (voir figure 3). Lorsque les systèmes actuels tentent de répondre à nos besoins et de résoudre nos problèmes par le biais de solutions reposant sur la compétition, l'avidité et l'égoïsme – autrement dit par encore plus de séparation –, ils ne font qu'aggraver les causes premières des problèmes que nous voulons résoudre. Nos institutions devraient apporter des solutions reposant sur la coopération, la motivation intrinsèque et l'émulation positive, le sens de la solidarité et de l'inter-être, le besoin de connexion et la créativité.

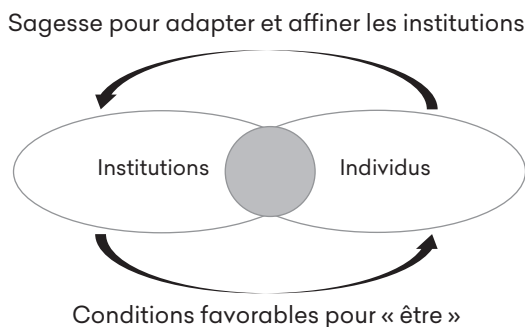


Figure 3. Institutions et individus dans la politique de l'être

Notre ingénierie sociale se fonde sur des attentes minimales sur la nature humaine, comme si ces hypothèses prudentes offraient une base plus solide à nos institutions. Les adeptes de la mentalité technique pensaient qu'en construisant nos règles et nos pratiques sociales sur notre présumé égoïsme, nous serions à l'abri des mauvaises surprises. En vérité, nos institutions ont tendance à produire des réalités qui reflètent leurs hypothèses sur la nature humaine et nous rendent plus égoïstes et distants les uns des autres (voir chapitre 7, « Amour »). Nous ne pouvons plus nous permettre de ne pas cultiver et exploiter notre potentiel humain. Les solutions à nos problèmes devraient mettre à profit ce potentiel plutôt que seulement recourir à toujours plus de technologies, de machines et de processus standardisés.

Vlady Stévanovitch (1925-2005), fondateur de l'École de la Voie intérieure où j'ai commencé à apprendre le taï-chi-chuan, a publié des écrits

sur l'acupuncture, qu'il pratiquait lui-même. Selon lui, des chercheurs avaient découvert – on ignore comment – que les meilleurs acupuncteurs étaient ceux qui étaient le mieux connectés à leur centre intérieur. Appelé Tan Tien ou Hara, ce centre de gravité énergétique et physique se trouve à l'intérieur de notre corps, un peu au-dessous du nombril. Conformément à leur paradigme, les chercheurs en ont conclu qu'il devait être possible de réduire cette variabilité humaine, et que nous devions étudier les moyens d'y parvenir.

Selon notre propre paradigme de l'« être », nous pourrions, en accord avec les enseignements de Vlady Stévanovitch, définir les conditions permettant de mieux former les acupuncteurs afin qu'ils acquièrent cette capacité, ce trésor patiemment cultivé par de grands maîtres pendant des millénaires et qui nous a été transmis. Ce faisant, ils deviendraient de meilleurs acupuncteurs et seraient sans doute aussi en meilleure santé, plus heureux et davantage connectés à eux-mêmes, à la vie et à autrui, à même de mieux contribuer à la société, y compris en faisant monter ici ou là le taux vibratoire ! La dimension humaine ne doit pas être omise comme le suggère la mentalité technique. Au contraire, c'est le vrai potentiel dont nos sociétés doivent se saisir pour leur développement.

Quelques antécédents de la politique de l'être

L'idée de placer le développement intérieur au cœur des sociétés et des politiques, et d'en faire leur objectif premier, a déjà été exprimée de diverses manières. Les bahá'ís considèrent le développement comme un processus organique au cours duquel « le spirituel trouve son expression et sa réalisation sur le plan matériel¹ », et Bahá'u'lláh a enseigné que les sociétés devraient créer un milieu favorable à la croissance saine de tous leurs membres, ainsi qu'à l'essor de leurs qualités spirituelles et de leurs vertus. De même, le principal enseignement de Confucius aux nations est de soutenir la culture des vertus de leurs membres, qui est nécessaire tant pour préserver l'ordre social que pour permettre à chacun de devenir plus pleinement humain.

Sri Aurobindo a écrit que « le défaut radical de tous nos systèmes [était] d'avoir insuffisamment cultivé ce que la société [avait] justement le plus négligé : l'élément spirituel, l'âme dans l'homme, son être véritable² ». Il considérait que les sociétés humaines n'avaient jamais envisagé leur développement sous un angle authentiquement spirituel.

1. 'Abdu'l-Bahá (1987), cité dans Communauté internationale bahá'íe, 1998.

2. Aurobindo, 1973.

« Si nous considérons les vieilles religions sous leur aspect social et non individuel, nous constatons que la société n'a eu recours qu'à leurs éléments les plus dépourvus de spiritualité, ou en tout cas les moins spirituels¹. » Il pensait aussi que les lourds échecs de socialisation de la spiritualité et d'application de la spiritualité aux sociétés soulignaient l'incapacité des religions à régénérer l'humanité. Selon lui, « une société qui aurait déjà commencé à se spiritualiser ferait de la découverte et de la révélation du Moi divin dans l'homme le but suprême, voire le but directeur de toutes ses activités : éducation, connaissance, science, éthique, art, structure économique et politique ».

Sri Aurobindo nous a mis en garde contre l'erreur de « croire que ce changement peut s'opérer par un mécanisme et des institutions extérieurs ; ils sauront et n'oublieront jamais qu'il doit être vécu intérieurement et par chaque homme, sinon il ne deviendra jamais une réalité pour l'espèce² ». Il a donc affirmé : « Une vaste liberté, telle sera la loi d'une société spirituelle, et l'accroissement de la liberté sera le signe que la société humaine grandit vers la possibilité d'une spiritualisation véritable³. » Sri Aurobindo était convaincu qu'une société spiritualisée n'utiliserait pas ses institutions pour forcer la transformation de ses membres, mais plutôt pour leur présenter des vérités spirituelles et les inviter à grandir en tant qu'êtres humains. Elle ne contraindrait pas la science et la philosophie à « faire cadrer leurs conclusions avec quelque vérité religieuse dogmatique, ni même avec une vérité spirituelle assurée⁴ », sachant que « [s]i on les laisse libres dans leur action, elles découvriront en fin de compte que le Vrai est un avec le Bien et le Beau, et avec Dieu, et elles donneront à ces termes une signification plus vaste que ne peut en donner aucune religion dogmatique, aucune éthique formelle, aucun principe esthétique étroit⁵ ».

Cette idée est également très présente dans la philosophie occidentale. Par exemple, Aristote considérait qu'un bon État avait pour but de forger les vertus de ses citoyens⁶ et de leur offrir les moyens de s'accomplir⁷. Plus récemment, Edgar Morin, sociologue et philosophe français âgé de 102 ans à l'heure où j'écris ces lignes, a développé un point de vue similaire. Docteur *honoris causa* en sciences sociales dans

1. *Ibid.*

2. *Ibid.*

3. *Ibid.*

4. *Ibid.*

5. *Ibid.*

6. Sachs, 2015.

7. Gewirth, 2009.

vingt-sept universités, il a mis au point une théorie transversale influente sur la pensée complexe, que nous examinerons plus en détail dans le chapitre suivant.

Selon lui, « la gigantesque crise planétaire est la crise de l'humanité qui n'arrive pas à accéder à l'humanité¹ ». C'est en tout cas ce que révèle son sous-développement intérieur. « Il y a surtout l'immaturation des États-nations, des esprits, des consciences, c'est-à-dire fondamentalement l'immaturation de l'humanité à s'accomplir elle-même². » En tant qu'humaniste, Edgar Morin croit en un processus d'« hominisation » selon lequel les êtres humains pourraient devenir plus évolués et véritablement humains. L'un de ses ouvrages commence d'ailleurs par une citation du philosophe allemand Friedrich Schlegel : « Pour atteindre l'humanité, il faut le sens d'un au-delà de l'humanité³. »

En 1965, dans son livre intitulé *Introduction à une politique de l'homme*, Edgar Morin a adopté un point de vue plutôt anthropologique pour appeler à « une politique de tout l'être humain⁴ ». Il nomme cette approche « anthropolitique » ou « politique de l'homme », et considère que son avènement sera naturel et s'inscrira dans la toute nouvelle notion (présente dans un discours du président américain Harry S. Truman en 1949) de « développement » en politique. Edgar Morin a prédit que « de plus en plus, le centre nucléaire de la politique sera[it] l'homme en devenir dans le monde⁵ » et que cette « anthropolitique » devrait nous permettre d'« unifier en une politique multidimensionnelle tous les fragments de la politique⁶ ». Il a reconnu que, depuis la Révolution française, la politique avait peu à peu étendu son champ d'action initialement focalisé sur l'ordre social. Aujourd'hui, ce champ d'action inclut, d'un côté, tous les aspects de la vie sociale (économie, santé, éducation, démographie, culture...) et, de l'autre, les problèmes philosophiques liés au sens de la vie (conception marxiste de la politique comme moyen d'accomplir la philosophie, reconnaissance par la Révolution française du bonheur en tant qu'objectif politique ultime, quête actuelle d'accomplissement des aspirations humaines...).

Edgar Morin a alors conclu qu'« [a]insi toutes les avenues du vivre (depuis le “survivre” jusqu'au “est-ce ainsi que les hommes vivent ?”) et toutes les avenues de la politique commencent à s'entre-rencontrer,

1. Morin, 2011.

2. Morin, 2002.

3. Morin, 2011.

4. Morin, 1999.

5. *Ibid.*

6. *Ibid.*

s'entre-pénétrer, et annoncent une onto-politique, concernant de plus en plus intimement et globalement l'être de l'homme¹ ». Selon ce dernier, la crise politique actuelle repose sur l'incapacité de la politique à relever ce défi. Il explique qu'« un idéal de consommation, de supermarchés, de gains, de productivité, de PIB ne peut satisfaire les aspirations les plus profondes de l'être humain qui sont de se réaliser comme personne au sein d'une communauté solidaire² ». Par conséquent, « le développement des êtres humains, de leurs relations mutuelles, de l'être sociétal, constitue le propos même de la politique de l'homme dans le monde, qui appelle la poursuite de l'hominisation³ ». « Il s'agit de continuer la recherche millénaire de conscience, de l'amour, de la science, de continuer ces courants en les faisant confluer⁴. »

Cette idée fait aussi son chemin dans les gouvernements. Au Royaume-Uni, le Government Office for Science a mené une étude intitulée « Capital mental et bien-être : tirer le meilleur parti de nous-même au XXI^e siècle », publiée en 2008⁵. Ce document s'est appuyé sur « les conseils de plus de 400 experts et acteurs du monde entier dans divers domaines tels que l'économie, la modélisation et l'analyse systémique ; les sciences sociales et l'éthique ; les neurosciences ; la génétique et le développement mental ; la psychologie et la psychiatrie ; ainsi que les sciences de l'éducation, du travail et du bien-être⁶ ». Il se fonde sur la reconnaissance de l'importance, au XXI^e siècle, du capital mental – englobant « les ressources cognitives et émotionnelles individuelles » – et du bien-être mental – équivalant à la « santé mentale » ou à l'« épanouissement mental » – qui combine des sentiments, des comportements et un fonctionnement positifs dans la vie.

Cette étude a pris acte des futurs défis sociaux et économiques associés à une population vieillissante, plus diverse et affichant de nouvelles valeurs et attentes, ainsi qu'une économie régie par la concurrence internationale et en proie à des changements technologiques incessants qui bouleverseront notre manière de travailler. Elle précise que « les preuves scientifiques analysées dans le cadre du projet montrent clairement qu'un niveau élevé de bien-être est associé à un fonctionnement positif, ce qui inclut la créativité, la productivité, de bonnes relations

1. Morin, 1999.

2. Morin, 2016.

3. Morin, 1996.

4. Morin, 1999.

5. The Government Office for Science, 2008. Foresight Mental Capital and Wellbeing Project.

6. The Government Office for Science, 2008 (traduction libre).

interpersonnelles et une certaine résilience face à l'adversité, ainsi qu'une bonne santé physique et une longue espérance de vie¹ ». L'étude souligne le fait que « la capacité mentale et le bien-être mental d'un individu affectent sensiblement son parcours de vie. De plus, ils sont essentiels au fonctionnement sain des familles, des communautés et de la société. Ensemble, ils influent considérablement sur les comportements, la cohésion sociale, l'inclusion sociale et notre prospérité² ».

L'étude propose plusieurs actions visant à renforcer le capital mental et le bien-être mental tout au long de la vie, depuis la petite enfance jusqu'à un âge avancé. Elle s'appuie sur les dernières découvertes scientifiques afin de reconnaître explicitement que le développement des ressources cognitives, émotionnelles et psychosociales sera crucial pour l'épanouissement des individus et des nations au XXI^e siècle. Il s'agit donc d'une première étape intéressante en direction d'une politique de l'être vers laquelle, hélas, aucun gouvernement britannique n'a encore choisi de s'engager. Cependant, cette étude utilise toujours le langage de l'ancien paradigme qui considère les ressources intérieures humaines comme un capital à développer, et le développement humain holistique comme une nouvelle stratégie de compétitivité. Le renforcement du capital mental et du bien-être mental sont à la politique de l'être ce que le développement personnel est à la spiritualité : une approche un peu plus superficielle, un peu moins transformatrice et relativement égocentrique, mais qui prépare tout de même le terrain pour la transformation à venir.

1. *Ibid.*

2. *Ibid.*

Épilogue

« La vraie question est de savoir si l'« avenir meilleur » est vraiment si lointain. Et si, au contraire, il avait été là depuis longtemps déjà, et que seuls notre aveuglement et notre faiblesse nous avaient empêché de le voir autour de nous et en nous, et de le développer¹ ? »

Václav Havel (1938-2011),
homme d'État et écrivain tchèque

1. Havel, 2021 (traduction libre).

Le changement de conscience, c'est de croire qu'un tout autre monde est possible. Et c'est assurément le cas. La vision décrite dans le présent ouvrage n'est qu'un aperçu pratique des possibilités qui sont à portée de main. Ce monde meilleur émergera-t-il dans les prochaines décennies ? Je l'ignore. L'avenir n'est pas encore écrit. En observant l'état actuel du monde, on pourrait facilement conclure que l'échec semble plus probable.

Lorsqu'une femme accouche, il y a généralement un moment où elle s'écrie : « Je n'y arriverai jamais ! » C'est ce qui s'est produit pour mon épouse à la naissance de notre seconde fille. Je me tenais à ses côtés, totalement dépassé par les événements. Par la suite, j'ai découvert que cette réaction était en fait très courante et une bonne indication que la naissance est imminente. Le lâcher-prise de la mère ouvre la voie au bébé sur le point de naître. De même, notre détresse actuelle est une réaction normale pour ceux qui sont capables de reconnaître et d'accepter la réalité présente. C'est également une étape nécessaire avant sa transformation.

En règle générale, lorsque j'évoque la politique de l'être, on me répond : « Oui, c'est vraiment le (seul) chemin à suivre, mais je ne pense pas que nous en soyons capables. » Les gens me trouvent optimiste. Je ne me vois pas ainsi. D'un côté, j'essaie de rester aussi lucide que possible. Je ressens toute la souffrance autour de moi, j'entends le cri de la Terre Mère. J'ai conscience de l'état de délabrement de notre monde, de l'ampleur et de la difficulté de la transformation requise. Je ne m'attendrais pas à ce que cette transformation se concrétise si nous ne nous trouvions pas face à une menace existentielle.

Je sais par ailleurs que le monde est si complexe, vivant et versatile que toute prédiction probabiliste est, à ce stade, vaine. D'un autre côté, je reconnais que mon être n'est pas séparé du monde, et que le meilleur moyen pour moi de participer à cette grande transition est de choisir en toute conscience l'espoir plutôt que l'abatement, la joie

plutôt que la tristesse, l'action plutôt que l'apathie, et ce, tant que j'en suis capable. Dans les moments difficiles, je me rappelle que tôt ou tard, ma vie prendra fin, qu'il s'agit juste d'une expérience à vivre pleinement. La vie sur Terre finira elle aussi par s'éteindre de toute façon dans quelques milliards d'années. Qu'avons-nous réellement sinon la possibilité d'arpenter le chemin de notre cœur ?

Ce livre n'est qu'une goutte d'eau dans l'océan, mais c'est ma goutte. J'ai aimé l'écrire. Je suis reconnaissant pour tout l'amour qu'il m'a été donné d'y mettre et pour le sentiment d'accomplissement, de parfait alignement qu'il m'a permis de toucher. Je souhaite que chacun puisse entendre son appel intérieur et y répondre, en trouvant le moyen d'exprimer ses talents pour aider à cette naissance si attendue. J'ai confiance qu'un jour nos sociétés seront organisées de manière à permettre aux gens de s'épanouir au service du bien commun. L'humanité n'est pas stupide : elle est juste un peu lente !

L'heure tourne. Nous vivons la décennie la plus cruciale pour notre avenir sur cette planète, celui de nos enfants, de leurs enfants et de tous les enfants de la Terre Mère. Nous avons besoin de leaders visionnaires dès maintenant ! Ce changement de conscience dépend de chacun d'entre nous pour s'incarner. Il est temps que chaque être humain sur cette planète assume ses responsabilités et ait le courage de s'engager à cocréer une nouvelle réalité. Vous êtes prêts ? Notre engagement éclairé, entier – qui n'est rien d'autre que la conscience authentique (ou le pouvoir) de la vérité – peut surmonter tous les obstacles et nous conduire à cette nouvelle Terre. Dans l'un des centres Zen où j'ai pratiqué la méditation, j'ai lu ces mots de l'alpiniste écossais William Hutchinson Murray (1913-1996) qui s'appliquent parfaitement à notre transformation collective : « Tant qu'on ne s'est pas réellement engagé, il y a l'hésitation, la possibilité de faire machine arrière et toujours l'inefficacité. Il existe une vérité élémentaire, dont l'ignorance tue dans l'œuf d'innombrables idées et de superbes projets : au moment où l'on s'engage définitivement et pour de bon, la Providence s'en mêle. Il se produit toutes sortes de choses bénéfiques qui, autrement, ne seraient pas arrivées. Une kyrielle d'événements découlent de cette décision, qui appellent toutes sortes d'incidents, de rencontres et d'aides matérielles imprévisibles et favorables, dont nul n'aurait jamais imaginé profiter. J'ai appris à apprécier avec un profond respect cette citation de Goethe : "Quoi que vous puissiez faire, quoi que vous rêviez de faire, entreprenez-le. L'audace a du génie, de la puissance et de la magie"¹. »

1. Murray, 1951 (traduction libre).

Le monde a déjà changé depuis que j'ai commencé à écrire ce livre. La pandémie de Covid-19 a littéralement stoppé l'humanité sur son chemin vers la destruction. Ce que nous vivons aujourd'hui est sans précédent. L'humanité se trouve à un carrefour de son histoire, et beaucoup ont intuitivement compris que cette nouvelle crise était un signal, une chance de bifurquer, pour opérer une véritable métamorphose et tisser un nouveau partenariat avec la communauté terrestre. Il est grand temps de guérir nos blessures millénaires – mémoires de guerres, abus et persécutions de toutes sortes –, afin qu'une nouvelle manière d'être puisse habiter la Terre. C'est le moment de réfléchir à l'avenir que nous souhaitons, un moment pour respirer et méditer. Méditer en tant qu'une seule famille terrienne, vouée à vivre ensemble sur notre belle planète, ce miracle de l'évolution, dérivant dans l'immensité toujours plus vaste de l'univers. Méditer sur notre histoire, depuis les groupes de chasseurs-cueilleurs jusqu'aux États-nations organisés autour de mégapoles, depuis la naissance de la vie en tant qu'être unicellulaire jusqu'aux êtres humains capables de ressentir, de penser et d'aimer, et qui sont aujourd'hui appelés à accomplir leur destinée. Méditer sur notre condition humaine avec ses joies et ses souffrances, ses défis, son éternelle impermanence, et ses questions qui émanent de la nuit des temps : d'où venons-nous ? Pourquoi sommes-nous là ? Que voulons-nous réellement ?

Le moment de faire un choix est venu. L'ancien modèle s'écroule, emportant avec lui les plus vulnérables et ceux d'entre nous qui ne se sont pas encore défait des accords intérieurs qui nous lient à lui. Le nouveau paradigme de l'être se déploie, emplissant certains d'une vitalité, d'une joie et d'une grâce qui ouvrent la voie et attirent les autres. Son émergence rencontre une forte résistance, mais son avènement est inéluctable. Il s'accompagnera forcément d'une politique de l'être, dont j'ai essayé de décrire les éléments de base – une définition simple, un cadre conceptuel, une méthode et un programme politique – dans cet ouvrage (voir encadré 21). Je suis convaincu qu'il s'agit du chemin de développement le plus raisonnable : il est idéaliste dans ses objectifs et ses horizons, mais concret, pragmatique et évolutif en pratique. Je n'ai aucun doute qu'il s'imposera un jour comme une évidence, comme notre destin. De plus en plus de gens partagent déjà ce nouveau rêve pour la Terre. Comme l'a dit John Lennon : « Un rêve que vous rêvez seul est seulement un rêve. Un rêve que vous rêvez ensemble est réalité¹. »

1. Sheff, 2000 (traduction libre).

Encadré 21 : Les dix messages clés de la politique de l'être

1. Nous avons besoin d'un changement de conscience collectif, d'une évolution culturelle de nature spirituelle, pour répondre aux défis actuels. Ce processus est déjà en cours et nous sommes aujourd'hui en proie à une crise évolutive qui exige des individus et des sociétés un processus d'introspection et de transformation.

2. En tant qu'approche fondée sur la sagesse et nourrie par la science, une politique de l'être peut soutenir cette évolution. Son principal objectif consiste à promouvoir un cadre favorable à l'accomplissement de tous les êtres, c'est-à-dire la réalisation de leur être authentique et supérieur. « Être » est un objectif de développement plus sage et pertinent qu'« avoir », il s'applique à l'ensemble de la communauté terrestre.

3. Il est essentiel de cultiver notre nature fondamentale relationnelle ou d'« inter-êtré » pour vivre en harmonie en société et avec l'ensemble de la communauté terrestre. De par notre nature spirituelle, nous sommes interconnectés au niveau de l'être avec tout ce qui est. Ce n'est qu'en reconnaissant leur interconnexion et en soutenant le tout que l'ensemble des parties peut prospérer.

4. Les sociétés progressent à mesure qu'elles honorent les valeurs, les qualités et les idéaux les plus élevés, comme la liberté, la bonté, la beauté, la vérité, la compréhension, la vie, le bonheur, l'amour, la paix, etc. Ce sont des qualités spirituelles, car elles reflètent un être humain éveillé ou une perfection divine. La science et les initiatives pratiques associées à ces valeurs universelles peuvent nous aider à concevoir une politique de l'être. Le développement culturel est fondamentalement lié à une évolution de nos valeurs, ces mêmes valeurs qui façonnent notre vision du monde et nos institutions.

5. La politique de l'être offre un cadre conceptuel simple fondé sur l'être, les valeurs les plus élevées, et le dialogue entre sagesse et science, qui permet d'intégrer toutes les idées et initiatives pertinentes. Il peut donc aider à unifier cette vision et à renforcer ce mouvement.

6. Nos institutions devraient aider à cultiver les valeurs et les qualités humaines. Elles devraient reconnaître et faciliter l'expression de notre potentiel de bonté, de coopération et de motivation intrinsèque.

7. Dans de nombreux secteurs, il existe des politiques concrètes et réalisables à même de soutenir cet agenda. Une politique de l'être peut les rassembler et les généraliser en les intégrant dans un récit cohérent et mobilisateur.

8. Les enseignements spirituels et les traditions de sagesse, à travers un dialogue entre eux et avec la science, ont beaucoup à apporter

ÉPILOGUE

pour inspirer, aider à concevoir et à mettre en œuvre une politique de l'être. C'est notre patrimoine commun le plus précieux, offrant une compréhension profonde de la nature humaine, ainsi que des connaissances et des outils pratiques pour le développement intérieur des individus et des sociétés.

9. **Chaque nation doit se reconnecter à son âme et à sa sagesse pour concevoir sa propre version de la politique de l'être,** capable de soutenir son développement et de lui permettre d'apporter sa contribution unique au monde. L'unité dans la diversité est la clé d'une coexistence harmonieuse entre les nations dans un monde globalisé.

10. **Pour les individus comme pour les sociétés, la guérison des traumatismes est la porte d'entrée vers l'être.** Elle est indispensable pour que de nouvelles façons d'être et de vivre deviennent possibles, et pour permettre à l'ensemble de la communauté terrestre de s'épanouir.

Si vous avez le sentiment de faire partie de ce rêve, rejoignez-nous :
www.politicsofbeing.com/fr

Références bibliographiques

- ‘ABDU’L-BAHÁ, *The Promulgation of Universal Peace*, Wilmette, Bahá’í Publishing Trust, 1982.
- , *Causeries d’Abdu’l-Bahá à Paris*, Bruxelles, Maison d’éditions bahá’ies, 1987.
- AERTSEN, I., *Renouer les liens sociaux – Médiation et justice réparatrice en Europe*. Strasbourg, Éditions du Conseil de l’Europe, 2004.
- AHUVIA, A. & IZBERK-BILGIN, E., “Well-Being in Consumer Societies” in I. Boniwell, S. Davis & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- AKNIN, L. B., BARRINGTON-LEIGH, C., DUNN, E. W., HELLIWELL, J. F., BURNS, J., BISWAS-DIENER, R., KEMEZA, I., NYENDE, P., ASHTON-JAMES, C. E. & NORTON, M. I., “Prosocial Spending and Well-Being: Cross-Cultural Evidence for a Psychological Universe”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 104 (4), 2013.
- AKNIN, L. B., HAMLIN, J. K. & DUNN, E. W., *Giving Leads to Happiness in Young Children*. *PLoS ONE*, 7 (6), 2012; doi: 10.1371/journal.pone.0039211.
- ALDA, M., PUEBLA-GUEDEA, M., RODERO, B., DEMARZO, M., MONTERO-MARIN, J., ROCA, M. & GARCIA-CAMPAYO, J., “Zen Meditation, Length of Telomeres, and the Role of Experiential Avoidance and Compassion.” *Mindfulness*, 7, 2016; doi: 10.1007/s12671-016-0500-5.
- ALG Research & GS Strategy Group, *Poll Finds Overwhelming Support for a more active Federal Election Commission*. Résultats de l’enquête, 8 novembre 2019, consulté le 2 juin 2020 ; <https://campaignlegal.org/sites/default/files/2019-11/CLC%20FEC%20MEMO.pdf>.
- ALGAN, Y., BEASLEY, E., COHEN, D. & FOUCAULT, M., *Les Origines du populisme*, Paris, Seuil, 2019.
- ALICKE, M. D. & GOVORUN, O., “The Better-than-Average-Effect” in M. D. Alicke, D. A. Dunning et J. I. Krueger (eds.), *The Self in Social Judgment*, New York, Psychology Press, 2005; doi: 10.4324/9780203943250.

- ALLEN, J. L. Jr., "Pope cites Teilhardian vision of the cosmos as a 'living host'", *National Catholic Reporter*, 28 juillet 2009; [ww.ncronline.org/news/pope-cites-teilhardian-vision-cosmos-living-host](http://www.ncronline.org/news/pope-cites-teilhardian-vision-cosmos-living-host).
- ALLEN, M., BROMLEY, A., KUYKEN, W. & SONNENBERG, S. J., "Participants' Experiences of Mindfulness-Based Cognitive Therapy: 'It Changed Me in Just about Every Way Possible'", *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 37 (4), 2009; doi: 10.1017/S135246580999004X.
- ALLISON, B. & HARKINS, S., "Fixed Fortunes: Biggest corporate political interests spend billions, get trillions", Sunlight Foundation, contenu web, 17 novembre 2014, consulté le 4 août 2020; <https://sunlightfoundation.com/2014/11/17/fixed-fortunes-biggest-corporate-political-interests-spend-billions-get-trillions/>.
- ALTIERI, M., *Agroecology. The Science of Sustainable Agriculture*, Boca Raton, CRC Press, 2018.
- ALVAREDO, F., CHANCEL, L., PIKETTY, T., SAEZ, E. & ZUCMAN, G., *Rapport sur les inégalités mondiales 2018*, 2018. <https://wir2018.wid.world/>.
- AMMA, "The Greatest Tragedy Takecils Place When Our Talents and Capabilities are Underutilized", discours prononcé devant le Parlement des religions du monde, Barcelone, 13 juillet 2004.
- ANDERSEN, L. R. & BJÖRKMAN, T., *The Nordic Secret: A European story of beauty and freedom*, Suède, Fri Tanke, 2017.
- ANSES, « Exposition de la population aux champs électromagnétiques liée au déploiement de la technologie de communication "5G" et effets sanitaires associés », Rapport préliminaire, Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail, 29 novembre 2019.
- APÉSTEGUI, F., « La muerte del "pura vida" », *La Nación*, 11 novembre 2012 ; <https://www.nacion.com/opinion/foros/la-muerte-del-pura-vida/NVPE3C45DVFFZGKOBKEA3EI6TE/story>.
- APOLLINAIRE, G., *Œuvres en prose complètes*, Paris, Gallimard, 1977.
- ARDEN, J., Resignation speech, 2023, consulté le 30 mai 2023 ; <https://thespinoff.co.nz/politics/19-01-2023/for-me-its-time-jacinda-arderns-resignation-speech-in-full>.
- ARISTOTE, "Nichomachean Ethics" in R. McKeeon (ed.), *The Basic Works of Aristotle*, New York, The Modern Library, 2001.
- ARVOL LOOKING HORSE, "Earth Day Message From Chief Arvol Looking Horse", Déclaration prononcée à l'occasion de la Journée de la Terre, Culture Collective, 2014, consulté le 5 août 2020 ; <https://www.culturecollective.org/message-chief-arvol-lookinghorse-earth-day/>.

- ASSEMBLÉE SPIRITUELLE NATIONALE DES BAHÁ'ÍS DE FRANCE, *Les principes de l'administration bahá'íe*, Paris, 1968.
- ASUERO, A. M., QUERALTO, J. M., PUJOL-RIBERA, E., BERENGUERA, A., RODRIQUEZ-BLANCO, T. & EPSTEIN, R. M., "Effectiveness of a Mindfulness Education Program in Primary Health Care Professionals: A pragmatic Controlled Trial", *Journal of Continuing Education in the Health Professions*, 34 (1); doi: 10.1002/chp.21211.
- AUROBINDO, S., *Le Cycle humain. Psychologie du développement social*, Paris, Buchet-Castel, 1973.
- , *The Essential Aurobindo: Writings of Sri Aurobindo*, s. n.: Lindisfarne Books, 2001.
- AVETISYAN, M., HERTEL, T. & SAMPSON, G., "Is Local Food More Environmentally Friendly? The GHG Emissions Impacts of Consuming Imported versus Domestically Produced Food", *Environmental and Resource Economics*, 58 (3), 2014.
- BABIC, M., FICHTNER, J. & HEEMSKERK, E. M., "States versus Corporations: Rethinking the Power of Business in International Politics", *The International Spectator*, 52 (4), 2017.
- BACKSTER, C., *Primary Perception: Biocommunication with Plants, Foods, and Human Cells*, Anza, White Rose Millennium Press, 2003.
- BAER, R., "Ethics, Values, Virtues, and Character Strengths in Mindfulness-Based Interventions: A Psychological Science Perspective", *Mindfulness*, 6 (4), 2015.
- BAHÁ'U'LLÁH, *Gleanings from the Writings of Baha'u'llah*, traduit de l'arabe et du persan par Shoghi Effendi, Wilmette, Bahá'í Publishing Trust, 1983.
- SRIRAM BALASUBRAMANIAN S. & CASHIN P., "Gross National Happiness and Macroeconomic Indicators in the Kingdom of Bhutan", 2019; IMF working paper, 26 p.
- BALLET, J., *Sri Aurobindo : une philosophie politique spiritualiste*, Paris, L'Harmattan, 2010.
- BALMORI, A., "Electromagnetic pollution from phone masts. Effects on wildlife", *Pathophysiology*, 16 (2-3), 2009; doi: 10.1016/j.pathophys.2009.01.007.
- BANGSBO, J., KRUSTRUP, P., DUDA, J., HILLMAN, C., ANDERSEN, L. B., WEISS, M., WILLIAMS, C. A. *et al.*, "The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physical activity in schools and during leisure time", *British Journal of Sports Medicine*, 50 (19), 2016.
- BARLOW, J. & COREN, E., "The Effectiveness of Parenting Programs: A Review of Campbell Reviews", *In Research of Social Work Practice*, 28 (1), janvier 2018; <http://eric.ed.gov/?id=EJ1163564>.

- BATES, C., "Is this the world's happiest man? Brain scans reveal French monk has 'abnormally large capacity' for joy – thanks to meditation", *Daily Mail*, 31 octobre 2012; <https://www.dailymail.co.uk/health/article-2225634/is-worlds-happiest-man-Brain-scans-reveal-French-monk-abnormally-large-capacity-joy-meditation.html>.
- BATSON, C. D., "The empathy-altruism hypothesis: What and so what?", in E. M. Sepällä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of compassion science*, New York, Oxford University Press, 2017; <https://psycnet.apa.org/record/2017-43847-003>.
- BBC NEWS, "Bolsonaro : Brazil politician's health 'improving' after stabbing", 10 septembre 2018; <https://www.bbc.com/news/world-latin-america-45470986>.
- BEHERE, P. B. & BHISE, M. C., "Farmers' suicide: Across culture", *Indian Journal of Psychiatry*, 51 (4), 2009.
- BELIK, V., "A Town Without Poverty?", *The Dominion*, 5 septembre 2011; <http://www.dominionpaper.ca/articles/4100.hml>.
- BELLAIMEY, J., *Les sens cachés du yin et du yang*, 2013. Contenu vidéo, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://www.youtube.com/watch?v=ezmR9Attpyc>.
- BELLISLE, F., "Effects of diet on behaviour and cognition in children", *British Journal of Nutrition*, 92, Suppl. 2, 2004.
- BELUCHE, G., communication personnelle, 2018.
- BELYAEV, I., DEAN, A., EGER, H., HUBMANN, G., JANDRISOVITS, R., KERN, M., KUNDI, M. *et al.*, "EUROPAEM EMF Guideline 2016 for the prevention, diagnosis and treatment of EMF-related health problems and illnesses", *Reviews on Environmental Health*, 31 (3), 2016.
- BENAZZO, Z. & BENAZZO, M., *La sagesse du traumatisme*, 2021.
- BENES, J. & KUMHOF, M., *The Chicago Plan Revisited*, document de travail du Fonds monétaire international, 2012.
- BERGGRUEN, N. & GARDELS, N., *Gouverner au XXI^e siècle. La voie du milieu entre l'Est et l'Ouest*, Paris, Fayard, 2013.
- BERKOWITZ, M. W., "The Role of Discussion in Moral Education." in M. W. Berkowitz et F. Oser (eds.), *Moral Education: Theory and Applications*, Hillsdale, Lawrence Erlbaum and Associates, 1985.
- , "What Works in Value Education", *International Journal of Educational Research*, 50 (3), 2011.
- BERKOWITZ, M. W. & BIER, M. C., "What Works in Character Education: A Research-Driven Guide for Educators", Washington, Character Education Partnership, 2005.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- BESHARA, M., HUTCHINSON, A. D. & WILSON, C., “Does mindfulness matter? Everyday mindfulness, mindful eating and self-reported serving size of energy dense foods among a sample of South Australian adults”, *Appetite*, 67 (25-29), 2013.
- BÉTAILLE, J., “Rights of Nature: Why it Might Not Save the Entire World”, *Journal for European Environmental & Planning Law*, 6 (1), 2019.
- BIHARI, J. L. N. & MULLAN, E. G., “Relating Mindfully: A Qualitative Exploration of Changes in Relationships Through Mindfulness-Based Cognitive Therapy”, *Mindfulness*, 5 (1), 2012.
- BILLIG, S. H., “Support for K-12 Service-Learning Practice: A Brief Review of the Research”, *Educational Horizons*, 80 (4) (Summer), 2002.
- BIRKETT, A., “Online Manipulation: All The Ways You’re Currently Being Deceived”, CXL, 2020, mise à jour du 10 janvier 2023, consulté le 3 avril 2023 ; <https://cxl.com/blog/online-manipulation-all-the-ways-youre-currently-being-deceived/>.
- BIROL, F., “What the 2008 financial crisis can teach us about designing stimulus packages today”, Agence internationale de l’énergie, 19 avril 2020; <https://www.iea.org/commentaries/what-the-2008-financial-crisis-can-teach-us-about-designing-stimulus-packages-today>
- BJÖRKMAN, T., *How to use personal, inner development to build strong democracies*, conférence TEDxBerlin, 20 août 2018, consulté le 17 février 2021 ; <https://www.youtube.com/watch?v=b4dFsHgd1rQ&t=1s>.
- BLACKMAN, A., NARANJO, M. A., ROBALINO, J., ALPIZAR, F. & RIVERA CAYUPI, J., “Does Tourism Eco-Certification Pay? Costa Rica’s Blue Flag Program”, *World Development*, 58 (41-52), 2014.
- BLATTMAN, C., FIALA, N. & MARTINEZ, S., *The Economic and Social Returns to Cash Transfers: Evidence from a Ugandan Aid Program*, document de travail du CEGA, avril 2013; http://cega.berkeley.edu/assets/cega_events/53/WGAPE_Sp2013_Blattman.pdf.
- BLOOM, D. E., CAFIERO, E. T., JANÉ-LLOPIS, E., ABRAHAMS-GESSEL, S., BLOOM, L. R., FATHIMA, S., FEIGL, A. B. *et al.*, *The Global Economic Burden of Non-communicable Diseases: a report by the World Economic Forum and the Harvard School of Public Health*, Forum économique mondial et Harvard School of Public Health, 2011; https://www3.weforum.org/docs/WEF_Harvard_HE_GlobalEconomicBurdenNonCommunicableDiseases_2011.pdf.
- BLUMSTEIN, A. & BECK, A. J., “Population growth in US prisons, 1980-1996”, *Crime in Justice*, 26 (Prisons), 1999; <http://www.jstor.org/stable/1147683>.

- BOGATYREVA, O. & SHILLEROV, A. E., *Biomimetic Management: Building a Bridge between People and Nature*, s. n, CreateSpace Independent Publishing Platform, 2015.
- BOIX, C., MILLER, M. & ROSATO, S., “A Complete Data Set of Political Regimes, 1800–2007”, *Comparative Political Studies*, 46 (12), 2013; doi: 10.1177/0010414012463905.
- BOND, R. M., FARISS, C. J., JONES, J. J., KRAMER, A. D. I., MARLOW, C., SETTLE, J. E. & FOWLER, J. H., “A 61-million-person experiment in social influence and political mobilization”, *Nature*, 489, 2012.
- BONIWELL, I., “Introduction to Positive Education”, in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayres (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- BONIWELL, I., DAVID, S. & CONLEY AYERS, A. (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013; doi: 10.1093/oxfordhpb/9780199557257.001.0001.
- BONIWELL, I., DAVID, S. & CONLEY AYERS, A., “Introduction” in I. Boniwell, S. David et A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- BONTA, J., JESSEMAN, R., RUGGE, T. & CORMIER, R., “Restorative Justice and Recidivism: Promises Made, Promises Kept?” in D. Sullivan & L. Tift (eds.), *Handbook of Restorative Justice: A Global Perspective*, Londres, Routledge, 2006.
- BOURG, D. (ed.), *Pour une 6^e République écologique*. Paris, Odile Jacob, 2011.
- BRASEY, E., *Enquête sur l'existence des fées et des esprits de la nature*, s. n. : Filipacchi, 1996.
- BRISTOW, J., BELL, R. & NIXON, D., *Mindfulness: Developing Agency in Urgent Times*. Sheffield, The Mindfulness Initiative, 2020.
- BRITO-PONS, G., CAMPOS, D. & CEBOLLA, A., “Implicit or Explicit Compassion? Effects of Compassion Cultivation Training and Comparison with Mindfulness-Based Stress Reduction”, *Mindfulness*, 9 (5), 2018.
- BROODRYK, J., *Understanding South Africa: the Ubuntu way of Living*, Pretoria, Ubuntu School of Philosophy, 2008.
- BROOKES, D. & McDONOUGH, I., “The Differences between Mediation and Restorative Justice/Practice”, document non publié, 2006.
- BROUSSARD, N., « Napoléon, héros hégélien », *Revue du Souvenir napoléonien*, n° 400, 1995 ; <https://www.napoleon.org/histoire-des-2-empires/articles/napoleon-heros-hegelien/>.
- BROWN, B. I., “Violence, Aggression and Our Food”, *International Society for Orthomolecular Medicine*, 35 (1), 2020.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- BROWN, K. W. & KASSER, T., “Are Psychological and Ecological Wellbeing Compatible? The Role of Values, Mindfulness, and Lifestyle”, *Social Indicators Research*, 74, 2005.
- BROWN, K. W., RYAN, R. M. & CRESWELL, J. D., “Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for its Salutary Effects”, *Psychological Inquiry*, 18 (4), 2007.
- BROWN, L. S. & COURTOIS, C. A., “Trauma Treatment: The Need for Ongoing Innovation”, *Practice Innovations*, 4 (3), 2019.
- BRUNK, C. G., “Restorative justice and the philosophical theories of criminal punishment” in M. L. Hadley (ed.), *The Spiritual Roots Of Restorative Justice*, Albany, State University of New York Press, 2001.
- BUGUET-DEGLETAGNE, B., *Évaluation du troisième plan national santé environnement et préparation de l'élaboration du plan suivant*, rapport d'inspection, Inspection générale des affaires sociales, 2018.
- BUNKER, N., “Being the reserve currency has its privileges and costs”, Washington Center for Economic Growth, 7 juillet 2014; <https://equitablegrowth.org/reserve-currency-privileges-costs/>.
- BURKE, M., DAVIS, W. M. & DIFFENBAUGH, N., “Large potential reduction in economic damages under UN mitigation targets”, *Nature*, 557, 2018.
- BURKE HARRIS, N., *Comment les traumatismes de l'enfance affectent la santé tout au long de la vie*, TEDMED 2014, https://www.ted.com/talks/nadine_burke_harris_how_childhood_trauma_affects_health_across_a_lifetime/transcript?language=fr.
- CABANES, V., « Reconnaissons la nature comme sujet de droit », *Le Monde*, 13 mars 2017. https://www.lemonde.fr/idees/article/2017/03/30/reconnaissons-la-nature-comme-sujet-de-droit_5102997_3232.html.
- CAMERON, K. S., BRIGHT, D. & CAZA, A., “Exploring the Relationships between Organizational Virtuousness and Performance”, *American Behavioral Scientist*, 47 (6), 2004; doi: 10.1177/0002764203260209.
- CARLIN, D., *Mindful Justice. Creating a Criminal Justice System Grounded in Mindfulness, Compassion & Human Dignity*, document de synthèse élaboré en amont de la conférence Mindful Justice: Creating a Criminal Justice System Grounded in Mindfulness, Compassion & Human Dignity, organisée en septembre 2015 par le Fetzer Institute à Kalamazoo (Michigan) ; https://afc724b7-5fdd-4ef2-92bf-6d2ad2de05d4.filesusr.com/ugd/8ea141_f2bc8dc8df77b40d495379542d9ea94b7.pdf.
- CARNEY, B. M. & GETZ, I., *Liberté et Cie. Quand la liberté des salariés fait le bonheur des entreprises*, n. e. aug., Paris, Flammarion, 2016.
- CASTANEDA, C., *Voir : les enseignements d'un sorcier yaqui*, Paris, Gallimard, 1985.

- , *Le voyage à Ixtlan : les leçons de don Juan*, Paris, Gallimard, 1988.
- , *L'herbe du diable et la petite fumée : une voie yaqui de la connaissance*, Paris : 10/18, 2012.
- CAYLEY, D., *The Expanding Prison: The Crisis in Crime and Punishment and the Search for Alternatives*, Toronto, House of Anansi Press, 1998.
- CENTER FOR YOUTH WELLNESS (s. d.), “The Landmark Adverse Childhood Experiences Study”, consulté le 3 août 2020 ; <https://centerforyouthwellness.org/the-science/>.
- CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION, “Mental Health and Chronic Diseases”, Issue Brief No. 2, 2012.
- CENTRAL ASIA INSTITUTE, “The Top 10 Reasons To Support Girls’ Education”, contenu web, 8 juillet 2020, consulté le 3 août 2020 ; <https://centralasiainstitute.org/top-10-reasons-to-support-girls-education/>.
- CENTRE FOR BHUTAN STUDIES AND GNH, “GNH Policy and Project Selection Tools”, contenu web, 2008, consulté le 11 août 2020 ; <https://slideplayer.com/slide/6393266/>.
- CHADWICK, D. H., “Keystone Species: How Predators Create Abundance and Stability”, *Mother Earth News*, juin/juillet 2011, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://www.motherearthnews.com/sustainable-living/nature-and-environment/keystone-species-zm0z11zrog/#ixzz1clbGyAwq>.
- CHAHINE, V., « Méditer, un jeu d’enfant », *Le Monde*, 26 novembre 2017, https://www.lemonde.fr/m-perso/article/2017/11/26/mediter-un-jeu-d-enfant_5220501_4497916.html.
- CHANG, I. J., “Taiwan’s ‘Warm Power’: Sharing Lessons on Digital Governance”, *Global Taiwan Brief*, 4 (23), 2019, consulté le 21 mai 2020 ; <https://globaltaiwan.org/2019/12/taiwans-warm-power-sharing-lessons-on-digital-governance/>.
- CHAPERON, I., « La qualité de vie au travail, un critère qui prend du galon », *Le Monde*, 2015, mis à jour le 1^{er} septembre 2020 ; https://www.lemonde.fr/economie/article/2015/09/01/la-qualite-de-vie-au-travail-un-critere-qui-prend-du-galon_4742406_3234.html.
- CHAPRON, G., EPSTEIN, Y. & LÓPEZ-BAO, J. V., “A rights revolution for nature”, *Science*, n° 363 (6434), 2019 ; doi : 10.1126/science.aav5601.
- CHAVAGNEUX, C., « Une mondialisation en mode mineur », *Alternatives économiques*, n° 402, 2020 ; <https://www.alternatives-economiques.fr/une-mondialisation-mode-mineur/00092863>.
- CHEN, Y., “The Idea of Nature in the Daoist Classic of Liezi”, thèse présentée dans le cadre du doctorat de philosophie en langues et cultures de l’Asie du Sud-Est au Graduate College de l’université d’Illinois à Urbana-Champaign, 2012.

- CHENOWETH E., “It may only take 3.5% of the population to topple a dictator – with civil resistance”, *The Guardian*, 1^{er} février 2017.
- CHENOWETH, E. & GALLAGHER CUNNINGHAM, K., “Understanding nonviolent resistance”, *Journal of Peace Research*, 50 (3), 2013.
- CHERRY, K., “What Is Attachment Theory? The Importance of Early Emotional Bonds”, *Very Well Mind*, 22 février 2023; <https://www.verywellmind.com/what-is-attachment-theory-2795337>.
- CHIAO, J. Y. & BLIZINSKY, K., “Culture-gene coevolution of individualism – collectivism and the serotonin transporter gene”, *Proceedings of the Royal Society B*, 277 (1681), 2009; doi: 10.1098/rspb.2009.1650.
- CHIESA, A., CALATI, R. & SERRETTI, A., “Does mindfulness training improve cognitive abilities? A systematic review of neuropsychological findings”, *Clinical Psychology Review*, 31 (3), 2011; doi: 10.1016/j.cpr.2010.11.003.
- CHODKIEWICZ, A. R. & BOYLE, C., “Positive psychology school-based interventions: A reflection on current success and future directions”, *Review of Education*, 5 (1), 2017; doi: 10.1002/rev3.3080.
- CHOLET, M. & LEMAHIEU, T., « Et vous, quel travail feriez-vous si votre revenu était assuré ? », *Périphéries*, décembre 2010 ; <https://www.peripheries.net/article326.html>.
- CLAPP, J. 2021. The problem with growing corporate concentration and power in the global food system. *Nat Food* ;2(6):404-408. doi: 10.1038/s43016-021-00297-7. Epub 2021 Jun 3. PMID: 37118223.
- CLARK, A. E., “Works, Jobs, and Well-Being Across the Millennium” in E. Diener, J. Helliwell & D. Kahneman (eds.), *International Differences in Well-Being*, New York, Oxford University Press, 2010; doi: 10.1093/acprof:oso/9780199732739.003.0014.
- CLARK, A. E., FRIJTERS, P. & SHIELDS, M. A., “Income and happiness: Evidence, explanation and economic implications”, document de travail n° 2006-24, Paris-Jourdan Sciences économiques, 2006.
- CLARK, A. E., GEORGELLIS, Y. & SANFEY, P., “Scarring: The Psychological Impact of Past Unemployment”, *Economica*, 68 (270), 2001; doi: 10.1111/1468-0335.00243.
- CLIFFORD, C., “Famous economist: Government should give all French citizens \$132,000 in cash when they turn 25”, *CNBC Make It*, 13 septembre 2019; <https://www.cnb.com/2019/09/13/economist-piketty-french-citizens-should-get-6-figures-in-cash-at-25.html>.
- CNN, “Transcript of Trump’s call with governors: ‘Dominate... or you’ll look like a bunch of jerks’”, 2 juin 2020; <https://www.mercurynews.com/2020/06/02/transcript-of-trumps-call-with-governors-dominate-or-youll-look-like-a-bunch-of-jerks/>.

- COHEN, P. & COHEN, J., *Life Values and Adolescent Mental Health*, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates, 1996.
- COLAGROSSI, M., “10 reasons why Finland’s education system is the best”, *Big Think*, 9 septembre 2018; <https://bigthink.com/the-present/finland-education-system-2/>.
- COMISIÓN NACIONAL – PROGRAMA BANDERA AZUL ECOLÓGICA, *Informe Galardonados 2018*; https://www.oneplanetnetwork.org/sites/default/files/from-crm/94-cf451d486e4b148d5627d8858b584dc9_Programa_Bandera_Azul_Ecolo%25CC%2581gica_Informe_2018.pdf.
- COMITÉ DIRECTEUR ET SECRÉTARIAT DU PLAN NATIONAL DE DÉVELOPPEMENT, *Happiness: Towards a New Development Paradigm. Report of the Kingdom of Bhutan*, 2013, consulté le 4 février 2020 ; http://www.penseesemonrecif.org/images/inspirations/NDP_Report_Bhutan_2013.pdf.
- COMMISSION DES DÉTERMINANTS SOCIAUX DE LA SANTÉ, « Comblen le fossé en une génération : instaurer l’équité en santé en agissant sur les déterminants sociaux de la santé », résumé analytique du rapport final, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2008 ; <https://www.who.int/fr/publications/i/item/WHO-IER-CSDH-08.1>.
- COMMISSION EAT-LANCET, *Summary report*, 2019, synthèse préparée par EAT, issue du document de la Commission, intitulé *Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems*.
- COMMISSION EUROPÉENNE, *Paternity and parental leave policies across the European Union*, Luxembourg, Office des publications de l’Union européenne, 2018.
- COMMISSION MONDIALE SUR L’ÉCONOMIE ET LE CLIMAT, *The Sustainable Infrastructure Imperative. Financing for Better Growth and Development. The 2016 New Climate Economy Report*, Washington, New Climate Economy, 2016.
- COMMISSION MONDIALE SUR L’ENVIRONNEMENT ET LE DÉVELOPPEMENT, *Notre avenir à tous*, New York, Nations Unies, 1989.
- COMMUNAUTÉ INTERNATIONALE BAHÁ’ÍE, “Valuing Spirituality in Development”, note de cadrage présentée à l’occasion du World Faiths and Development Dialogue de Londres, le 18 février 1998 ; <https://www.bic.org/statements/valuing-spirituality-development>.
- , « La citoyenneté mondiale : une éthique universelle pour le développement durable », déclaration prononcée lors de la première session de la Commission du développement durable des Nations Unies, New York, 14-25 juin 1993.
- CONCEIÇÃO, P., *Rapport sur le développement humain 2020. La prochaine frontière : le développement humain et l’Anthropocène*, Programme

- des Nations Unies pour le développement, 2020 ; <https://hdr.undp.org/system/files/documents/hdr2020frpdf.pdf>.
- CONDON, P., DESBORDES, G., MILLER, W. B. & DESTENO, D., “Meditation Increases Compassionate Responses to Suffering”, *Psychological Science*, 24 (10), 2013.
- CONFÉRENCE DES NATIONS SUR LE COMMERCE ET LE DÉVELOPPEMENT, *Trade and Environment Review 2013: Wake-up before it is too late. Make agriculture truly sustainable now for food security in a changing climate*, 2013.
- , *World Investment Report*, 2014.
- , *Trade and Development Report 2019. Financing a global green new deal*, 2019.
- CONFÉRENCE MONDIALE DES PEUPLES SUR LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES ET LES DROITS DE LA TERRE NOURRICIÈRE, Déclaration universelle des droits de la Terre Mère, 2010 ; <https://pwccc.wordpress.com/>.
- CONFINO, J., “Zen master Thich Nhat Hanh: only love can save us from climate change”, *The Guardian*, 21 janvier 2013; <http://www.theguardian.com/sustainable-business/zen-master-thich-nhat-hanh-love-climate-change>.
- , “Thich Nhat Hanh: Is mindfulness being corrupted by business and finance?”, *The Guardian*, 28 mars 2014; <https://www.theguardian.com/sustainable-business/thich-nhat-hanh-mindfulness-google-tech>.
- CONSEIL PONTIFICAL « JUSTICE ET PAIX », *Compendium de la doctrine sociale de l'Église*, Paris, Cerf, 2005.
- CORDIER, S., « L'inceste, un phénomène tabou à l'ampleur méconnue », *Le Monde*, 5 janvier 2021.
- CORREA, M., *The History of Gross National Happiness*, document de travail, 2017, consulté le 11 août 2020 ; doi: 10.13140/RG.2.2.18737.38243.
- COSTA, D. L., YETTER, N. & DESOMER, H., “Intergenerational transmission of paternal trauma among US Civil War ex-POWs”, *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115 (44), 2018.
- CRESWELL, J. D., MYERS, H. F., COLE, S. W. & IRWIN, M. R., “Mindfulness meditation training effects on CD4+ T lymphocytes in HIV-1 infected adults: a small randomized controlled trial”, *Brain, Behavior and Immunity*, 23 (2), 2009.
- CROCKER, J. & CANEVELLO, A., “Creating and Undermining Social Support in Communal Relationships: The Role of Compassionate and Self-Image Goals”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 95 (3), 2008.
- CROMPTON, T., SANDERSON, R., PRENTICE, M., WEINSTEIN, N., SMITH, O. & KASSER, T., *Perceptions Matter: The Common Cause UK Values Survey*, Londres, Common Cause Foundation, 2016.

- CRONIN, H., *The Ant and the Peacock: Altruism and Sexual Selection from Darwin to Today*, Cambridge, Cambridge University Press, 1991.
- CUMING, A., "This Country is Basing its Entire Budget on the Happiness of its People", *HuffPost*, 4 juin 2019; https://www.huffpost.com/entry/new-zealand-well-being-budget-happiness-economy_n_5cf4f7e1e4b0e8085e3cf4b0.
- DAHL, A., *Governance from a Bahá'í perspective*, document non publié, 2017.
- DALIN, P. & RUST, V. D., *Towards Schooling for the 21st Century*, New York, Bloomsbury Publication, 1996.
- D'ALLENS, G., BÆUF, N., DANG, L., « Convention pour le climat : seules 10 % des propositions ont été reprises par le gouvernement », *Report-terre*, 31 mars 2021.
- D'ANTONA, J. Jr., "88% of All 2019 Forex Transactions Are in US Dollars", *Traders Magazine*, 24 janvier 2020; <https://www.tradersmagazine.com/am/88-of-all-2019-forex-transactions-are-in-us-dollars/>.
- DARAKHT-E DANESH (s. d.), *Martin Luther King, Jr.'s Principles of Nonviolence*, consulté le 3 avril 2023 ; <https://library.darakhtdanesh.org/en/resource/1140>.
- DARWIN, C., *L'origine des espèces au moyen de la sélection naturelle*, Paris, C. Reinwald et C^{ie}, libraires-éditeurs, 1876 ; http://darwin-online.org.uk/converted/pdf/1876_OriginFrench_F661.pdf.
- , *L'homme et la sélection sexuelle*. Paris, C. Reinwald et C^{ie}, libraires-éditeurs, 1881 ; http://darwin-online.org.uk/converted/pdf/1881_DescentFrench_F1061.pdf.
- DASHTI, A., *In Search of Omar Khayyam*, Iran, Routledge, 2011.
- DATTANI, S., RITCHIE, H. & ROSER, M., "Mental Health", publié en ligne sur ourworldindata.org, 2021, extrait de <https://ourworldindata.org/mental-health>.
- DAVIDSON, R. J. & SCHUYLER, B. S., "Neuroscience of Happiness" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report*, 2015.
- DAVIS, M. H., "Empathy, Compassion and Social Relationships" in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- DAWKINS, R., *Le Gène égoïste*, Paris, Odile Jacob, 1996.
- DE BOTTON, A., *Petit guide des religions à l'usage des mécréants*, Paris, Flammarion, 2012.
- DE MEL, S., MCKENZIE, D. & WOODRUFF, C., "Returns to Capital in Microenterprises: Evidence from a Field Experiment", *The Quarterly Journal of Economics*, 12 (4), 2008; doi: 10.1162/qjec.2009.124.1.423.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- DE NEVE, J.-E., DIENER, E., TAY, L. & XUEREB, C., “The Objective Benefits of Subjective Well-Being” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2013.
- DE NEVE, J.-E. & WARD, G., “Happiness at Work” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2017.
- DE ROYER, S. & BONNEFOUS, B., « Emmanuel Macron, un président très spirituel », *Le Monde*, 24 septembre 2017 ; https://www.lemonde.fr/politique/article/2017/09/23/macron-un-president-tres-spirituel_5190170_823448.html.
- DE VIBE, M., BJØRNDALL, A., TIPTON, E., HAMMERSTRØM, K. & KOWALSKI, K., “Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) for Improving Health, Quality of Life and Social Functioning in Adults”, *Campbell Systematic Reviews*, 3, 2012; doi: 10.4073/csr.2012.3.
- DECI, E. L., KOESTNER, R. & RYAN, R. M., “A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation”, *Psychological Bulletin*, 125 (6), 1999; doi: 10.1037/0033-2909.125.6.627.
- DEMIR, M., “Introduction to Relationships and Happiness” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- DESCOLA, P., *Par-delà nature et culture*, Paris, Gallimard, 2005.
- DIAMANDIS, P. & KOTLER, S., *Abundance: The Future Is Better Than You Think*, New York, Free Press, 2012.
- DIENER, E. & BISWAS-DIENER, R., “Will Money Increase Subjective Well-Being? A Literature Review and Guide to Needed Research”, *Social Indicators Research*, 57 (2), 2002.
- DIENER, E. & DIENER, M., “Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4), 1995; doi: 10.1037/0022-3514.68.4.653.
- DIENER, E., NG, W., HARTER, J. & ARORA, R., “Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 99 (1), 2010.
- DIENER, E. & OISHI, S., “Money and happiness: Income and subjective well-being across nations”, in E. Diener & E. M. Suh (eds.), *Culture and subjective well-being*. Cambridge, MIT Press, 2000.
- DIENER E., TAY, L. & MYERS, D. G., “The religion paradox: if religion makes people happy, why are so many dropping out?”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 101 (6), 2011.

- DINAN, S., *Sacred America, Sacred World: Fulfilling Our Mission in Service to All*, Charlottesville, Hampton Roads Publishing, 2016.
- DIOP, D. (s. d.), « Mondialisation et civilisation de l'Universel chez Léopold Sédar Senghor », consulté le 5 août 2020 ; <https://www.cercle-richelieu-senghor.org/mondialisation-et-civilisation-de-luniversel-chez-leopold-sedar-senghor/>.
- DITTMER, K., "Alternative to Money-As-Usual in Ecological Economics: a Study of Alternative Local Currencies and 100 Percent Reserve Banking", thèse de doctorat, 2014.
- DOLAMO, R., "Botho/ubuntu: The heart of African ethics", *Scriptura*, 112 (1), 2013.
- DOTY, J. R., "Preface" in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- DRUTMAN, L., *The Business of America is Lobbying: How Corporations Became Politicized and Politics Became More Corporate*, New York, Oxford University Press, 2015.
- DRUTMAN, L., "About half of retiring senators and a third of retiring House members register as lobbyists", *Vox*, 15 janvier 2016; <https://www.vox.com/2016/1/15/10775788/revolving-door-lobbying>.
- DUNN, E. W., AKNIN, L. B. & NORTON, M. I., "Prosocial Spending and Happiness: Using Money to Benefit Others Pays Off", *Current Directions in Psychological Science*, 23 (1), 2014.
- EDWARDS, S., "Love and the Brain", *On The Brain*, contenu web publié par le Harvard Mahoney Neuroscience Institute, 2015; <https://hms.harvard.edu/news-events/publications-archive/brain/love-brain>.
- EINSTEIN, A. & INFELD, L., *L'évolution des idées en physique : des premiers concepts aux théories de la relativité et des quanta*, Paris, Flammarion, 1983.
- EISENBERG, N. & LENNON, R., "Sex differences in empathy and related capacities", *Psychological Bulletin*, 94 (1), 1983; doi: 10.1037/0033-2909.94.1.100.
- EISENSTEIN, C., *Sacred Economics. Money, Gift and Society in the Age of Transition*, Berkeley, Evolver Editions, 2011.
- , « Une vie nouvelle et heureuse ? L'idéologie du développement », 2018, consulté le 11 août 2020 ; <https://charleseisenstein.org/essays/une-vie-nouvelle-et-heureuse-lideologie-du-developpement/>.
- , *Notre cœur sait qu'un monde plus beau est possible*, Saint-Julien-en-Genevois, Éditions Jouvence, 2020.
- EISLER, R. & FRY, D. P., *Nurturing our Humanity: How Domination and Partnership Shape Our Brains, Lives, and Future*. New York : Oxford University Press, 2019.

- EISNER, M., “Long-Term Historical Trends in Violent Crime”, *Crime and Justice*, 30, 2003; <https://www.jstor.org/stable/1147697>.
- EL PAÍS., “Agua en el grifo”, éditorial, 7 janvier 1996 ; https://elpais.com/diario/1996/01/07/opinion/820969210_850215.html.
- ELBERT, T., Pantev, C., Wienbruch, C., Rockstroh, B. & Taub, E. (1995). “Increased Cortical Representation of the Fingers of the Left Hand in String Players.” *Science*, 270 (5234). doi: 10.1126/science.270.5234.305
- ELLIOT, L., “World’s 26 richest people own as much as poorest 50%, says Oxfam”, *The Guardian*, 20 janvier 2019; <https://www.theguardian.com/business/2019/jan/21/world-26-richest-people-own-as-much-as-poorest-50-per-cent-oxfam-report>.
- EPSTEIN, R., “The new mind control”, *Aeon*, 18 février 2016.
- ERICSON, T., KJØNSTAD, B. G. & BARSTAD, A., “Mindfulness and sustainability”, *Ecological Economics*, 104 (C), 2014 ; doi: 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007.
- EVANS, D. K. & POPOVA, A., “Cash transfers and temptation goods: A review of global evidence”, document de recherche sur les politiques de la Banque mondiale WPS6886, 2014.
- EVANS, K., “Make it rain: Planting forests could help drought-stricken regions”, *Forests News*, 23 juillet 2012; <https://forestsnews.cifor.org/10316/make-it-rain-planting-forests-to-help-drought-stricken-regions?fnl=en>.
- FADEL, C. & GROFF, J. S., “Four-Dimensional Education for Sustainable Societies” in J. W. Cook (ed.), *Sustainability, Human Well-Being and the Future of Education*, Cham, Palgrave Macmillan, 2019; doi: 10.1007/978-3-319-78580-6.
- FAGOT, V., « Le déploiement de la 5G en France se heurte de plus en plus à des préoccupations écologiques », *Le Monde*, 2 juillet 2020 ; https://www.lemonde.fr/economie/article/2020/07/02/le-deploiement-de-la-5g-se-heurte-a-la-poussee-des-preoccupations-ecologiques_6044908_3234.html.
- FAHSEL, H., *Thérèse Neumann : l'extraordinaire mystique de Konnersreuth*, Paris, Le Jardin des Livres, 2013.
- FANG, L., “When a Congressman Becomes a Lobbyist, He Gets a 1,452 Percent Raise (On Average)”, *The Nation*, 14 mars 2012. Première publication par *Republic Report*.
- FARQUHAR, B., “Wolf Reintroduction Changes Ecosystem in Yellowstone”, *Outside+*, 30 juin 2021; <https://www.yellowstonepark.com/things-to-do/wolf-reintroduction-changes-ecosystem>.
- FEDERATION OF CITY FARMS AND COMMUNITY GARDENS (s. d.), *Benefits of community growing, green spaces and outdoor education*.

- FEHRENBACHER, J., "Biomimetic Architecture: Green Building in Zimbabwe Modeled After Termite Mounds", *InHabitat*, 29 novembre 2012; <https://inhabitat.com/building-modelled-on-termites-eastgate-centre-in-zimbabwe/>.
- FELITTI, V. J., ANDA, R. F., NORDENBERG, D., WILLIAMSON, D. F., SPITZ, A. M., EDWARDS, V., KOSS, M. P. & MARKS, J. S., "Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study", *American Journal of Preventive Medicine*, 14 (4), 1998; doi: 10.1016/S0749-3797(98)00017-8.
- FERREBŒUF, H. & JANCOVICI, J.-M., « La 5G est-elle vraiment utile ? » *Le Monde*, 10 janvier 2020.
- FERRON, C. & MOREL, R., "Smart unconventional monetary (SUMO) policies: giving impetus to green investment", *Climate Report n° 46*, CDC Climate Research, 2014.
- FIGUERES, C. & RIVETT-CARNAC, T., *Inventons notre avenir !*, Paris, Albin Michel, 2021.
- FINUCANE, A. & HIDALGO, A., "Climate Change Is Everyone's Problem. Women Are Ready to Solve It", *Fortune*, 12 septembre 2018; <https://fortune.com/2018/09/12/climate-change-sustainability-women-leaders/>.
- FISCHER, D., STANSZUS, L., GEIGER, S., GROSSMAN, P. & SCHRADER, U., "Mindfulness and sustainable consumption: A systematic literature review of research approaches and findings", *Journal of Cleaner Production*, 162, 2017; doi: 10.1016/j.jclepro.2017.06.007.
- FISHER, S. F., *Neurofeedback in the Treatment of Developmental Trauma: Calming the Fear-Driven Brain*, New York, W. W. Norton & Company, 2014.
- FITZGERALD, A. J., KALOF, L. & DIETZ, T., "Slaughterhouses and Increased Crime Rates: An Empirical Analysis of the Spillover From 'The Jungle' Into the Surrounding Community", *Organization & Environment*, 22 (2), 2009.
- FLETCHER, R., "Canada's forests actually emit more carbon than they absorb – despite what you've heard on Facebook", *CBC News*, 12 février 2019; <https://www.cbc.ca/news/canada/calgary/canada-forests-carbon-sink-or-source-1.5011490>.
- FONDS DES NATIONS UNIES POUR L'ENFANCE, *La Situation des enfants dans le monde 2019. Enfants, nourriture et nutrition : Bien grandir dans un monde en mutation*, New York, Fonds des Nations Unies pour l'enfance, 2019.
- FORD, B., *Delegative democracy*, 2002, consulté le 21 mai 2020 ; <https://bford.info/deleg/deleg.pdf>.

- FORUM ÉCONOMIQUE MONDIAL, *Health and Healthcare in the Fourth Industrial Revolution*, Coligny/Genève, Forum économique mondial, 2019.
- FOUCART, S., « L'environnement est le grand impensé du plan cancer », *Le Monde*, 28 février 2021 ; https://www.lemonde.fr/idees/article/2021/02/28/l-environnement-est-le-grand-impense-du-plan-cancer_6071451_3232.html.
- FREDRICKSON, B. L., *Love 2.0 : Ces micro-moments d'amour vont transformer votre vie*, Paris, Marabout, 2014.
- FRENKEL-BRUNSWIK, E., "Intolerance of ambiguity as a personality variable" in D. Cromwell Beardsley & M. Wertheimer (eds.), *Readings in Perception*, Princeton, Van Nostrand, 1958.
- FREUD, S., "Gesammelte Werke: II/III" in *L'interprétation du rêve. Œuvres complètes*, 4, Paris, Presses universitaires de France, 1958.
- FREY, B. S. & GÖTTE, L., *Does Pay Motivate Volunteers?*, document de travail 7, Zurich, Institut de recherche empirique en économie, université de Zurich, 1999.
- FREY, B. S., LUECHINGER, S. & STUTZER, A., "The Life Satisfaction Approach to Environmental Valuation", *Annual Review of Resource Economics*, 2 (1), 2010.
- FREY, B. S. & STUTZER, A., "Economics and the Study of Individual Happiness" in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- GALA, « La drôle de confiance de Brigitte Macron sur la fidélité de son mari », 14 juin 2017 ; https://www.gala.fr/l_actu/news_de_stars/la_drole_de_confidence_de_brigitte_macron_sur_la_fidelite_de_son_mari_396692.
- GALLUP, *Gallup 2019 Global Emotions Report*, 2019; <https://www.gallup.com/analytics/248906/gallup-global-emotions-report-2019.aspx>.
- GALTUNG, J., "Peace: A Peace Practitioner's Guide", *Ideas for Peace*, 13 juillet 2017.
- GANDHI, M., *Tous les hommes sont frères. Vie et pensées du Mahatma Gandhi d'après ses œuvres*, Paris, Gallimard, 1990.
- GARNER, R., "Finland schools: Subjects scrapped and replaced with 'topics' as country reforms its education system", *The Independent*, 20 mars 2015.
- GASTIL, J., BACCI, C. & DOLLINGER, M., "Is Deliberation Neutral? Patterns of Attitude Change During 'The Deliberative Polls™'", *Journal of Public Deliberation*, 6 (2), Article 3, 2010.
- GELFAND, M., RAVEN, J. L., NISHII, L., LESLIE, L. M., LUN, J., LIM, B. C., DUAN, L. *et al*, "Differences Between Tight and Loose

- Cultures: A 33-Nation Study”, *Science*, 332 (6033), 2011; doi: 10.1126/science.1197754.
- GENDREAU, P., GOGGIN, C. & CULLEN, F.T., *L'incidence de l'emprisonnement sur la récidive*, Ottawa, Solliciteur general Canada, 1999.
- GENTILINI, U., GROSH, M., RIGOLINI, J. & YEMTSOV, R. (eds.), *Exploring Universal Basic Income: A Guide to Navigating Concepts, Evidence, and Practices*, Washington, Banque mondiale, 2020 ; <https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/32677>.
- GEWIRTH, A., *Self-Fulfillment*, New Jersey, Princeton University Press, 2009.
- GEYS, B., “Explaining voter turnout: A review of aggregate level research”, *Electoral Studies*, 25 (4), 2006.
- GIBBS, B. G., FORSTE, R. & LYBBERT, E., “Breastfeeding, Parenting, and Infant Attachment Behaviors”, *Maternal and Child Health Journal*, 22 (1), 2018.
- GILBERT, P. & MASCARO, J., “Compassion Fears, Blocks and Resistances: An Evolutionary Investigation” in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- GILLHAM, J., ABENAVOLI, R. M., BRUNWASSER, S. M., LINKINS, M., REIVICH, K. J. & SELIGMAN, M. E. P., “Resilience Education” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013; doi: 10.1093/oxfordhb/9780199557257.013.0046.
- GILLIGAN, J., *Violence: Our Deadly Epidemic and its Causes*, New York, G. P. Putnam, 1996.
- , *Preventing violence*, New York, Thames & Hudson, 2001.
- GINN, S. & HORDER, J., “‘One in four’ with a mental health problem: the anatomy of a statistic”, *BMJ*, 344 (7845), 2012; doi: 10.1136/bmj.e1302.
- GLEESON-WHITE, J., “It’s only natural: the push to give rivers, mountains and forests legal rights”, *The Guardian*, 1^{er} avril 2018.
- GNEEZY, U. & RUSTICHINI, A., “A Fine is a Price.” *The Journal of Legal Studies*, 29 (1), 2000a.
- , “Pay Enough or Don’t Pay at All”, *Quarterly Journal of Economics*, 115 (3), 2000b.
- GNH CENTRE BHUTAN (s. d.), “History of GNH”, contenu web, consulté le 29 juillet 2020 ; <http://www.gnhcentrebhutan.org/what-is-gnh/history-of-gnh/>.
- GOLDENBERG, S. & KIRCHGAESSNER, S., “Pope Francis demands UN respect rights of environment over ‘thirst for power’”, *The Guardian*,

- 25 septembre 2015; <https://www.theguardian.com/world/2015/sep/25/pope-francis-asserts-right-environment-un>.
- GOLDIN, P. & JAZAIERI, H., “The Compassion Cultivation Training (CCT) Program” in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- GOLDSMITH, É., *Le Tao de l'écologie. Une vision écologique du monde*, Monaco, Éditions du Rocher, 2002.
- GOLEMAN, D., *L'intelligence émotionnelle. Comment transformer ses émotions en intelligence*, Paris, Robert Laffont, 1997.
- GOSSERIES, O., FECCHIO, M., WOLFF, A., SANZ, L. R. D., SOMBRUN, C., VANHAUDENHUYSE, A. & LAUREYS, S., “Behavioural and brain responses in cognitive trance: A TMS-EEG case study. Letter to the Editor”, *Clinical Neurophysiology*, 131 (2), 2020; doi: 10.1016/j.clinph.2019.11.011.
- GOVERNEMENT DU BHOUTAN, *Readiness Preparation Proposal (R-PP)*, 2013, consulté le 11 août 2020 ; https://www.forestcarbonpartnership.org/system/files/documents/R-PP%20Bhutan%20_rev_January%2012%2C%202014.pdf.
- GOVERNEMENT DU CANADA, « Comment les perturbations façonnent-elles les forêts du Canada ? », 2023, consulté le 17 mars 2023 ; <https://ressources-naturelles.canada.ca/nos-ressources-naturelles/forets/letat-forets-canada-rapport-annuel/perturbations-forets-canada/16503>.
- GRAHAM, G., KESTEN, D. & SCHERWITZ, L., *Pottenger's Prophecy: How Food Resets Genes for Wellness or Illness*, Amherst, White River Press, 2011.
- GRAHAM-MCLAY, C., “New Zealand's Next Liberal Milestone: A Budget Guided by ‘Well-Being’”, *The New York Times*, 22 mai 2019, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://www.nytimes.com/2019/05/22/world/asia/new-zealand-wellbeing-budget.html>.
- GRANT, B. F., CHOU, P. S., GOLDSTEIN, R. B., HUANG, B., STINSON, F. S., SAHA, T. D., PICKERING, R. P. *et al.*, “Prevalence, Correlates, Disability, and Comorbidity of DSM-IV Borderline Personality Disorder: Results from the Wave 2 National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions”, *The Journal of Clinical Psychiatry*, 69 (4), 2008; doi: 10.4088/jcp.v69n0404.
- GRAY, G. R., TOSHIKA, V. & LINDSAY, G., “Sustained Effectiveness of Evidence-Based Parenting Programs After the Research Trial Ends”, *Frontiers in Psychology*, 2018; doi: 10.3389/fpsyg.2018.02035.
- GRIGGS, J. & WALKER, R., *The costs of child poverty for individuals and society. A literature review*, Joseph Rowntree Foundation, 2008,

- consulté le 10 août 2020 ; <https://www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrated/files/2301-child-poverty-costs.pdf>.
- GROOTEN, M. & ALMOND, R. (eds.), *Living Planet Report – 2018: Aiming Higher*, Gland, World Wildlife Fund, 2018.
- GROUPE D'EXPERTS DE HAUT NIVEAU SUR LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET LA NUTRITION, *Approches agroécologiques et autres approches novatrices pour une agriculture et des systèmes alimentaires durables propres à améliorer la sécurité alimentaire et la nutrition*, Rome, Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, 2019.
- GROUPE D'EXPERTS INTERGOUVERNEMENTAL SUR L'ÉVOLUTION DU CLIMAT, « Résumé à l'intention des décideurs » in V. Masson-Delmotte, P. Zhai, H. O. Pörtner, D. Roberts, J. Skea, P. R. Shukla, A. Pirani *et al.* (eds.), *Réchauffement planétaire de 1,5 °C. Rapport spécial du GIEC sur les conséquences d'un réchauffement planétaire de 1,5 °C par rapport aux niveaux préindustriels et les trajectoires associées d'émissions mondiales de gaz à effet de serre, dans le contexte du renforcement de la parade mondiale au changement climatique, du développement durable et de la lutte contre la pauvreté*, Genève, Organisation météorologique mondiale, 2018.
- , *Climate Change and Land. An IPCC Special Report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems*, P. R. Shukla, J. Skea, E. Calvo Buendia, V. Masson-Delmotte, H.-O. Pörtner, D. C. Roberts, P. Zhai *et al.* (eds.), Genève, Organisation météorologique mondiale, 2019.
- GUDYNAS, E. & ACOSTA, A., “La renovación de la crítica al desarrollo y el buen vivir como alternativa”, *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 16, n° 53, avril-juin 2011; <http://www.gudynas.com/publicaciones/GudynasAcostaCriticaDesarrolloBVivirUtopia11.pdf>.
- GUTHOLD, R., STEVENS, G. A., RILEY, L. M. & BULL, F. C., “Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants”, *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4 (1), 2019.
- HACKETT, C. & MCCLENDON, D., “Christians remain world's largest religious group, but they are declining in Europe”, *Pew Research Center*, contenu web publié le 5 avril 2017, consulté le 5 août 2020 ; <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2017/04/05/christians-remain-worlds-largest-religious-group-but-they-are-declining-in-europe/>.
- HADLEY, M. L. (ed.), *The Spiritual Roots of Restorative Justice*. New York, State University of New York Press, 2001a.

- HADLEY, M. L., “Introduction : Multifaith Reflection on Criminal Justice”, in M. L. Hadley (ed.), *The Spiritual Roots of Restorative Justice*, New York, State University of New York Press, 2001b.
- HADOT, P., *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002.
- Hall, R., “The ecovillage experience as an evidence base for national wellbeing strategies”, *Intellectual Economics*, 9 (1), 2015.
- HALLSTRÖM, E., GEE, Q., SCARBOROUGH, P. & CLEVELAND, D. A., “A healthier US diet could reduce greenhouse gas emissions from both the food and health care systems”, *Climate Change*, 142, 2017.
- HANDKE C., BALAZS B. & VALLBÉ J.-J., “Going means trouble and staying makes it double: the value of licensing recorded music online”, *Journal of Cultural Economics*, 40, 2016.
- HANEY, C., “The Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment”, ASPE, U.S. Department of Health and Human Services, 2002.
- HARARI, Y. N., *Sapiens. Une brève histoire de l’humanité*, Paris, Albin Michel, 2015.
- , *21 leçons pour le XXI^e siècle*, Paris, Albin Michel, 2021.
- HARDIMANN, M. M., JOHN BULL, R. M., CARRAN, D. T. & SHELTON, A., “The effects of arts-integrated instruction on memory for science content”, *Trends in Neuroscience and Education*, 14, 2019; doi: 10.1016/j.tine.2019.02.002.
- HARDING, D., MORENOFF, J., NGUYEN, A., BUSHWAY, S., BINSWANGER, I., “A natural experiment study of the effects of imprisonment on violence in the community”, *Nature Human Behaviour*, 3, 2019.
- HATCHER, W. S. & MARTIN, J. D., *La foi bahá’ie : l’émergence d’une religion mondiale*, Bruxelles, Maison d’éditions bahá’ies, 1998.
- HATHAWAY, M. D., “Agroecology and permaculture: addressing key ecological problems by rethinking and redesigning agricultural systems”, *Journal of Environmental Studies and Sciences*, 6, 2015.
- HAVEL, V., *Le pouvoir des sans-pouvoir*, Paris, Première Partie, 2021.
- HEALTH EUROPA, “MDMA-assisted psychotherapy for PTSD approved by FDA”, 27 janvier 2020.
- HEGEL, G. W. F., *Lectures on the Philosophy of World History*, “Introduction : Reason in History”, New York, Cambridge University Press, 1998.
- HELLER, M. C. & KEOLEIAN, G. A., “Greenhouse Gas Emission Estimates of U.S. Dietary Choices and Food Loss”, *Journal of Industrial Ecology*, 19 (3), 2015.
- HELLIWELL, J., “How To Open Doors To Happiness” in *Global Happiness and Wellbeing Policy Report 2019*, 2019.

- HELLIWELL, J., HUANG, H. & WANG, S., "The Geography of World Happiness" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2015*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2015; <http://worldhappiness.report/ed/2015/>.
- , "Distribution of World Happiness" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2016*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2016; https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2016/HR-V1_web.pdf.
- , "Social Foundations of World Happiness" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2017*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2017a; <https://worldhappiness.report/ed/2017/>
- , "Changing World Happiness" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2019*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2019; <https://worldhappiness.report/ed/2019/>.
- HELLIWELL, J., LAYARD, R. & SACHS, J. (eds.), *World Happiness Report 2015*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2015; <http://worldhappiness.report/ed/2015/>.
- , *World Happiness Report 2016*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2016; https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2016/HR-V1_web.pdf.
- , *World Happiness Report 2017*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2017b; <https://worldhappiness.report/ed/2017/>.
- , *World Happiness Report 2018*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2018; <https://worldhappiness.report/ed/2018/>.
- HENRICH, J., BOYD, R., BOWLES, S., CAMERER, C. F., FEHR, E., GINTIS, H. & McELREATH, R., "Overview and Synthesis" in J. Henrich, R. Boyd, S. Bowles, C. F. Camerer, E. Fehr & H. Gintis (eds.), *Foundations of Human Sociality: Economic Experiments and Ethnographic Evidence from Fifteen Small-Scale Societies*, Oxford, Oxford Humanity Press, 2004.
- HENRICH, J. & HENRICH, N., *Why Humans Cooperate: A Cultural and Evolutionary Explanation*, New York, Oxford University Press, 2007.
- HERMAN, P., CRAIG, B. M. & CASPI, O., "Is complementary and alternative medicine (CAM) cost-effective? a systematic review", *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 5 (11), 2005; doi: 10.1186/1472-6882-5-11.
- HERZBERG, N., « Frans de Waal : "Il est temps d'arrêter de courir après le propre de l'homme" », *Le Monde*, 11 octobre 2016 ; <https://www.lemonde.fr/sciences/article/2016/10/10/frans->

- de-waal-il-est-temps-d-arreter-de-courir-apres-le-propre-de-l-homme_5011270_1650684.html.
- HIGGINS, P., SHORT, D. & SOUTH, N., “Protecting the planet: a proposal for a law of ecocide”, *Crime, Law and Social Change*, 59, 2013; doi: 10.1007/s10611-013-9413-6.
- HILTON, L., HEMPEL, S., EWING, B. A., APAYDIN, E., XENAKIS, L., NEWBERRY, S., COLAIACO, B. *et al.*, “Mindfulness Meditation for Chronic Pain: Systematic Review and Meta-Analysis”, *Annals of Behavioral Medicine*, 51 (2), 2017.
- HIVERT, A.-F., « En Finlande, le revenu de base est une source de bien-être pour ses bénéficiaires » *Le Monde*, 9 février 2019.
- HOBBS, T., *Léviathan*, 1651, disponible sur : http://classiques.uqac.ca/classiques/hobbes_thomas/leviathan/leviathan.html.
- HODGE, S., “Six Ways in Which Educating Girls Benefits Their Wider Community”, *The Circle*, 30 août 2017, consulté le 3 août 2020.
- HOFFOWER, H., “These are the 15 richest people in the world right now”, *Business Insider*, 7 avril 2020.
- HOFMANN, S. G. & GÓMEZ, A. F., “Mindfulness-Based Interventions for Anxiety and Depression”, *Psychiatric Clinics of North America*, 40 (4), 2017.
- HOLMGREN, D., *Permaculture. Principes et pistes d’action pour un mode de vie soutenable*, Paris, Rue de l’Échiquier, 2017.
- HOLTZ, J., “Poverty Is Caused By A Failure Of Ethics, Not Economy, Sachs Says”, *The Heights*, 26 mars 2017, dernière mise à jour le 3 juin 2020; <https://www.bcheights.com/2017/03/26/poverty-caused-ethical-failure-not-economical-one-sachs-says/>.
- HORSTHEMKE, B., “A critical view on transgenerational epigenetic inheritance in humans”, *Nature Communications*, 9 (2973); 2018.
- HORTON, C., “The simple but ingenious system Taiwan uses to crowdsource its laws”, *MIT Technology Review*, 21 août 2018, consulté le 21 mai 2020 ; <https://www.technologyreview.com/2018/08/21/240284/the-simple-but-ingenious-system-taiwan-uses-to-crowdsource-its-laws/>.
- HORTON, R., “Offline: What is medicine’s 5 sigma?”, *The Lancet*, 385 (9976), 2015; doi: 10.1016/S0140-6736(15)60696-1.
- HUBBARD, B. M., *Évolution consciente. S’éveiller au pouvoir de notre potentiel social*, Outremont, Ariane éditions, 2000.
- HÜBL, T., *Healing collective trauma: a process for integrating our inter-generational and cultural wounds*, Boulder, Sounds True, 2020.
- HUCULAK, B., “Epilogue: justice as hope” in M. L. Hadley (ed.), *The Spiritual Roots of Restorative Justice*, New York State, University of New York Press, 2001.

- HUM, D. & SIMPSON, W., "A Guaranteed Annual Income? From Mincome to the millennium", *Policy Options Politiques*, janvier-février 2001.
- HUNTINGTON, S. (1993). "The Clash of Civilizations?" *Foreign Affairs*, 72 (3).
- HUTA, V., "Linking People's Pursuit of Eudaimonia and Hedonia with Characteristics of Their Parents: Parenting Styles, Verbally Endorsed Values, and Role Modeling", *Journal of Happiness Studies*, 13, 2012; doi: 10.1007/s10902-011-9249-7.
- , "Eudaimonia" in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- , *Eudaimonia Versus Hedonia: What's the Difference? And is it Real?*, 2016, consulté le 11 août 2020 ; <https://positivepsychologycanada.com/resources/Documents/Minutes/CPPA%202016%20Huta%20invited%20talk%20-%20revised.pdf>.
- INGLEHART, R. F., *Les transformations culturelles. Comment les valeurs des individus bouleversent le monde ?*, Fontaine, Presses universitaires de Grenoble, 2018.
- INGLEHART, R. F., FOA, R., PETERSON, C. & WELZEL, C., "Development, Freedom, and Rising Happiness: A Global Perspective (1981-2007)" in *Perspectives on Psychological Science*, 3 (4), 2008; doi: 10.1111/j.1745-6924.2008.00078.x.
- INSEL, T. R., COLLINS, P. Y. & HYMAN, S. E., "Darkness Invisible: The Hidden Global Costs of Mental Illness", *Foreign Affairs*, 94 (1), 2015.
- INSTITUT BERGGRUEN, *Réinventer la démocratie à l'ère du numérique*, rapport sur l'avenir de la démocratie, mars 2020 ; https://www.berggruen.org/docs/Berggruen%20Institute_Renewing%20Democracy%20in%20the%20Digital%20Age_2020_French.pdf.
- INSTITUT D'ÉTUDES SUR LA PROSPÉRITÉ MONDIALE, *Reflections on Governance*, Haïfa : Bahá'í World Centre, 2012.
- INSTITUT JACOB SOETENDORP POUR LES VALEURS HUMAINES, *Towards Rio + 20 and Beyond – a Turning Point in Earth History*, déclaration interreligieuse à l'occasion de la conférence Rio+20, 2012, consulté le 4 février 2020 ; https://www.soetendorpinstitute.org/images/stories/pdf/towards_rio__20_and_beyond_-_carrying_document.pdf.
- INTERGOVERNMENTAL SCIENCE-POLICY PLATFORM ON BIODIVERSITY AND ECOSYSTEM SERVICES, *Summary for policymakers of the assessment report of the Intergovernmental Science-policy Platform on Biodiversity and Ecosystem Services on pollinators, pollination and food production*, Zenodo, 2016; doi: 10.5281/zenodo.2616458.

- INTERGOVERNMENTAL SCIENCE-POLICY PLATFORM ON BIODIVERSITY AND ECOSYSTEM SERVICES; *Summary for policymakers of the global assessment report on biodiversity and ecosystem services*; Zenodo, 2019; doi: 10.5281/zenodo.3553579.
- IVANHOE, P. J., “Happiness in Early Chinese Thought” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- JABR, F., “The Earth Is Just as Alive as You Are”, *The New York Times*, 20 avril 2019.
- JACKA, F. N., CHERBUIN, N., ANSTEY, K. J. & BUTTERWORTH, P.; “Dietary Patterns and Depressive Symptoms over Time: Examining the Relationships with Socioeconomic Position, Health Behaviours and Cardiovascular Risk”; *PLoS One*, 9 (1), 2014; e87657. doi: 10.1371/journal.pone.0087657.
- JACKA, F. N., CHERBUIN, N., ANSTEY, K. J., PERMINDER, S. & BUTTERWORTH, P., “Western diet is associated with a smaller hippocampus: a longitudinal investigation”, *BMC Medicine*, 13, 2015.
- JACKA, F. N., MYKLETUN, A., BERK, M., BJELLAND, I. & TELL, G. S., “The association between habitual diet quality and the common mental disorders in community-dwelling adults: the Hordaland Health study”, *Psychosomatic Medicine*, 73 (6), 2011.
- JACKA, F. N., PASCO, J. A., MYKLETUN, A., WILLIAMS, L. J., HODGE, A. M., O'REILLY, S. L., NICHOLSON, G. C., KOTOWICZ, M. A. & BERK, M., “Association of Western and traditional diets with depression and anxiety in women”, *American Journal of Psychiatry*, 167, 2010.
- JACKA, F. N., YSTROM, E., BRANTSÆTER, A. L., KAREVOLD, E., ROTH, C., HAUGEN, M., MELTZER, H. M., SCHJOLBERG, S. & BERK, M., “Maternal and early postnatal nutrition and mental health of offspring by age 5 years: a prospective cohort study”, *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 52 (10), 2013.
- JACKSON, S., THOMPSON, R. A., CHRISTIANSEN, E. H., COLMAN, R. A., WYATT, J., BUCKENDAHL, C. W. *et al.*, “Predicting abuse-prone parental attitudes and discipline practices in a nationally representative sample”, *Child Abuse & Neglect*, 23, 1999.
- JAFFE, E., “How open data and civic participation helped Taiwan slow Covid”, *Medium*, 27 mars 2020.
- JASPERS, K., *Origine et sens de l'histoire*, Paris, Plon, 1954.
- JOHNSON, D. W., JOHNSON, R. T. & JOHNSON HOLUBEC, E., *Cooperation in the Classroom*, 7th edition, Edina, Interaction Book Company, 2008.
- JOHNSON, D. W., JOHNSON, R. T. & SMITH, K. A., *Cooperation in the College Classroom*, 4th edition, Edina, Interaction, 2006.

- JOHNSON, D. W., JOHNSON, R. T. & STANNE, M. B., *Cooperative Learning Method: A Meta-Analysis*, Minneapolis, University of Minnesota, 2000.
- JOHNSON, K. & ORD, D. R., *The Coming Interspiritual Age*, Canada, Namaste Publishing Inc, 2013.
- JOHNSON, S. B., RILEY, A. W., GRANGER, D. A. & RIIS, J., "The science of early life toxic stress for pediatric practice and advocacy", *Pediatrics*, 131 (2), 2013.
- JOHNSTON, D. W., SCHURER, S. & SHIELDS, M., "Evidence on the Long Shadow of Poor Mental Health across Three Generations", IZA Discussion Paper No. 6014, 2011; <https://ssrn.com/abstract=1944717>.
- JOSHI, M., "How does mindfulness affect the brain?", *Bupa*, 10 novembre 2017, consulté le 3 août 2020 ; <https://www.bupa.co.uk/newsroom/ourviews/mindfulness-my-brain>.
- JUSTICE POLICY INSTITUTE, *Cellblocks or Classrooms? The Funding of Higher Education and Corrections and Its Impact on African American Men*, Washington, Justice Policy Institute, 2002.
- KAATI, G., BYGREN, L. O. & EDVINSSON, S., "Cardiovascular and diabetes mortality determined by nutrition during parents' and grandparents' slow growth period", *European Journal of Human Genetics*, 10, 2002.
- KAHLON, I., "Thomas Piketty Goes Global", *The New Yorker*, 9 mars 2020; <https://www.newyorker.com/magazine/2020/03/09/thomas-piketty-goes-global>.
- KAMATH, M. V., *Gandhi: A Spiritual Journey*, Mumbai, Indus Source Books, 2007.
- KANE, L., "Sweden is apparently full of 'latte dads' carrying toddlers – and it's a sign of critical social change", *Business Insider France*, 4 avril 2018.
- KARLBERG, M., "Western Liberal Democracy as New World Order?" in R. Weinberg (ed.), *The Baha'i World 2005-2006: An International Record*, Haifa, World Centre Publications, 2007.
- KASPER, D., "Redefining community in the ecovillage", *Human Ecology Review*, 15 (1), 2008.
- KASSER, T., *The High Price of Materialism*, Boston, MIT Press, 2002.
- KASSER, T. & LINN, S. (2016). "Growing Up under Corporate Capitalism: The Problem of Marketing to Children, with Suggestions for Policy Solutions." *Social Issues and Policy Review*, 10. doi: 10.1111/sipr.12020
- KASSER, T., RYAN, R. M., ZAX, M. & SAMEROFF, A. J., "The relations of maternal and social environments to late adolescents' materialistic and prosocial values", *Developmental Psychology*, 31 (6), 1995; <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0012-1649.31.6.907>.

- KASSER, T. & SHELDON, K. M., “What Makes for a Merry Christmas?”, *Journal of Happiness Studies*, 3, 2002.
- KAWACHI, I. & KENNEDY, B. P., “Socioeconomic Determinants of Health: Health and Social Cohesions: Why Care about Income Inequality?”, *British Medical Journal*, 314 (7086), 1997; <https://www.jstor.org/stable/25174195>.
- KELLER, S. & SCHANINGER, B., “Getting Personal about Change”, *McKinsey Quarterly*, 21 avril 2019.
- KELLEY, J., KRAFT-TODD, G., SCHAPIRA, L., KOSSOWSKY, J. & RIESS, H., “The influence of the patient-clinician relationship on healthcare outcomes: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials”, *PLoS One*, 9 (4), e94207, 2014.
- KENG, S.-L., SMOSKI, M. J. & ROBINS, C. J., “Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies”, *Clinical Psychology Review*, 31 (6), 2011; doi: 10.1016/j.cpr.2011.04.006.
- KENIGER, L., GASTON, K. J., IRVINE, K. N. & FULLER, R. A., “What are the Benefits of Interacting with Nature?”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10 (3), 2013; doi: 10.3390/ijerph10030913.
- KESSLER, R. C., AGUILAR-GAXIOLA, S., ALONSO, J., BENJET, C., BROMET, E. J., CARDOSO, G., DEGENHARDT, L. *et al.*, “Trauma and PTSD in the WHO World Mental Health Surveys”, *European Journal of Psychotraumatology*, 8 (5), 2017; doi: 10.1080/20008198.2017.1353383.
- KEYES, C. L. M., “Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73 (3), 2005.
- , “Promoting and protecting mental health as flourishing. A complementary strategy for improving national mental health”, *American Psychologist*, 62 (2), 2007.
- KHALEQUE, A., “Worldwide Implications of Parental Love and Lack of Love on Children’s and Adults’ Psychological Adjustment and Maladjustment: Meta-analytic Evidence.” *Journal of Mental Disorders and Treatment*, 3 (2), 2018; doi: 10.4172/2471-271X.1000150.
- KHONG, C., *Beginning Anew. Four Steps to Restoring Communication*, Berkeley, Parallax Press, 2014.
- , “Can You Hear Mother Earth?”, contenu web, 2016, consulté le 26 juillet 2020 ; <https://plumvillage.org/news/can-you-hear-mother-earth>.
- KHOURY, B., LECOMTE, T., FORTIN, G., MASSE, G., THERIEN, P., BOUCHARD, V., CHAPLEAU, M.-A. *et al.*, “Mindfulness-based therapy:

- A comprehensive meta-analysis”, *Clinical Psychology Review*, 33 (6), 2013; doi: 10.1016/j.cpr.2013.05.005
- KILVERT, N., “When trees make rain: Could restoring forests help ease drought in Australia?”, *ABC Science*, 14 septembre 2018; <https://www.abc.net.au/news/science/2018-09-15/trees-make-rain-ease-drought/10236572>.
- KING, M. L. Jr., “Letter from Dr. Martin Luther King, Jr. nominating Thich Nhat Hanh for the Nobel Peace Prize in 1967”; <https://plumvillage.org/letter-from-dr-martin-luther-king-jr-nominating-thich-nhat-hanh-for-the-nobel-peace-prize-in-1967/>.
- KIRBY, J. N., “Compassion-Focused Parenting” in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- KIRKBY, J., DUPLISSY, J., SENGUPTA, K., FREGE, C., GORDON, H., WILLIAMSON, C., HEINRITZI, M. *et al.*, “Ion-induced nucleation of pure biogenic particles”, *Nature*, 533, 2016.
- KONRATH, S., “The Power of Philanthropy and Volunteering” in F. A. Huppert & C. L. Cooper (eds.), *Wellbeing: A Complete Reference Guide, Volume VI*, Hoboken, John Wiley & Sons, Inc., 2014.
- , “The Joy of Giving” in E. R. Tempel, T. L. Seiler & D. F. Burlingame (eds.), *Achieving Excellence in Fundraising*, New York, Wiley, 2016.
- KONRATH, S. & BROWN, S., “The Effects of Giving on Givers” in M. L. Newman & N. A. Roberts (eds.), *Handbook of Health and Social Relationships*, Washington, American Psychological Association, 2013.
- KORPELA, S., *Education in Finland: Key to the nation’s success*, Ministry for Foreign Affairs, s. n.: Otavamedia OMA, 2017.
- Korten, D., “The New Economy: A Living Earth System Model”, 10 août 2016; <https://davidkorten.org/new-economy-system-model/>.
- KRISTELLER, J., WOLEVER, R. Q. & SHEETS, V., “Mindfulness-Based Eating Awareness Training (MB-EAT) for Binge Eating: A Randomized Clinical Trial”, *Mindfulness*, 5 (3), 2014.
- KUDESIA, R. S., “Mindfulness and creativity in the workplace” in J. Reb & P. W. B. Atkins (eds.), *Mindfulness in Organisations*, Cambridge Companions to Management, Cambridge, Cambridge University Press, 2015; doi: 10.1017/CBO9781107587793.010.
- LAGDAMEO-SANTILLAN, K., “Roots of Filipino Humanism (I) ‘Kapwa’”, contenu web, Pressenza International Press Agency, 24 juillet 2018; <https://www.pressenza.com/2018/07/roots-of-filipino-humanism-1kapwa/>.

- LÄHDEMÄKI, J., “Case Study: The Finnish National Curriculum 2016 – A Co-created National Education Policy” in J. W. Cook (ed.), *Sustainability, Human Well-Being, and the Future of Education*, s. n.: Palgrave Macmillan, 2019.
- LAININEN, E., “Transforming Our Worldview Towards a Sustainable Future” in J. W. Cook (ed.), *Sustainability, Human Well-Being, and the Future of Education*, s. n.: Palgrave Macmillan, 2019.
- LALOUX, F., *Reinventing organizations : vers des communautés de travail inspirées*, Paris, Diatino, 2015.
- LANDO, J., WILLIAMS, S. M., STURGIS, S. & WILLIAMS, B., “A Logic Model for the Integration of Mental Health Into Chronic Disease Prevention and Health Promotion”, *Prevention Chronic Disease*, 3 (2), A61, 2006.
- LAO-TSEU, *Tao Te King*, L’Haÿ-les-Roses, Synchronique Éditions, 2015.
- LARSON, N., “UN calls for ‘Global Green New Deal’ to boost world economy”, *AFP News*, 25 septembre 2019.
- LAYARD, R., CHISHOLM, D., PATEL, V. & SAXENA, S., “Mental illness and unhappiness” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2013.
- LAYARD, R., CLARK, A. E., CORNAGLIA, F., POWDTHAVEE, N. & VERNOIT, J.; “What Predicts a Successful Life? A Life-Course Model of Well-being”; *The Economic Journal*, 124 (580), 2014; doi: 10.1111/eoj.12170.
- LE FIGARO, « François Hollande : un quinquennat... sous la pluie ou presque », 8 mai 2017.
- LE JOURNAL DU DIMANCHE, « Macron, confidences sacrées », 12 février 2017.
- LE MONDE, « L’humour de François Hollande récompensé par un prix », 29 novembre 2017.
- Legrain, Y., *Transitions vers une industrie économe en matières premières*, Paris, Les éditions des Journaux officiels, 2014.
- LENT, J., “What Does China’s ‘Ecological Civilization’ Mean for Humanity’s Future?”, contenu web, 2018, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://patternsofmeaning.com/2018/02/08/what-does-chinas-ecological-civilization-mean-for-humanitys-future/>.
- LESTER, S. & MERCURIO, B., “We Need a Coronavirus Vaccine. Patents Might Slow the Process”, article de blog, *The National Interest*, 7 avril 2020.
- LEVINE, G. N., LANGE, R. A., BAIREY-MERZ, C. N., DAVIDSON, R. J., JAMERSON, K., MEHTA, P. K., MICHOS, E. D. *et al.*, “Meditation and Cardiovascular Risk Reduction. A Scientific Statement From the

- American Heart Association”, *Journal of the American Heart Association*, 6 (10), 2017.
- LEWIS, T., “The Singularity Is Near: Mind Uploading by 2045?”, *Live Science*, 13 juin 2013; <https://www.livescience.com/37499-immortality-by-2045-conference.html>.
- LEYMARIE, J., « L'économiste Daniel Cohen : de “la solitude sociale” au vote populiste », *France Info*, 5 septembre 2019 ; https://www.francetvinfo.fr/replay-radio/l-interview-eco/leconomiste-daniel-cohen-de-la-solitude-sociale-au-vote-populiste_3585379.html.
- LI, P., “4 Types of Parenting Styles and Their Effects on the Child”, *Parenting for Brain*, 2023, consulté le 9 avril 2023 ; <https://www.parentingforbrain.com/4-baumrind-parenting-styles/>.
- LI, Q., *Shinrin yoku. L'art et la science du bain de forêt*, Paris, First, 2018.
- LIN, C.-S., LIU, Y., HUANG, W.-Y., LU, C.-F., TENG, S., JU, T.-C., HE, Y. *et al.*, “Sculpting the Intrinsic Modular Organization of Spontaneous Brain Activity by Art”, *PLoS One*, 8 (6), 2013; doi: 10.1371/journal.pone.0066761.
- LINDH, T. & STARK, J. (dir.), *Breaking the cycle*, 2017, consulté le 4 juillet 2021.
- LOOMIS, I., “Trees in the Amazon make their own rain”, *Science*, 4 août 2017, consulté le 20 août 2020 ; <https://www.sciencemag.org/news/2017/08/trees-amazon-make-their-own-rain>.
- LOONEY, A. & TURNER, “Work and opportunity before and after incarceration”, Brookings, 14 mars 2018; <https://www.brookings.edu/research/work-and-opportunity-before-and-after-incarceration/>.
- LOPEZ-CLAROS, A., DAHL, A. L. & GROFF, M., *Global Governance and the Emergence of Global Institutions for the 21st Century*, Cambridge, Cambridge University Press, 2020.
- LORENZ, K., *On Aggression*. Londres, Psychology Press, 2002.
- LOUV, R., *Une enfance en liberté. Protégeons nos enfants du syndrome de manque de nature*, Paris, Leduc, 2020.
- LOVAT, T., TOOMEY, R. & CLEMENT, N., *International Research Handbook on Values Education and Student Wellbeing*, Dordrecht, Springer, 2010.
- LUEKE, A. & GIBSON, B., “Brief Mindfulness Meditation Reduces Discrimination”, *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 3 (1), 2016.
- LUNDBERG, O., YNGWE, M. Å., STJÄRNE, K., BJÖRK, L. *et al.*, “The Nordic Experience: Welfare States and Public Health (NEWS)”, Stockholm, Centre for Health Equity Studies (CHESS), 2007.

- LYNCH, R. & VAGHUL, K., “The benefits and costs of investing in early childhood education”, Washington Center for Equitable Growth, 2015; <https://equitablegrowth.org/research-paper/the-benefits-and-costs-of-investing-in-early-childhood-education/?longform=true>.
- MABANA, K. C., « Léopold Sédar Senghor et la civilisation de l’universel », *Diogenes*, 3 (235-236), 2011.
- MAGALLANES, I. & CATHERINE, J., “Maori Cultural Rights in Aotearoa New Zealand: Protecting the Cosmology that Protects the Environment”, Victoria University of Wellington Legal Research Paper No 6/2016, 6 (2), 2016.
- MAGNEN, J.-P. & FOUREL, C., *D’autres monnaies pour une nouvelle prospérité. Mission d’étude sur les monnaies locales complémentaires et les systèmes d’échanges locaux*, Lormont, Le Bord de l’eau, 2015.
- MAISON UNIVERSELLE DE JUSTICE, *Message aux dirigeants des religions du monde*, Mont Carmel, Centre mondial bahá’í, 2002.
- MAÎTRE ECKHART, *Intégrale des 180 sermons*, Paris, Almora, 2022.
- MAMMARELLA, B. T. M., “An Evidence-Based Objection to Retributive Justice”, *Yale Journal of Health Policy, Law, and Ethics*, 16 (2), 2016.
- MANCUSO, S. & VIOLA A., *L’intelligence des plantes*, Paris, Albin Michel, 2018.
- MANDARD, S., « 5G : l’impartialité du comité qui guide l’Europe pour protéger la population des ondes en question », *Le Monde*, 19 juin 2020.
- MANSBRIDGE, J. J., *Beyond Adversary Democracy*, Chicago, The University of Chicago Press, 1980.
- MAPLES, C., “Mindfulness and the Police”, *The Mindfulness Bell*, hiver-printemps 2017.
- MARADAN, I., « Éducation : et si on arrêtait la compétition ? » *Le Monde*, 15 novembre 2017.
- MARCHAND, P., « L’histoire du Manifeste 2000 », 2020.
- MARCUS, M., YASAMY, M. T., VAN OMMEREN, M., CHISHOLM, D. & SAXENA, S., “Depression: A Global Public Health Concern”, Département Santé mentale et abus de substances psychoactives de l’Organisation mondiale de la Santé, 2012.
- MARGLIN, E., “‘Magic Mushrooms’ for PTSD: Why Psychedelics May Help Heal Trauma”, *The Healthy*, 22 janvier 2020.
- MAXWELL, G., KINGI, V., ROBERTSON, J., MORRIS, A. & CUNNINGHAM, C., *Achieving Effective Outcomes in Youth Justice. Final report*, Crime and Justice Research Centre, Victoria University of Wellington, 2004.

- McCOLD, P., "The recent history of restorative justice: Mediation, circles, and conferencing" in D. Sullivan & L. Tift (eds.), *Handbook of Restorative Justice: A Global Perspective*, Londres, Routledge, 2006.
- MCINERNEY, L., "Applying Happiness and Well-being Research to the Teaching and Learning Process" in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- MCINTOSH, S., *Developmental Politics – How America Can Grow Into a Better Version of Itself*, St. Paul, Paragon House, 2020a.
- , *Developmental Politics Simplified in 5-Minutes*, contenu video, 2020b, consulté le 5 août 2020; https://www.youtube.com/watch?time_continue=355&v=nAvMcu3_y0&feature=emb_logo.
- MCINTYRE, B. D., HERRE, H. R., WAKHUNGU, J. & WATSON, R., "Agriculture at a Crossroads: International Assessment of Agricultural Knowledge, Science and Technology for Development", Washington, Island Press, 2009.
- MCLAUGHLIN, C. & DAVIDSON, G., *Spiritual politics. Changing the World from the Inside Out*, New York, Ballantine Books, 1994.
- MEADOWS, D. H., *Leverage points: Places to intervene in a system*, s. n.: The Sustainability Institute, 1999.
- , *Pour une pensée systémique*, Paris, Rue de l'Échiquier, 2023.
- MEHRING, L., "Botho: A Dual-Purpose in Botswana", *Georgetown Journal of International Affairs*, édition en ligne, 2013, consulté le 1^{er} août 2020.
- MESTRE PACHECO, Y., *Shikwakala*, Santa Marta, Resguardo Kogui-Malayo-Arhuaco, 2018.
- MICHEL, C., SOVINSKY, M., PROTO, E. & OSWALD, A. J., "Advertising as a Major Source of Human Dissatisfaction: Cross-National Evidence on One Million Europeans" in M. Rojas (ed.), *The Economics of Happiness*, Cham, Springer, 2019; doi: 10.1007/978-3-030-15835-4_10.
- MICHELET, J., *Journal, tome II : 1849-1860*, Paris, Gallimard, 1962.
- MILBURN, M. A. & CONRAD, S. D., *The Politics of Denial*, Cambridge, MIT Press, 1996.
- , *Raised to Rage: The Politics of Anger and the Roots of Authoritarianism*, Cambridge, MIT Press, 2018.
- MILES-YEPEZ, N., *The Common Heart: An Experience of Interreligious Dialogue*, New York, Lantern Books, 2006.
- MILLER, C., "Taiwan is making democracy work again. It's time we paid attention", *Wired*, 26 novembre 2019.
- MILLER, D. T., "The norm of self-interest", *American Psychologist*, 54 (12), 1999; doi: 10.1037/0003-066X.54.12.1053.

- MINDFULNESS INITIATIVE, *Mindful Nation UK. Report by the Mindfulness All-Party Parliamentary Group (MAPPG)*, Londres, The Mindfulness Initiative, 2015.
- MINISTERIO DE PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO, *Plan Nacional de Desarrollo “Bolivia Digna, Soberana, Productiva y Democrática para Vivir Bien” (2009-2014)*, 2009.
- MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE LA CULTURE, DIRECTION NATIONALE DE L'ENSEIGNEMENT & CIMO, *Aperçu du système éducatif finlandais*, Espoo, Grano Oy, 2014.
- MITCHELL, J.M., BOGENSCHUTZ, M., LILIENSTEIN, A. *et al.*, MDMA-assisted therapy for severe PTSD: a randomized, double-blind, placebo-controlled phase 3 study, *Nat Med* 27, 1025–1033, 2021.
- MØLLER, J. & SKAANING, S.-E., “The Third Wave: Inside the Numbers”, *Journal of Democracy*, 24 (4), 2013.
- MONTESQUIEU, *De l'esprit des lois, tome I*, Paris, Garnier-Flammarion, 1979.
- MOORE, A. W. & MALINOWSKI, P., “Meditation, mindfulness and cognitive flexibility”, *Consciousness and Cognition*, 18 (1), 2009.
- MOORE, C. “What is Positive Education, and How Can We Apply It?”, contenu web, PositivePsychology.com, 2020, consulté le 4 août 2020 ; <https://positivepsychology.com/what-is-positive-education/>.
- MORIN, E., *Terre-patrie*, Paris, Le Seuil, 1996.
- , *Introduction à une politique de l'homme*. Paris : Le Seuil, 1999.
- , « Au-delà de la globalisation et du développement, société-monde ou empire-monde ? », *Revue du Mauss*, 20, 2002.
- , *Introduction à la pensée complexe*, Paris, Points, 2005.
- , *La complexité humaine*, Paris, Flammarion, 2008.
- , *La voie. Pour l'avenir de l'humanité*, Paris, Fayard, 2011.
- , « Éduquer à la paix pour résister à l'esprit de guerre » ; *Le Monde*, 5 février 2016, mis à jour le 9 février 2016.
- MORRIS, I., “Going Beyond the Accidental: Happiness, Education, and the Wellington College Experience” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- MORRISON, D., “A Gandhian Commentary on the Inner Voice” in *Nexus: A Neo Novel*, article de blog, 23 septembre 2006; <https://nexusnovel.wordpress.com/2006/09/23/a-gandhian-commentary-on-the-inner-voice/>.
- MULGAN, G., “Well-being and Public Policy” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.

- MUNÁRRIZ, A., “En la construcción nacional catalana hay una expresión del franquismo”, *Infolibre*, 20 novembre 2017.
- MÜNTE, T. F., ALTENMÜLLER, E. & JÄNCKE, L., “The musician’s brain as a model of neuroplasticity”, *Nature Reviews Neuroscience*, 3 (6), 2002.
- MURRAY, W. H., *The Scottish Himalayan Expedition*, Londres et Toronto, J. M. Dent & Sons, 1951.
- MYERS, D. G., “Religious Engagement and Well-being”, in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- NASA (s. d.), “Dark Energy, Dark Matter”, contenu web, consulté le 3 août 2020 ; <https://science.nasa.gov/astrophysics/focus-areas/what-is-dark-energy>.
- NATIONAL ACADEMIES OF SCIENCES, ENGINEERING, AND MEDICINE, *Taking Action Against Clinician Burnout: A Systems Approach to Professional Well-Being*, Washington, The National Academies Press, 2019.
- NAZARET, A., *Une histoire de l'écologie politique*, Paris, Éditions La Tengo, 2019.
- NEBLO, M. A., ESTERLING, K. M., KENNEDY, R., LAZER, D. & SOKHEY, A. E., “Who Wants To Deliberate – And Why?”, *American Political Science Review*, 104 (3), 2010.
- NETSCRIBES, *Global 5G Market (2019-2025)*, Inde, Netscribes, rapport publié en mars 2019.
- NEWS HEADS BUREAU, “Stephen Hawking’s final paper may discover parallel universes”, 3 mai 2018.
- NHAT HANH, T., *Interbeing: Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism*, Berkeley, Parallax Press, 1998.
- , *Keeping the Peace: Mindfulness and Public Service*, Berkeley, Parallax Press, 2005.
- , *La sérénité de l'instant*, Paris, J'ai lu, 2008.
- , Discours devant le Parlement des religions du monde, 2009.
- , *Happiness, Essential Mindfulness Practices*, Berkeley, Parallax Press, 2009.
- , *La Terre est ma demeure*, Paris, Belfond, 2017.
- NIEHOFF, D., *The Biology of Violence: How Understanding the Brain, Behavior, and Environment Can Break the Vicious Circle of Aggression*, New York, The Free Press, 1999.
- NISBET, E. K., ZELENSKI, J. M. & MURPHY, S. A., “The Nature Relatedness Scale: Linking Individuals’ Connection With Nature to Environmental Concern and Behavior”, *Environment and Behavior*, 41 (5), 2008; doi: 10.1177/0013916508318748.

- NITTBY, H., BRUN, A., STRÖMBLAD, S., KAVIANI MOGHADAM, M., SUN, W., MALMGREN, L., EBERHARDT, J., PERSSON, B. R & SALFORD, L. G., “Nonthermal GSM RF and ELF EMF effects upon rat BBB permeability”, *The Environmentalist*, 31, 2011; doi: 10.1007/s 10669-011-9307-z.
- NJOH-MOUELLE, E. (s. d.), « Léopold Sédar Senghor et le thème du métissage culturel », exposé présenté lors de la table ronde du 16 mars à l’Institut des Relations Internationales de l’université de Yaoundé II, à l’occasion de la célébration de la 36^e Journée mondiale de la Francophonie.
- NOBLE, T. & MCGRATH, H., “Well-Being and Resilience in Education” in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- NOBRE, A. D., *The Future Climate of Amazonia. Scientific Assessment Report*, 2014. Avec le soutien de l’Earth System Science Center, du National Institute of Space Research, du National Institute of Amazonia Research et de l’Articulación Regional Amazônica. São José dos Campos (Brésil).
- NORBERG-HODGE, H., *Localization: Essential Steps to an Economics of Happiness*, s. n.: Local Futures, 2016.
- NORMAND, G., « Piketty : “Tant qu’il n’y aura pas plus de justice fiscale, ce gouvernement aura du mal à reformer.” », *La Tribune*, 15 novembre 2019.
- NGUYEN, T., HELLEBUYCK, M., HALPERN, M. & FRITZE, D., *The State of Mental Health in America 2018*, Mental Health America, 2017; <https://www.mhanational.org/issues/state-mental-health-america-2018>.
- O’BRIEN, J. M., “Business gets ready to trip: How psychedelic drugs may revolutionize mental health care”, *Fortune*, 17 février 2020; <https://fortune.com/longform/psychedelic-drugs-business-mental-health/>.
- O’DONNELL, G., “Using Wellbeing as a Guide to Policy” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2013.
- O’NEIL, A., QUIRK, S. E., HOUSDEN, S., BRENNAN, S. L., WILLIAMS, L. J., PASCO, J., BERK, M. & JACKA, F. N., “Relationship Between Diet and Mental Health in Children and Adolescents: A Systematic Review”, *American Journal of Public Health*, 104 (10), 2014.
- O’TOOLE, L. & KROPF, D., *Changing Paradigms, Sharing our Hearts, Beginning a Dialogue*, Learning for Well-being Foundation, Bruxelles, Universal Education Foundation, 2012.
- OPTUM, *Boost Employee Net Promoter Score® with health and well-being programs. White paper*, 2018.

- ORGANISATION DES NATIONS UNIES CONTRE LA DROGUE ET LE CRIME, *Handbook on Restorative Justice Programmes*, 2006.
- , *Global Study on Homicide. Executive Summary*, 2019.
 - , *World Drug Report 2021*, New York, Office des Nations Unies contre la drogue et le crime, 2021 ; <https://www.unodc.org/unodc/en/data-and-analysis/wdr2021.html>.
- ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES, *Mal-être au travail ? Mythes et réalités sur la santé mentale et l'emploi*, Santé mentale et emploi, Paris, Éditions OCDE, 2012 ; doi: 10.1787/9789264124561-fr.
- ORGANISATION DES NATIONS UNIES, *Report of the Commission of Experts of the President of the United Nations General Assembly on Reforms of the International Monetary and Financial System*, New York, Organisation des Nations Unies, 2009.
- , *Résolution adoptée par l'Assemblée générale le 22 avril 2009* ; <https://undocs.org/A/RES/63/278>, consulté le 29 juillet 2020.
 - , *Prototype Global Sustainable Development Report*, New York, Département des affaires économiques et sociales des Nations Unies, Division du développement durable, juillet 2014 ; <https://sustainable-development.un.org/globalsdreport/2014>.
- ORGANISATION DES NATIONS UNIES POUR L'ALIMENTATION ET L'AGRICULTURE, *Les 10 éléments de l'agroécologie. Guider la transition vers des systèmes alimentaires et agricoles durables*, Rome, Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture, 2018.
- ORGANISATION DES NATIONS UNIES POUR L'ÉDUCATION, LA SCIENCE ET LA CULTURE, *Le principe de précaution*, 2005.
- , *Feuille de route pour l'éducation artistique*, 2006.
 - , *L'éducation physique de qualité*, 2015.
 - , *Textes fondamentaux*, 2018.
- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ, *Strengthening Mental Health Promotion*, Fact sheet No. 220, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2001.
- , *Strengthening the doctor-patient relationship. A framework for action*, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2013.
 - , *Global status report on alcohol and health 2018*, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2018.
 - , « Les cas d'anxiété et de dépression sont en hausse de 25 % dans le monde en raison de la pandémie de Covid-19 », communiqué de presse du 2 mars 2022 ; <https://www.who.int/fr/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ & FONDATION CALOUSTE-GULBENKIA, *Integrating the response to mental disorders and other chronic diseases in health care systems*, Genève, Organisation mondiale de la Santé, 2014.
- ORGANISATION MONDIALE DU COMMERCE, « Forte chute attendue du commerce avec une économie mondiale bouleversée par la pandémie de Covid-19 », communiqué de presse, 2020 ; https://www.wto.org/french/news_f/pres20_f/pr855_f.htm.
- OSTAFIN, B. D. & KASSMAN, K. T., “Stepping out of history: mindfulness improves insight problem solving”, *Consciousness and Cognition*, 21 (2), 2012.
- OSTROM, E., discours de Stockholm en réception du Nobel d'économie 2009, Caen, C&F éditions, collection interventions, 2020.
- OSTRY, J. D., LOUNGANI, P. & FURCERI, D., “Neoliberalism: Oversold?”, *International Monetary Fund Finance and Development*, 2016; <https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/2016/06/ostry.htm>.
- OXFAM, *Inégalités extrêmes d'émissions de CO₂*, document d'information medias, 2 décembre 2015.
- PANEL INTERNATIONAL D'EXPERTS SUR LES SYSTÈMES ALIMENTAIRES DURABLES, *De l'uniformité à la diversité : changer de paradigme pour passer de l'agriculture industrielle à des systèmes agroécologiques diversifiés*, 2016 ; www.ipes-food.org.
- PARLEMENT DES RELIGIONS DU MONDE, *Towards A Global Ethic: An Initial Declaration*, 1993.
- PECHARROMAN, L., “Rights of Nature: Rivers That Can Stand in Court”, *Resources*, 7 (13), 2018.
- PENAL REFORM INTERNATIONAL, *Why criminal justice reform is essential to the UN Agenda for Sustainable Development*, mai 2016.
- PEPPLER, K. A., WESSEL POWELL, C., THOMPSON, N. & CATTERALL, J., “Positive Impact of Arts Integration on Student Academic Achievement in English Language Arts”, *Education Forum*, 78 (4), 2014; doi : 10.1080/00131725.2014.941124.
- PEREZ BARRETO, Y., *The Man Who Speaks To The Plants*, contenu vidéo, 2011, consulté le 4 août 2020 ; <https://www.youtube.com/watch?v=qohNxer3mkY>.
- , *L'homme qui parle avec les plantes*, Paris, Éditions Clair de Terre, 2012.
- , *Maya Rain*, contenu vidéo, 2016, consulté le 4 août 2020 ; <https://www.youtube.com/watch?v=ZSR5vC-lm6A&t=354s>.
- PETERSON, C., PARK, N. & SELIGMAN, M. P., “Orientations to happiness and life satisfaction: the full life versus the empty life”, *Journal of Happiness Studies*, 6, 2005; doi: 10.1007/s10902-004-1278-z.

- PETRONZIO, M., “Jacinda Ardern Wants to Make New Zealand the ‘Best Place in the World to Be a Child’”, *Global Citizen*, 23 septembre 2018; <https://www.globalcitizen.org/en/content/jacinda-ardern-social-good-summit-2018/>.
- PFEFFER, J. & WILLIAMS, L., “Mental health in the workplace: The coming revolution”, *McKinsey Quarterly*, 8 décembre 2020; <https://www.mckinsey.com/industries/healthcare-systems-and-services/our-insights/mental-health-in-the-workplace-the-coming-revolution>.
- PICKERT, K., “The Mindful Revolution”, *Time magazine*, 23 janvier 2014; <https://time.com/1556/the-mindful-revolution/>.
- PIET, J. & HOUGAARD, E., “The effect of mindfulness based cognitive therapy for prevention of relapse in recurrent major depressive disorder: A systematic review and meta-analysis”, *Clinical Psychology Review*, 31 (6), 2011; doi: 10.1016/j.cpr.2011.05.002.
- PIETILÄ, H., *Nordic Welfare Society: Welfare in Finland built by the people and the State*, étude de cas, 2001, révisée en 2007, <http://www.hilkkapietila.net/en/>.
- PIFF, P. K. & MOSKOWITZ, J. P., “Wealth, poverty, and happiness: Social class is differentially associated with positive emotions” in *Emotion*, 18 (6), 2018 ; doi: 10.1037/emo0000387.
- PIKETTY, T. « Thomas Piketty : “La création, pour la première fois, d’un impôt sur la fortune aux États-Unis” », *Le Monde*, 9 février 2019.
- PINKER, S., “A History of Violence: Edge Master Class 2011”, *Edge*, 27 septembre 2011.
- , *La Part d’ange en nous. Histoire de la violence et de son déclin*, Paris, Les Arènes, 2017.
- PLATON, *Le Banquet*. Paris, Flammarion, 2016.
- POLLOCK, R., *The Open Revolution. Rewriting the rules of the information age*, s. n.: A/E/T Press, 2018.
- POORE, J. & NEMECEK, T., “Reducing food’s environmental impacts through producers and consumers”, *Science*, 360 (6392), 2018.
- POPENOE, D., *Life without Father: Compelling New Evidence That Fatherhood and Marriage are Indispensable for the Good of Children and Society*, New York, Free Press, 1996.
- POTTENGER, F. M., *Pottenger’s Cats: A Study in Nutrition*, s. n.: The Price-Pottenger Nutrition Foundation, 1983.
- POUX, X. & AUBERT, P. -M., *Une Europe agroécologique en 2050 : une agriculture multifonctionnelle pour une alimentation saine. Enseignements d’une modélisation du système alimentaire européen*, Paris, Institut du développement durable et des relations internationales, 2018.
- POWERS, J. (ed.), *The Buddhist World*, Londres, Routledge, 2017.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- PRENTICE, T., “Health, History, and Hard Choices: Funding Dilemmas in a Fast-Changing World”, *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 37 (1), 2008.
- PRICE, W. A., *Nutrition et dégénérescence physique : comparaison des alimentations physiques et modernes et leurs effets*, Sanary-sur-Mer, Michel Lompré, 2021.
- PRIOR, R., “1 in 4 young people are reporting suicidal thoughts. Here’s how to help” in *CNN Health*, 15 août 2020; <https://www.cnn.com/2020/08/14/health/young-people-suicidal-ideation-wellness/index.html>.
- PRISON MINDFULNESS INSTITUTE AND TRANSFORMING JUSTICE: THE CENTER FOR MINDFULNESS AND CRIMINAL JUSTICE, *The Mindful Justice Initiative. Report – September 2016*.
- PROGRAMME DES NATIONS UNIES POUR LE DÉVELOPPEMENT, *Rapport mondial sur le développement humain 1994*, Paris, Economica, 1994.
— , *Rapport sur le développement humain 2019*, New York, Programme des Nations Unies pour le développement, 2019.
- PROGRAMME DES NATIONS UNIES POUR L’ENVIRONNEMENT, *Emissions Gap Report 2022*, Nairobi, Programme des Nations Unies pour l’environnement, 2022.
- PROGRAMME DES NATIONS UNIES POUR L’ENVIRONNEMENT & INTERNATIONAL LIVESTOCK RESEARCH INSTITUTE, *Prévenir de prochaines pandémies : Zoonoses et comment briser la chaîne de transmission*, Nairobi, Programme des Nations Unies pour l’environnement, 2020.
- PRÜSS-USTÜN, A., WOLF, J., CORVALÁN, C. F., BOS, R. & NEIRA, M., *Preventing disease through healthy environments: A global assessment of the burden of disease from environmental risks*, Paris, Organisation mondiale de la Santé, 2016. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdw085>.
- PSALTOPOULOU, T., SERGENTANIS, T., PANAGIOTAKOS, D. B., SERGENTANIS, I. N., KOSTI, R., SCARMEAS, N., “Mediterranean diet, stroke, cognitive impairment, and depression: A meta-analysis”, *Annals of Neurology* 74 (4), 2013.
- PUTNAM, R. D., *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*, New York, Simon and Schuster, 2000.
- PUTNAM, R. D., “Social Capital: Measurement and Consequences”, *Isuma: Canadian Journal of Policy Research*, 2, 2001.
- PYARELAL, *The Epic Fast*, Ahmedabad, Mohanlal Maganlal Bhatt, 1932.
- QUICK, K., NARVÁEZ, G. & SAUNOI-SANDGREN, E., *Changing Minds through Deliberation: Participants’ Accounts of their Learning*, Public Management Research Conference, 2015.

- RAHMANI, S., « Les plantes, ces grandes communicantes », *Le Monde*, 29 février 2016 ; https://www.lemonde.fr/sciences/article/2016/02/29/les-plantes-ces-grandes-communicantes_4873936_1650684.html.
- RAHN, W. M. & TRANSUE, J. E., "Social Trust and Value Change: The Decline of Social Capital in American Youth, 1976-1995", *Political Psychology*, 19 (3), 1998.
- RATZINGER, J., *L'Esprit de la liturgie*, Paris et Perpignan, Artège, 2019.
- RAWORTH, K., *A Safe and Just Space for Humanity. Can We Live within the Doughnut?*, Oxfam Discussion Papers, Oxford, Oxfam International, 2012.
- , *La théorie du donut. L'économie de demain en 7 principes*, Paris, Plon, 2018.
- RAY, P. H. & ANDERSON, S. R., *The Cultural Creatives: How 50 Million People Are Changing the World*, New York, Harmony Books, 2000.
- REGALADO, M., SAREEN, H., INKELAS, M., WISSOW, L. S. & HALFON, N., "Parents' discipline of young children: results from the National Survey of Early Childhood Health", *Pediatrics*, 113 (6), 2004.
- REHM, J., TAYLOR, B. & ROOM, R., "Global burden of disease from alcohol, illicit drugs and tobacco", *Drug and Alcohol Review*, 25 (6), 2006.
- REPUCCI, S., "A Leaderless Struggle for Democracy", *Freedom in the World 2020*, Freedom House, 2020; <https://freedomhouse.org/report/freedom-world/2020/leaderless-struggle-democracy>.
- RÉSEAU EUROPÉEN DES MÉDIATEURS DES ENFANTS, *Child and Adolescent Mental Health in Europe*, 2018; <http://enoc.eu/wp-content/uploads/2019/06/Rapport-ENOC-ENG-NUM-17.06.19.pdf>.
- REUTERS, "Global temperatures on track for 3-5 degree rise by 2100: U.N." Reuters, 29 novembre 2018 ; <https://www.reuters.com/article/us-climate-change-un-idUSKCN1NY186>.
- RICARD, M., *Plaidoyer pour le bonheur*, Paris, NiL, 2003
- , *Happiness, A Guide to Developing Life's Most Important Skill*, New York City, Little Brown, 2007.
- , *Matthieu Ricard : les habitudes du bonheur*, contenu vidéo, 2008, consulté le 31 juillet 2020 ; <https://www.youtube.com/watch?v=vbLEf4HR74E&t=32s>.
- , « Nations Unies – Le Bonheur et le bien-être : Définir un nouveau paradigme économique – 1 », 2012, consulté le 30 mai 2023 ; <https://www.matthieuricard.org/blog/posts/nations-unies-le-bonheur-et-le-bien-etre-definir-un-nouveau-paradigme-economique-1>.
- , *Plaidoyer pour l'altruisme. La force de la bienveillance*, Paris, NiL, 2014.
- RICARD, P., *Le biomimétisme : s'inspirer de la nature pour innover durablement*, Paris, Les Éditions des Journaux officiels, 2015, consulté

- le 29 juillet 2020 ; https://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Rapports/2015/2015_23_biomimetisme.pdf.
- RIFKIN, J., *Une nouvelle conscience pour un monde en crise. Vers une civilisation de l'empathie*, Paris, Liens qui libèrent, 2011.
- RILLING, J. K., GUTMAN, D. A., ZEH, T. R., PAGNONI, G., BERNS, G. S. & KILTS, C. D., "A Neural Basis for Social Cooperation", *Neuron*, 35 (2), 2002; doi: 10.1016/S0896-6273(02)00755-9.
- RINNE, L., GREGORY, E., YARMOLINSKAYA, J. & HARDIMAN, M., "Why Arts Integration Improves Long-Term Retention of Content", *Mind, Brain, and Education*, 5 (2), 2011.
- RIORDAN, R. & CAILLIER, S., "Schools as Equitable Communities of Inquiry" in J. W. Cook (ed.), *Sustainability, Human Well-Being, and the Future of Education*, s. n.: Palgrave Macmillan, 2019.
- ROBINSON, A. H., "Arts Integration and the Success of Disadvantaged Students: A Research Evaluation", *Arts Education Policy Review*, 114 (4), 2013; doi: 10.1080/10632913.2013.826050.
- RODRIGUEZ, T., "Descendants of holocaust survivors have altered stress hormones", *Scientific American*, 1^{er} mars 2015.
- ROEGE, G. B. & KIM, K. H., "Why We Need Arts Education", *Empirical Studies of the Arts*, 31 (2), 2013.
- ROGISSART, L., FOUCHEROT, C. & BELLASSEN, V., *Politiques alimentaires et climat : une revue de la littérature*, Institute for Climate Economics, 2019.
- ROJAS, M., "Happiness in Latin America Has Social Foundations" in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2018*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2018.
- ROSER, M., "Economic Growth", contenu web publié sur Our World in Data, 2013; <https://ourworldindata.org/economic-growth>.
- ROSIER, F., « Quand l'école de la vie s'invite en classe », *Le Monde*, 31 janvier 2017.
- ROY, E. A., "New Zealand gives Mount Taranaki same legal rights as a person", *The Guardian*, 22 décembre 2017; <https://www.theguardian.com/world/2017/dec/22/new-zealand-gives-mount-taranaki-same-legal-rights-as-a-person>.
- RUTLEDGE NEWSOM, C., ARCHER, R. P., TRUMBETTA, S. & GOTTESMAN, I., "Changes in adolescent response patterns on the MMPI/MMPI-A across four decades", *Journal of Personality Assessment*, 81 (1), 2003.
- RYAN, T., *A Mindful Nation: How a Simple Practice Can Help Us Reduce Stress, Improve Performance, and Recapture the American Spirit*, Carlsbad, Hay House Inc., 2012.

- SA SAINTETÉ LE DALAÏ-LAMA, *L'art du bonheur*, Paris, Robert Laffont, 1999.
- , *Au-delà de la religion. Une éthique de la compassion*, Paris, Fayard, 2014.
- SA SAINTETÉ LE PAPE FRANÇOIS, *Lettre encyclique Laudato si' du Saint-Père François sur la sauvegarde de la maison commune*, 2015 ; https://www.vatican.va/content/francesco/fr/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html.
- SABEL, C., SAXENIAN, A., MIETTINEN, R., KRISTENSEN, P. H. & HAUTAMÄKI, J., *Individualized Service Provision in the New Welfare State. Lessons from Special Education in Finland*, document de travail, Department of Business and Politics, Copenhagen Business School, 2011.
- SACHS, J. (2012). *The Price of Civilization*. New York : Vintage.
- , “Restoring Virtue Ethics in the Quest for Happiness” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2013*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2013.
- , “Investing in Social Capital” in J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (eds.), *World Happiness Report 2015*, New York, Sustainable Development Solutions Network, 2015.
- SAGE, C. & CARPENTER, D. O. (eds.), *BioInitiative Report: A Rationale for a Biologically-based Exposure Standards for Low-Intensity Electromagnetic Radiation*, BioInitiative Working Group, 2012.
- SAHLINS, M., *Âge de pierre, âge d'abondance. L'économie des sociétés primitives*, Paris, Gallimard, 2017.
- SALOVEY, P. & MAYER, J. D., “Emotional Intelligence”, *Imagination, Cognition, and Personality*, 9 (3), 1990; doi: 10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG.
- SANGER, T., *How progressive is a basic income? left and labour perspectives*, 2016. Unionresearch.org.
- SARAKATSANNIS, J. & WINN, B., “How States can improve well-being for all children, from birth to age five”, contenu web, McKinsey & Company, 16 octobre 2018.
- SATTELMAIR, J. & RATEY, J. J., “Physically Active Play and Cognition: An Academic Matter?”, *American Journal of Play*, 1, (3), 2009.
- SAWYER, W. & WAGNER, P., “Mass Incarceration: The Whole Pie 2019”, Prison Policy Initiative, 2019; <https://www.prisonpolicy.org/reports/pie2019.html>.
- SCARLET, J., ALTMAYER, N., KNIER, S. & HARPIN, R. E., “The effects of Compassion Cultivation Training (CCT) on health-care workers”, *Clinical Psychologist*, 21 (2), 2017.

- SCHALLER, N., “Agro-ecology: different definitions, common principles”, *Analysis: Centre for Studies and Strategic Foresight*, 59, juillet 2013.
- SCHARMER, C. O., *La théorie U – Renouveler le leadership : inventer collectivement de nouveaux futurs*, Gap, Yves Michel, 2016.
- , *Théorie U, l’essentiel*, Gap, Yves Michel, 2018.
- SCHEPMAN, T., « Biomimétisme : cinq inventions géniales inspirées par la nature », *L’Obs*, 17 novembre 2016, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://www.nouvelobs.com/rue89/rue89planete/20120324.RUE8759/biomimetisme-cinq-inventions-geniales-inspirees-par-la-nature.html>.
- SCHUELER, L., *Arts Education Makes a Difference in Missouri Schools*, St. Louis, Missouri Alliance for Arts Education, 2010.
- SCHLEGEL, A., ALEXANDER, P., FOGELSON, S. V., LI, X., LU, Z., KOHLER, P. J., RILEY, E. *et al.*, “The artist emerges: visual art learning alters neural structure and function”, *NeuroImage*, 105, 2015.
- SCHMUCK, P., KASSER, T. & RYAN, R. M., “Intrinsic and Extrinsic Goals”, *Social Indicators Research*, 50 (2), 2000.
- SCHOCK, K., “The practice and study of civil resistance”, *Journal of Peace Research*, 50 (3), 2013; doi: 10.1177/0022343313476530.
- SCHUTTE, N. & MALOUFF, J. M., “A meta-analytic review of the effects of mindfulness meditation on telomerase activity”, *Psychoneuroendocrinology* 42, 2014; doi: 10.1016/j.psyneuen.2013.12.017.
- SCHWARTZ, S. H., *Basic Human Values: An Overview*, Jerusalem, The Hebrew University of Jerusalem, 2006.
- , “Cultural and Individual Value Correlates of Capitalism: A Comparative Analysis”, *Psychological Inquiry*, 18 (1), 2007.
- SCOTT, B., “Why Meditation and Mindfulness Training is One of the Best Industries for Starting a Business in 2017”, *Inc.*, 1^{er} mars 2017.
- SCRIPP, L. & PARADIS, L., “Embracing the Burden of Proof: New Strategies for Determining Predictive Links Between Arts Integration Teacher Professional Development, Student Arts Learning, and Student Academic Achievement Outcomes”, *Journal of Learning Arts*, 10, 2014; doi: 10.21977/D910119293.
- SECRÉTAIRE GÉNÉRAL DES NATIONS UNIES, *Harmonie avec la nature*, note du secrétaire général, A/71/266, 2016.
- SELHUB, E., “Nutritional psychiatry: Your brain on food”, *Harvard Health Blog*, 16 novembre 2015. Mis à jour le 26 mars 2020.
- SELIGMAN, M., *Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions. The Tanner Lectures on Human Values*, Université du Michigan, 7 octobre 2010, consulté le 11 août 2020 ; https://tannerlectures.utah.edu/_resources/documents/a-to-z/s/Seligman_10.pdf.

- SELIGMAN, M. & ADLER, A., "Positive Education", chapter 4 in *Global Happiness Policy Report 2018*, Global Happiness Council; 2018.
- SELIGMAN, M. & CSÍKSZENTMIHÁLYI, M., "Positive Psychology: an Introduction", *American Psychologist*, 55 (1), 2000.
- SEN, A., *Un nouveau modèle économique : développement, justice, liberté*, Paris, Odile Jacob, 2000.
- SENPLADES, *Plan Nacional para el Buen Vivir 2009-2013*, Secretaría Nacional de Planificación, Quito, 2009.
- SEPPÄLÄ, E. M., ROSSOMANDO, T. & DOTY, J. R., "Social connection and compassion: Important predictors of health and well-being", *Social Research*, 80 (2), 2013.
- SEPPÄLÄ, E. M., SIMON-THOMAS, E., BROWN, S. L., WORLINE, M. C., CAMERON, C. D. & DOTY, J. R. (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- SEWARD, E. A. & KELLY, S., "Dietary nitrogen alters codon bias and genome composition in parasitic microorganisms", *Genome Biology*, 17, 2016.
- SHAPIRO, S. L., CARLSON, L. E., ASTIN, J. A. & FREEDMAN, B., "Mechanisms of mindfulness", *Journal of Clinical Psychology*, 62 (3), 2006; doi: 10.1002/jclp.20237.
- SHARAFEDDINE, R., "The Economic Power of Money Creation" in *Microeconomics and Macroeconomics 2015*, 3 (3) 2015; <http://article.sapub.org/10.5923.j.m2economics.20150303.03.html>.
- SHEFF, D., *All We Are Saying: The Last Major Interview with John Lennon and Yoko Ono*, New York, St. Martin's Griffin, 2000.
- SHUTTE, A., *Ubuntu: An Ethic for a New South Africa*, Pietermaritzburg, Cluster Publications, 2001.
- SISODIA, R., SHETH, J. N. & WOLFE, D. B., *Firms of Endearment: How World-Class Companies Profit from Passion and Purpose*, Harlow Essex, Financial Times/Prentice Hall, 2007.
- SIVARAKSA, S., *The Wisdom of Sustainability. Buddhist Economics for the 21st Century*, Asheville, Chiron Publications, 2016.
- SKOLNICK, S., "Trees May Tell it When to Rain", *Physics Central*, 8 juin 2016, consulté le 4 août 2020.
- SKUTNABB-KANGAS, T., MAFFI, L. & HARMON, D., *Partager un monde de différence. La diversité linguistique, culturelle et biologique de la Terre pour la nature*, Paris, Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture, Terralingua et Fonds mondial pour la nature, 2003.
- SLAVIN, R. E., HURLEY, E. A. & CHAMBERLAIN, A., *Cooperative Learning and Achievement: Theory and Research*, Wiley Online Library, 2003; doi: 10.1002/0471264385.wei0709.

- SNEL, E., *Calme et attentif comme une grenouille. La méditation pour les enfants... avec leurs parents*, Paris, Les Arènes, 2010.
- SNOWDON, C., *Cheap as Chips: Is a Healthy Diet Affordable?*, Institute of Economic Affairs Discussion Paper No. 82., Institute of Economic Affairs, 2017.
- SOCIAL PROGRESS IMPERATIVE (2019). *2019 Social Progress Index*, consulté le 4 juin 2020 ; <https://www.socialprogress.org/static/35aeb786c9e59b285cfa826237c71ed/2019-global-spi-findings-9.12.19.pdf>
- SOLON, O., “Rain dancing 2.0’: Should humans be using tech to control the weather?”, *The Guardian*, 26 août 2018.
- SOLÓN, P., *The Rights of Mother Earth. Notes for the debate*, Systemic Alternatives, 2014.
- , “Vivre Bien : Old Cosmovisions and New Paradigms”, 2018, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://greattransition.org/publication/vivre-bien>.
- SPIELVOGEL, J. J., *Western civilization, 10th edition*, s. n.: Cengage, 2018.
- SPINRAD, T. L. & EISENBERG, N., “Compassion in Children” in E. M. Sepälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & Doty, J. R. (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- STEEL, Z., MARNANE, C., IRANPOUR, C., CHEY, T., JACKSON, J. W., PATEL, V. & SILOVE, D., “The global prevalence of common mental disorders: a systematic review and meta-analysis 1980-2013”, *International Journal of Epidemiology*, 43 (2), 2014.
- STEINBERG, B., “MDMA expected to be approved to treat PTSD by October: study”, *New York Post*, 21 avril 2023.
- STERN, N., *The Economics of Climate Change: The Stern Review*, Cambridge, Cambridge University Press, 2007.
- STIGLITZ, J. E., SEN, A. & FITOUSSI, J.-P., *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*, 2008, consulté le 11 août 2020 ; <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/8131721/8131772/Stiglitz-Sen-Fitoussi-Commission-report.pdf>.
- STONE, C., *Les arbres doivent-ils pouvoir plaider ?*, Paris, Le Passager clandestin, 2022.
- STONE, D. M., SIMON, T. R., FOWLER, K. A., KEGLER, S. R., YUAN, K., HOLLAND, K. M., IVEY-STEPHENSON, A. Z. *et al.*, “Vital Signs: Trends in State Suicide Rates – United States, 1999-2016 and Circumstances Contributing to Suicide – 27 States, 2015”, *Centers for Disease Control and Prevention MMWR*, 67 (22), 2018.

- STATISTICS MRC, *Organic Farming – Global Market Outlook (2017-2026)*, rapport PDF numérique, Statistics Market Research Consulting, 2019.
- SUNIM, H. (2017). “A Quantum Theory of Consciousness.” *Huffington Post*, 19 juillet 2017.
- SWEET, L., “Trump invokes Iran hostages after Soleimani attack; outrageous they are still owed compensation”, *Chicago Sun-Times*, 13 janvier 2020.
- TAYLOR, M., *Energy subsidies: Evolution in the global energy transformation to 2050*, Technical Paper 1/2020, Abu Dhabi, International Renewable Energy Agency.
- TAYLOR, T., “22% of companies now offering mindfulness training”, *HR Dive*, 16 août 2016 ; <https://www.hrdiver.com/news/22-of-companies-now-offering-mindfulness-training/424530/>.
- TCHENDUKUA, *Ici & ailleurs*, n° 25, 2020.
- TEASDALE, W., *The Mystic Heart: Discovering a Universal Spirituality in the World's Religions*, Novato, New World Library, 1999.
- TEILHARD DE CHARDIN, P., *Le Phénomène humain*, Paris, Seuil, 1956.
- , *Les Directions de l'avenir*. Paris, Seuil, 1973.
- , *Le Cœur de la matière*, Paris, Seuil, 1976.
- THE ECONOMIST INTELLIGENCE UNIT, *Democracy Index 2018: Me Too? Political participation, protest and democracy. A Report by The Economist Intelligence Unit*, 2019 ; http://enperspectiva.uy/wp-content/uploads/2019/01/Democracy_Index_2018.pdf.
- THE GOVERNMENT OFFICE FOR SCIENCE, *Foresight Mental Capital and Wellbeing Project. Final Project Report*, Londres, The Government Office for Science, 2008.
- THE HARWOOD GROUP, *Yearning for Balance Views of Americans on Consumption, Materialism, and the Environment*, Takoma Park, Merck Family Fund, 1995.
- THE LANCET; *Advancing Early Childhood Development: from Science to Scale. An Executive Summary for The Lancet's Series*, 2016; https://www.thelancet.com/pb-assets/Lancet/stories/series/ecd/Lancet_ECD_Executive_Summary.pdf.
- THE NEW YORK TIMES, “Race to the Bottom”; 5 décembre 2012, consulté le 12 août 2020 ; <https://www.nytimes.com/2012/12/06/opinion/race-to-the-bottom.html>.
- THO, H. V., conversation personnelle avec le D^r Ha Vinh Tho, ancien responsable du développement du programme du Centre du Bonheur National Brut au Bhoutan, 2016.

- THOMPSON, S., MARKS, N. & JACKSON, T., "Well-being and Sustainable Development" in I. Boniwell, S. David, & A. Conley Ayer (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- THORNHILL, R., FINCHER, C. L. & ARAAN, D., "Parasites, democratization, and the liberalization of values across contemporary countries." *Biological reviews*, 84 (1) 2009.
- THORNHILL, R., FINCHER, C. L., MURRAY, D. R. & SCHALLER, M., "Zoonotic and Non-Zoonotic Diseases in Relation to Human Personality and Societal Values", *Evolutionary psychology*, 8, 2010.
- TIBEBU, T., *Hegel and the Third World: The Making of Eurocentrism in World History*, Syracuse, Syracuse University Press, 2011.
- TOMPKINS, P. & BIRD, C., *La vie secrète des plantes*, Paris, Robert Laffont, 1975.
- TORRES, S. J. & NOWSON, C. A., "Relationship between stress, eating behavior, and obesity", *Nutrition*, 23 (11-12), 2007.
- Tov, W. & AU, E., "Comparing Well-Being Across Nations: Conceptual and Empirical Issues" in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, Oxford, Oxford University Press, 2013.
- TOWER, W., *Global Workforce Study*, 2012, consulté le 2 juin 2020 ; <https://employeeengagement.com/wp-content/uploads/2012/11/2012-Towers-Watson-Global-Workforce-Study.pdf>.
- TSAI, J. & PARK, B., "The cultural shaping of happiness: The role of ideal affect0" in J. Tedlie Moskowitz & J. Gruber (eds.), *Positive Emotion : Integrating the Light and Dark Sides*, New York, Oxford University Press, 2014.
- TU, H. M., "Effect of horticultural therapy on mental health: A meta-analysis of randomized controlled trials", *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 2022.
- TUCKER, E. & DASKIN, M., "Medical supply chains are fragile in the best of times and Covid-19 will test their strength", *The Conversation*, 25 mars 2020; <https://theconversation.com/medical-supply-chains-are-fragile-in-the-best-of-times-and-covid-19-will-test-their-strength-133688>.
- TULARD, J., *Napoléon chef de guerre*, Paris, Tallandier, 2012.
- TURABIAN, J. L., "The enormous potential of the doctor-patient relationship", *Trends in General Practice, Volume 1*, 3, 2018; doi: 10.15761/TGP.1000115.
- TWENGE, J. M. & CAMPBELL, W. K., *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*, New York, Free Press, 2010.

- TWENGE, J. M., CAMPBELL, W. K. & FREEMAN, E. C., "Generational Differences in Young Adults' Life Goals, Concern for Others, and Civic Orientation, 1966-2009", *Journal of Personality and Social Psychology*, 102 (5), 2012.
- UCHIDA, Y. & KITAYAMA, S., "Happiness and unhappiness in east and west: Themes and variations", *Emotion*, 9 (4), 2009; doi: 10.1037/a0015634.
- UNION OF CONCERNED SCIENTISTS, *Counting On Agroecology. Why We Should Invest More In The Transition To Sustainable Agriculture*, 2015; <https://www.ucsusa.org/sites/default/files/attach/2015/11/ucs-counting-on-agroecology-2015.pdf>.
- URA, K., ALKIRE, S., ZANGMO, T. & WANGDI, K., *A Short Guide to Gross National Happiness Index*, Thimphu, Centre for Bhutan Studies, 2012.
- USLANER, E. M., *The Moral Foundations of Trust*, Cambridge, Cambridge University Press, 2002.
- VALENZUELA, H., "Agroecology: A Global Paradigm to Challenge Mainstream Industrial Agriculture", *Horticulturae* 2 (1), 2016; doi: 10.3390/horticulturae2010002.
- VAN LERVEN, F., *A Guide to Public Money Creation: Outlining the Alternatives to Quantitative Easing*. Positive Money, 2016a; <https://positivemoney.org/2016/04/our-new-guide-to-public-money-creation/>.
- , "A History of Public Money Creation – Summary", Positive Money, 2016b; <https://positivemoney.org/2016/06/a-history-of-qe-for-people-summary/>.
- VARLAS, L., "Five Elements of Personalized Learning in Finland", *ASCD Newsletters & Publications*, 2 février 2011.
- VATN, A., "An institutional analysis of payments for environmental services", *Ecological Economics* 69 (6), 2010; doi : 10.1016/j.ecolecon.2009.11.018.
- VELLA-BRODRICK, D. A., PARK, N. & PETERSON, C., "Three Ways to be Happy: Pleasure, Engagement, and Meaning – Findings from Australian and US Samples", *Social Indicators Research*, 90, 2009; doi: 10.1007/s11205-008-9251-6.
- VERNANT, J.-P., *Les Origines de la pensée grecque*, Paris, Presses universitaires de France, 2007.
- VIGO, D., THORNICROFT, G. & ATUN, R., "Estimating the true global burden of mental illness", *Lancet Psychiatry*, 3 (2), 2016; doi: 10.1016/S2215-0366(15)00505-2.
- VILLACORTA, M., KOESTNER, R. & LEKES, N., "Further Validation of the Motivation toward the Environment Scale", *Environment and Behavior*, 35 (4), 2003; doi: 10.1177/0013916503035004003.

- VINCENT, J. F. V., BOGATYREVA, O. A., BOGATYREV, N. R., BOWYER, A. & PAHL, A.-K., “Biomimetics: its practice and theory”, *Journal of the Royal Society Interface* 3 (9), 2006; doi: 10.1098/rsif.2006.0127.
- VITTETA, L., ANTON, B., CORTIZO, F. & SALI A., “Mind-Body Medicine: Stress and its Impact on Overall Health and Longevity”, *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1057, 2005; doi: 10.1111/j.1749-6632.2005.tb06153.x.
- VON BRINKBÄUMER, K., HEYER, J. A. & SANDBERG, B., “Interview with Emmanuel Macron: ‘We Need to Develop Political Heroism’”, *Der Spiegel*, 13 octobre 2017; <https://www.spiegel.de/international/europe/interview-with-french-president-emmanuel-macron-a-1172745.html>.
- VOS, T., FLAXMAN, A. D., NAGHAVI, M., LOZANO, R., MICHAUD, C., EZZATI, M., SHIBUYA, K. *et al.*, “Years lived with disability (YLDs) for 1160 sequelae of 289 diseases and injuries 1990-2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010”, *The Lancet*, 380 (9859), 2012.
- VOSOUGHI, S., ROY, D. & ARAL, S. (2018). “The spread of true and false news online.” *Science*, 359 (6380). <https://science.sciencemag.org/content/sci/359/6380/1146.full.pdf>
- WAHLBECK, K., WESTMAN, J., NORDENTOFT, M., GISSLER, M. & LAURSEN, T. M., “Outcomes of Nordic mental health systems: life expectancy of patients with mental disorders”, *British Journal of Psychiatry*, 199 (6), 2011.
- WALDINGER, R., *Robert Waldinger: What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness | TED*, contenu vidéo, 2016, consulté le 29 juillet 2020 ; <https://www.youtube.com/watch?v=8KkKuTCFvzI>.
- WALDMANN-SELSAM, C., BALMORI-DE LA PUENTE, A., BREUNIG, H. & BALMORI, A., “Radiofrequency radiation injures trees around mobile phone base stations”, *Science of The Total Environment*, 572 (1), 2016; doi: 10.1016/j.scitotenv.2016.08.045.
- WALGRAVE, L., “Investigating the Potentials of Restorative Justice Practice”, *Washington University Journal of Law & Policy*, 36 (1), 2011.
- WALKING EAGLE NEWS, “Trudeau speech consists almost entirely of word ‘reconciliation’”, 1^{er} décembre 2017.
- WATERMAN, A. S., “Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (4), 1993. doi: 10.1037/0022-3514.64.4.678.
- WE DEMAINE, « Au Mexique, du street-art contre la délinquance », 12 août 2015, consulté le 4 août 2020 ; https://www.wedemain.fr/partager/au-mexique-du-street-art-contre-la-delinquance_a1185-html/.

- WEISS, T. G., *What's Wrong with the United Nations and How to Fix it*, Cambridge, Polity, 2012.
- WHITE, M. A., "Positive Education at Geelong Grammar School" in I. Boniwell, S. David & A. Conley Ayers (eds.), *Oxford Handbook of Happiness*, 2013.
- WIECZNER, J., "Meditation Has Become A Billion-Dollar Business", *Fortune*, 12 mars 2016; <https://fortune.com/2016/03/12/meditation-mindfulness-apps/>.
- WILBER, K., *Une théorie de tout. Une vision intégrale pour les affaires, la politique, la science et la spiritualité*, Paris, Algora, 2014.
- WILCOX, B. A. & ELLIS, B., « Les forêts et les maladies infectieuses émergentes chez l'homme », *Unasylva*, 224 (57), 2006 ; <https://www.fao.org/3/a0789f/a0789f03.html>.
- WILKINSON, R. G. & PICKETT, K., *Pourquoi l'égalité est meilleure pour tous*, Paris, Les petits matins, 2013.
- WILLER, H. & LERNOUD, J. (eds.), *The World of Organic Agriculture. Statistics and Emerging Trends 2019*, Research Institute of Organic Agriculture (FiBL), Frick et IFOAM – Organics International, Bonn, 2019.
- WILLIAMSON, M., *A Politics of Love: A Handbook for a New American Revolution*, San Francisco, HarperOne, 2019.
- , *Healing the Soul of America: Reclaiming Our Voices as Spiritual Citizens*, New York, Simon & Schuster, 2000.
- WILSON, E. O., *La Conquête sociale de la Terre*, Paris, Flammarion, 2013.
- WILSON, M. & DAILY, M., *Homicide*, Piscataway, Aldine Transaction, 1988.
- WIRSCHING, E. M., *The Revolving Door for Political Elites: An Empirical Analysis of the Linkages between Government Officials' Professional Background and Financial Regulation*, rapport du Forum mondial de l'OCDE sur l'intégrité et la lutte anti-corruption 2018, 2018, consulté le 2 juin 2020 ; <https://www.oecd.org/corruption/integrity-forum/academic-papers/Wirsching.pdf>.
- WOHLLEBEN, P., *La Vie secrète des arbres*, Paris, Les Arènes, 2017.
- WOLF, K. L., *The Nature and Health Connection: Social Capital and Urban Greening Ecosystems. Proceedings of the 2012 International Society of Arboriculture Conference August 11-15, 2012; Portland, Oregon, 2012*, consulté le 29 juillet 2020 ; https://www.naturewithin.info/New/ISA_prdngs.Ecosystem_Social_Capital_Wolf.pdf.
- WOLFE, N., *The Living Organization: Transforming Business To Create Extraordinary Results*, s. n.: Quantum Leaders Publishing, 2011.
- WRIGHT, J. S., FU, R., WORDEN, J. R., CHAKRABORTY, S., CLINTON, N., RISI, C., SUN, Y. & YIN, L., "Rainforest-initiated wet season onset

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- over the southern Amazon”, *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114 (32), 2017; doi: 10.1073/pnas.1621516114.
- WYDE, M., CESTA, M., BLYSTONE, C., ELMORE, S., FOSTER, P., HOOTH, M., KISSLING, G. *et al.*, *Report of Partial findings from the National Toxicology Program Carcinogenesis Studies of Cell Phone Radiofrequency Radiation in Hsd: Sprague Dawley® SD rats (Whole Body Exposures)*, bioRxiv, 1^{er} février 2018; doi: 10.1101/055699.
- XI JINPING, “Full text of Xi Jinping’s report at 19th CPC National Congress”, 2017, consulté le 29 juillet 2020 ; http://www.chinadaily.com.cn/china/19thcpcnationalcongress/2017-11/04/content_34115212.htm.
- YE, D., NG, Y.-K. & LIAN, Y., “Culture and Happiness”, *Social Indicators Research*, 123 (2), 2015; <https://www.jstor.org/stable/24721617>.
- YEHUDA, R., DASKALAKIS, N. P., BIERER, L. M., BADER, H. N., KLENGEL, T., HOLSBOER, F. & BINDER, E. B., “Holocaust Exposure Induced Intergenerational Effects on *FKBP5* Methylation”, *Biological Psychiatry*, 80 (5), 2016; doi: 10.1016/j.biopsych.2015.08.005.
- YOU, J.-S. & KHAGRAM, S., “A Comparative Study of Inequality and Corruption”, *American Sociological Review*, 70 (1), 2005; <https://www.jstor.org/stable/4145353>.
- ZARINS, S. & KONRATH, S., “Changes Over Time in Compassion-Related Variables in the United States” in E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science*, New York, Oxford University Press, 2017.
- ZIMMERMAN JONES, A., “The Basics of String Theory”, *ThoughtCo*, 2 mars 2019; <https://www.thoughtco.com/what-is-string-theory-2699363>.
- ZIZEK, S., *Like a Thief in Broad Daylight: Power in the Era of Post-Human Capitalism*, New York, Seven Stories Press, 2018.
- ZOBRIST, J.-F., *La belle histoire de Favi. L'entreprise qui croit que l'Homme est bon*, Paris, Humanisme & Organisations, 2018.

Index

- A Mindful Nation. Voir* Ryan, Tim
Abdallah II (roi de Jordanie), 379
abeilles, 79, 117-118
abondance, 204-205, 290, 318-320, 322, 339, 415
Abraham, 54
 religion, 205
 traditions, 158
accomplissement (bonheur), 16, 22, 45, 53, 71, 81, 85, 137, 204, 250, 317-319, 323, 331, 362-364, 388, 396, 398, 406-407, 424
accord de Paris, 97
acupuncture, 83, 296
adage socratique, 101
admiration, 114
ADN, 222, 272, 382
Afrique, 34, 164, 166, 180, 375, 377, 390, 404
Afrique du Sud, 180, 377, 390, 404
Afrique occidentale, 117
agnostique, 17
agriculture biologique, 288
agriculture urbaine, 121
agroécologie, 287-290 **48**
agronomie, 105, 287
ahimsa, 176
Alexandre le Grand, 414
alimentation, 35, 47, 72, 103-104, 117-118, 147, 201, 261, 265, 276, 281-283, 285-290, 296, 312, 319, 329, 337
Allais, Maurice, 341
Allemagne, 139, 164, 228, 260, 333, 339, 341, 352, 356, 395, 397, 399-401, 410, 416
altruisme, 148, 150, 152-154, 156-157, 166
Amatlán, 200
âme, 16, 34, 49, 57-58, 61, 83, 182, 192, 195, 200, 207, 251, 256, 311, 324, 381, 384, 395-396, 398, 400, 403, 405, 407-408, 410, 418, 425
Amérique du Sud, 123, 392
Amma, 18, 72, 147-148
amour, 16, 26, 71-72, 80-82, 86, 91, 141, 146-149, 160, 170, 176-177, 200, 204-205, 209-210, 213, 215, 217, 219-220, 224, 241, 296, 315-316, 333, 338, 376, 381, 383, 406, 408, 422-424
 sagesse, 24
Ananda (Félicité), 142
anciens systèmes, 113
Anderson, Sherry Ruth, 21
Andes
 concepts, 123
Anthropocène, 17
anthropocentrisme, 48
 paradigme, 295
anthropolitique, 85
anthropologie, 25
anxiété, 31, 43, 46, 74, 120, 152, 167, 172, 190, 222, 227, 269-270, 272, 313, 355
apocalypse, 206
Apollinaire, Guillaume, 118

- appartenance, 48, 71, 109, 114, 140, 152, 159, 239, 303, 377, 392, 401
 apprentissage
 coopératif, 229, 237
 par le service, 231
 social et émotionnel, 227
 troubles, 229, 237
 approche
 multidimensionnelle, 128
 Ardern, Jacinda (Première ministre), 131, 216
 Aristote, 82, 84, 137
 Armstrong, Karen, 157
 art, 34, 122, 158, 206, 232, 337, 384
 article 71 (Droits de la Nature), 124
 Arvol Looking Horse, 362
 Asie, 34, 143, 386
 Assemblées spirituelles, 349
 athéisme, 17, 60
 Atkinson, Anthony, 264
 Australie, 133, 158, 180, 228, 236, 365
 authenticité, 256, 397, 406, 410
 autogouvernance, 244-245, 247-251, 255-256
 autonomie, 20, 24, 74, 132, 213-214, 217, 220, 235, 237, 261, 288, 333, 336, 343, 368, 377, 386, 389
 autotranscendance, 407
 Ayumu (chimpanzé), 115
 ayurveda, 199, 267, 280, 387
 médecine, 296

 Báb (la porte), 54
 baby-boomers, 150
 Backster, Cleve, 114
 bahá'ís, 54, 56, 83, 348-350, 364-365
 foi, 55-56, 169, 349
 système électoral, 348
 textes, 55
 Bahá'ulláh (la Gloire de Dieu), 54-56, 83, 346, 376, 383
 bain de forêt (*shinrin yoku*), 119
 Bandera Azul (drapeau bleu), 302-303
 barbarisme, 59, 108, 401, 415
 Barreto, Yvo Perez, 299
 Basic Income Earth Network (BIEN), 259, 263

 beauté, 28, 59, 113, 155, 205, 209, 232, 424 2
 Beck, Don Edward, 100
 Berggruen, Nicolas, 344-345, 353, 360-361, 364-367
 Bergson, Henri, 61
 Bernanke, Ben, 341
 Berry, Thomas, 293
 besoins
 déficience, 71
 estime, 71
 être, 71
 Bhoutan, 128-130, 142-144, 205, 331, 387
 Bible, 147, 206
 Biden, Joe (président des États-Unis), 398
 bien commun, 32, 45, 52, 339, 344, 355, 361
 bien-être, 41-42, 45, 52, 54, 74, 86-87, 117-120, 128, 130-136, 139, 142-144, 146, 148, 152, 157, 161, 185, 187, 191, 205, 213, 215-218, 227-229, 233, 261, 265-266, 268, 271, 277-280, 284, 290, 294, 323-324, 329, 331, 336, 338, 367, 397, 405-406
 biens matériels, 122
 Bildung (Folk-Bildung), 238-239
 biologie, 93, 105, 202, 234, 266
 biomimétisme, 125
 Black Lives Matter, mouvement, 179
 Block, Robert W., 221
 Bohm, David, 196
 Bolivie, 116, 123-124, 205, 292, 294
 Bolsonaro, Jair (président du Brésil), 404, 414-415
 bonheur, 23, 26-27, 39, 41, 45, 69, 71, 73, 76, 78, 80-81, 85, 91, 128-139, 141-144, 146, 152, 167, 169, 186, 193, 204-205, 218, 324, 387, 391, 398, 415, 424 11-12
 bonheur national brut (BNB), 128, 130
 égoïste, 152
 science, 71, 133
 bonté, 11, 52, 72, 147, 150, 152-153, 205-206, 424
 Botho (Ubuntu), 393

INDEX

- Botswana, 158-159
 Bouddha, 54, 78, 81-82, 163, 192
 bouddhisme, 53, 176, 185, 385
 enseignements, 50, 142, 187, 385
 principes, 101
 voie, 107
 bouddhistes, 31, 378, 415
 Brasey, Édouard, 199
 Breaking the Cycle, 312
 Brexit, 152
buen vivir (bonne vie), 123-124, 387
 plan national équatorien, 124
 Bullying Prevention Program, 228
 Burke Harris, Nadine, 223
 Buurtzorg, 245-247, 254
- Calme et attentif comme une grenouille.
 La méditation pour les enfants...
 avec leurs parents. Voir Snel, Eline*
- Cambodge, 319
 Canada, 112, 133, 180-181, 307, 335,
 341, 358 **18**
 cancer, 105-106, 222, 265-266, 277, 282
 évitable, 106
 capitalisme, 143, 164, 398
 carte culturelle du monde selon Ingle-
 hart Welzel, 390
 catholicisme, 206
 centre intérieur, 83
 changement
 climatique, 103, 277
 conscience, 22-23, 380, 421
 esprit et cœur, 18
 institutionnel, 21, 317
 Charte
 Charte de la Compassion, 157-159,
 205
 Charte de la Terre, 18, 67, 71, 380
chi (respiration ou énergie), 82, 122,
 199, 201, 381, 384
 Chicon Nindo, 29
 chiisme, 54, 346
 Chili, 180
 Chine, 19, 80, 113, 121-122, 165, 324,
 334, 364
 bouddhisme, 122
 civilisation, 387
 médecinetraditionnelle, 199, 267, 280
- Chouinard, Yvon, 253
 chrétiens, 377-378
 christianisme, 24, 158, 185, 385
 Churchill, Winston, 414
 5G, 202, 277-278 **16**
 civilisation, 17, 23, 26, 47-48, 50, 54-
 55, 58, 60, 67, 79, 121-122, 148-
 149, 157, 364, 368, 376-378, 383,
 386
 crise, 26, 47-48, 67
 mondiale, 23, 368, 378
 planétaire, 54
 coexistence, 79, 123, 295, 425
 Cohen, Daniel, 152
 Colombie, 66, 296, 392
 Comité interconfessionnel de l'aumô-
 nerie du Service correctionnel du
 Canada, 311
 Commission nationale Vérité et Ré-
 conciliation, 180
 Common Threads, partenariat, 254
 communauté, 19, 35-36, 40, 64, 69, 71,
 78-79, 86, 109, 113-114, 123-124,
 131-132, 140, 143, 152, 159, 163,
 177, 201-202, 209, 218, 226, 229,
 231-232, 234-237, 239, 241, 251,
 268, 290-291, 293-295, 302-303,
 306-308, 312, 319-321, 336-338,
 342, 346, 348-349, 352, 362, 365,
 367, 369, 379, 381, 383, 387-388,
 392-393, 401, 418, 423-425
 communisme, 164
 compassion, 23, 45, 72, 93, 131, 146, 148,
 154-159, 163, 168, 184, 186, 191,
 193, 215, 219, 231-232, 276, 281,
 304, 310, 313, 315-316, 380, 406
 Compassion Cultivation Training
 (CCT), 157
 Compassion Games, 159
 compétences
 interpersonnelles, 157
 scientifiques, 26
 traditionnelles, 227
 complexité, 17, 61-62, 101, 103-105,
 108-109, 165, 167, 250, 264, 287,
 360, 365, 406
 intérieure, 109
 théorie, 105

- compréhension, 16, 19, 25-26, 34, 48, 50, 73, 91, 93-94, 100, 102, 107-108, 117, 149, 163, 176-177, 179, 187, 194-196, 202, 204-205, 207, 220, 227, 234, 239, 271, 300-301, 304, 307, 309-310, 313, 316, 323, 379-382, 393, 402-403, 406, 412, 424-425
- concentration, 119, 185-186, 228, 320, 332, 334, 338, 356
- confiance, 21, 31, 34, 52, 134, 150-152, 171-172, 174, 176, 229-230, 237, 239, 248-250, 255-256, 290, 344, 357, 360, 368, 406, 422
- conformité, 20, 74, 389
- confucianisme, 122
- Confucius, 83
- congrégations religieuses, 158-159
- connaissances intérieures collectives, 382
- connexion, 16, 82, 119, 146, 192, 214, 228, 233, 246, 290, 292, 307, 318, 336-337, 399, 405, 407, 417
- conscience, 15, 17-18, 22, 30, 52, 57-58, 61-66, 81, 86, 96-97, 100, 109-112, 116, 142, 167, 175, 186, 196, 201-202, 204, 227-228, 232, 234, 239, 302-303, 380, 382, 397, 399, 402-403, 405-406, 415, 422
- écosystème, 97
- ego-système, 96-97
- évolution, 15, 19, 22, 27, 197, 288, 424
- habitude, 96
- parties prenantes, 96
- conseil
- de l'être, 362
- de la sagesse, 362
- conservation bioculturelle, 302
- consommation, 27, 86, 122, 163, 175, 191-192, 228, 261-262, 267, 269, 278, 282-283, 318-319, 328
- constructions, 16, 95
- consuérisme, 42, 75, 123, 176, 192, 273
- Contrat social, 149
- contrôle, 49, 52, 94, 97, 106, 108, 129, 141, 164, 166, 185, 190, 207-208, 227-228, 243, 248, 250, 253, 255, 271, 288, 301, 304, 318-319, 335-336, 338, 345, 356-357, 359, 370, 406
- coopération, 11, 52, 81, 103, 135, 149-153, 156-157, 161, 166, 172, 178, 182, 191, 229-231, 237, 247, 322, 336, 338, 348, 369, 398, 424
- corps
- conscience, 187
- dépréciation, 112
- Correa, Rafael, 123
- cosmologies cycliques, 53
- Costa Rica, 33, 36, 234, 302, 319, 385, 392
- courage, 176, 230, 256, 311, 406
- COVID-19, 23, 36, 41, 43, 103, 259, 268, 290, 335, 355, 423
- Cowan, Christopher, 65
- Crazy Horse, 375
- créativité, 82, 86, 119, 186-187, 189, 205, 209, 232, 252, 322, 389
- crise
- catalane, 179
- civilisation mondiale, 23
- environnement, 113-114, 117, 121, 296, 325
- financière de 2008, 34, 136, 326, 335, 340
- crowdlaw*, 353
- culture
- appréciation, 157
- changement, 15, 19-22, 48, 53, 236, 328, 388-389
- évolution, 48, 63, 65, 100, 163, 166, 208, 271, 273, 387, 390, 416, 424
- paix, 161-163, 205
- programme, 47, 49, 70
- réponses, 48
- transformation, 20-21, 160, 206, 302
- valeurs, 21, 391
- cultures, 24, 39, 50, 53, 57, 59, 65-66, 100, 114-115, 117, 123, 126, 150, 153, 164-167, 170, 232, 234, 267, 273, 275, 296, 302, 305, 307, 311, 318, 331, 337, 347, 362, 371, 375-376, 378-379, 386, 388, 392-393, 400, 416
- partenariat, 166, 305
- traditionnelles, 296, 302, 337

INDEX

- cupidité, 18, 48, 75, 82, 209, 317, 322
 cyberdémocratie, 353
 cyprès, 115
- Daily, Martin, 173
 dalai-lama, Sa Sainteté le 14^e, 18, 132,
 140, 157, 176, 182, 379
 Damasio, Antonia, 226
 Dan George (chef), 112
 Danemark, 133, 139, 164, 239
 Darwin, Charles, 149, 152
 darwinisme, 50
 de Botton, Alain, 394
 de Gaulle, Charles, 414
 de Waal, Frans, 115, 127
 Déclaration d'indépendance des États-
 Unis d'Amérique, 91
 Déclaration pour une éthique plané-
 taire, 380
 décolonisation, 123
 démocratie
 adversariale, 347
 concurrentielle, 347-348, 351
 directe, 359-361
 dépression, 42-43, 74, 139, 167, 189-
 190, 192, 218, 227, 266-268, 270,
 272, 283, 313-314, 355
 Descartes, René, 49, 93, 101, 112
 Descola, Philippe, 113
 déséquilibre, 17, 70, 72, 114, 295
 destruction, 45, 76, 78-79, 103, 277,
 295, 318, 322, 328, 423
 détachement, 406
*Developmental Politics – How America
 Can Grow Into a Better Version of
 Itself. Voir McIntosh, Steve*
 développement, 15-17, 19, 24-25, 31,
 33-35, 39-41, 43-45, 47-48, 52, 55,
 58-59, 61, 63, 65-74, 76-77, 79-81,
 83, 85-87, 100, 104, 109, 118, 121,
 123-126, 128-131, 133, 136-137,
 139, 141-143, 146, 159, 162, 166-
 167, 169, 175, 178, 199, 204, 207,
 209, 211, 213, 215-217, 222, 225-
 228, 231-235, 238-239, 241-244,
 249, 252, 256, 260, 265-266, 270,
 272, 278-279, 285-286, 289, 295,
 301, 311, 317, 327, 329, 337, 342,
 345-347, 351, 356, 367, 369-370,
 378-380, 382, 387-388, 390-391,
 393, 395, 397, 409, 415, 423-425
 durable, 26, 34-35, 67-68, 73, 130
 économique, 45
 étude, 25
 extérieur, 17
 humain, 71, 87, 146, 370
 intérieur, 17, 57, 76
 modèle, 39-40, 44-47, 74, 139, 204,
 207, 317, 387, 393, 415
 personnalité, 59, 188, 227-228, 231,
 239, 393, 402-403
 personnel, 80
 spirituel, 16, 65, 71, 76, 81, 239, 371, 405
 Dewey, John, 345
 Dharma, 311, 316
 dialogue interreligieux, 379
 Dieu, 17, 53-55, 60, 84, 91, 140, 145,
 147, 160, 195, 204, 206, 210, 383,
 407-409, 414-415
 dieu, 17-18, 110, 200
 dimensions, 15, 23, 81, 98-100, 121,
 191, 218, 225, 234, 238, 323, 383,
 389, 402, 414
 être, 81
 intérieures et extérieures, 15
 spirituelles, 99-100, 201, 383, 402
 Dinan, Stephen, 351, 398-400. *Voir
 Sacred America, Sacred World*
 diversité biologique, 113, 117, 288
 doctrinarisme, 108
 doctrine sociale de l'Église catholique,
 148
 dogmatisme, 108
 domination, 133-134, 163-166, 168-
 170, 288, 305, 401
 don, 174
 droits de la nature, 124, 291, 293, 295,
 302, 387
 dualité, 196
 durabilité, 26, 33, 35, 69, 79, 91, 144,
 168-169, 191, 234, 286, 326, 328,
 336, 380
- Ebola, épidémie d', 117
 écocentrique, solution, 295
 École de la Voie intérieure, 82

- écologie, 94, 101, 104-105, 121, 126, 287, 293, 363
civilisation, 121
économie, 328
écologies industrielles, 126
économie, 25, 32, 85-86, 149, 154, 329
circulaire, 126
croissance, 40-41, 67-68, 74, 106, 128, 136, 144, 263, 278-279, 328, 331, 340, 393
développement, 45
ressources, 164
système, 27, 34-35, 43, 45, 47, 75, 103, 121, 151, 162, 208, 261, 263, 317-319, 323-324, 327-328, 331, 334-335, 338-339, 342
écoute profonde, 180, 275
éducation, 21, 30, 45, 50, 56, 71, 84-86, 101, 131, 136, 141, 147, 159, 164, 168-169, 172, 174, 179, 188, 190-191, 213, 216-218, 222-223, 225-228, 230, 232-239, 264-265, 272, 280, 289, 302, 319-320, 329, 333, 386, 389
positive, 226-229
programmes, 74, 157, 228-229, 239
systèmes, 105
Effendi, Shogi, 55
effet cocktail, 106
effet placebo, 275
égalité, 56, 91, 171, 174, 176, 210, 307, 333, 401
genres, 20, 136, 329
Église catholique, 179, 206
égocentrisme, 48, 74, 398
Égypte, 113
Einstein, Albert, 69, 195-196
Eisenstein, Charles. *Voir Notre cœur sait qu'un monde plus beau est possible*
Eisler & Fry, 165-166, 168-170
Eisler, Riane. *Voir Nurturing our Humanity. How Domination and Partnership Shape Our Brains, Lives, and Future*
Ejna, 385-386
élans, 104
EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires), 273
Emelina (épouse), 33-34, 200, 385-386
émerveillement, 16
émotions
état, 118
fardeau, 229
régulation, 157
Emoto, Masaru, 202
empathie, 20, 115, 131, 148-151, 154, 156-157, 166, 168, 181, 186-188, 213-215, 217, 227-229, 311, 317, 352, 406
émulation, 82, 159, 247, 250
énergie, 29, 113, 116, 119, 122, 125, 147, 160, 184, 195, 198-201, 252, 255, 267, 273, 275, 278, 298-299, 326, 328-329, 332, 336-337, 350, 402, 413, 417
Enriquez, Virgilio, 392
entreprises, 31, 35, 80, 132, 148, 155, 158-159, 188, 192, 208, 237, 241, 244-245, 247, 250-253, 255-257, 295, 322, 324, 328, 334-339, 342-343, 356-357, 362, 399, 411, 429
environnement, 28-29, 31, 44, 69, 73, 75, 81, 100, 105, 115, 144, 150, 159, 184, 186, 209, 214-215, 230, 234, 237, 242, 253, 276, 279, 282-283, 286, 289, 295, 301, 318, 337, 369-370
crise, 113-114, 117, 121, 296, 325
groupes de défense, 158
mouvement de régénération, 302
protection, 20, 68
taxes, 331
épanouissement, 69, 256
épigénétique, 12, 73, 272, 286, 391
épistémologie, 105-106
Équateur, 123-124, 205, 292, 294, 296
équilibre, 68, 72, 80, 104, 114, 122, 128, 130, 162, 175, 203, 210, 220, 259, 294-296, 337, 350-351, 360, 364-365, 386, 400, 409
équité, 118, 123, 367
équité des genres, 169-170
ère interspirituelle, 383
Ernst & Young, 247

INDEX

- esprit, 11-12, 18, 26, 49, 51, 57, 78, 96, 98, 108, 110-112, 114, 131, 134, 141, 146, 163, 182, 184-185, 196, 207, 224, 267-268, 319, 346, 349, 381, 383-385, 396-397, 406-407, 415, 417 **15**
 américain, 191
 du peuple (génie du peuple, *Volksgeist*), 395-396
 équilibre, 409
 pensant, 112, 210
 essence, 16, 49-50, 59, 163, 192, 194, 204, 209, 382, 402-403
 état d'esprit, 15, 19, 68, 108, 263
 États-Unis d'Amérique, 12, 21, 25, 40-41, 43-44, 85, 139, 150-152, 171, 173-175, 178-179, 188, 191-192, 216-218, 223, 228-229, 232, 256, 259, 267, 272, 274, 276, 282, 284, 304, 312-314, 324, 326-327, 332-334, 336, 340-341, 351, 357, 398-400 **11-12**
 éthique, 17-18, 45, 59, 84, 86, 204, 206, 210, 228, 288, 346, 356, 369, 378, 380, 392
 crises, 18
 philippine, 392
 planétaire, 379-380, 394. *Voir aussi* Towards a Global Ethic. An Initial Declaration
 être, 71-73, 80-81, 98, 102, 108, 317, 324
 être le plus élevé, 80
 être le plus véritable, 80, 91
 être supérieur, 80, 424
 êtres, 22, 52-53, 58, 72, 77, 80, 102, 109, 111-113, 152, 163, 284, 291, 293-295, 316-317, 319, 322, 362, 392, 401, 418, 424
 eudémonisme, 81, 137-138
 Europe, 60, 139, 151, 164, 166, 238, 278, 289, 377, 395, 415
 Commission, 327
 pacte vert, 325-327
 protestante, 206
 Union européenne, 269, 323, 327-328, 377
 éveil, 78, 119, 225, 232, 239
 collectif, 26, 78
 évolution, 19-21, 23, 25, 55, 57, 59, 61-62, 69, 73, 80, 93, 102, 136, 149-150, 178, 197, 206, 225, 230, 232, 239, 266, 268, 343, 345, 347, 351, 363-364, 375, 377, 382, 391, 393, 397-398, 402-404, 424
 collective, 27, 378, 386, 388
 potentiel, 204
Évolution consciente. S'éveiller au pouvoir de notre potentiel social, 62
 évolutionnisme
 forces, 20, 335
 exogroupes, 20
 expérience négative de l'enfance (ENE), 221-223
 extractivisme, 123
 Facebook, 263, 320, 322, 356
 Figueres, Christiana. *Voir Inventons notre avenir !*
 fihavanana, 393
 Fillon, François, 412
 finance, 105, 287, 334-335, 341
 Finlande, 133, 164, 234, 237, 261
 éducation de base, 236
 Fisher, Irving, 341
 Fleury, Jean, 385
 Floyd, George, 179
 Fonds vert pour le climat, 69
 force vitale (*chi* ou *prana*), 201
 Fourier, Charles, 258
 France, 25, 31, 34, 36, 100, 106, 110, 139, 188, 221, 248, 278, 283, 297, 333, 336, 356, 358, 397, 413, 416
 Révolution, 85
 système politique, 413
 fraternité, 91
 Frenkel-Brunswick, Else, 167
 Freud, Sigmund, 150, 153
 Friedman, Milton, 258, 341
 Fry, Douglas. *Voir Nurturing our Humanity. How Domination and Partnership Shape Our Brains, Lives, and Future*
 Fukuyama, Francis, 28

- Gaïa, théorie, 115
 Galbraith, John Kennedy, 258
 Galtung, Johan, 162
 Gandhi, Mahatma, 81, 109, 176, 178, 204, 209, 317, 333, 344, 401, 404, 408-410
 Garcia Martinez, Don José Carmen, 299
 Gardels, Nathan, 364-367
gatha (poème zen), 316
 Geist, 207
 gène égoïste, 150
 génération X, 150
 générosité, 135, 163, 216, 230
 genii locorum, 296
 gentillesse, 131, 157, 230, 315
 géopolitique, 101
 Ghazi ben Mohamed (prince), 379
 Gilligan, James, 173
 Gliberman (Rabbi), 385
 Goleman, Daniel, 227
 Google, 188, 241, 356, 381
 gouvernance, 56, 122, 126, 129, 131, 149, 166, 293, 302, 338-339, 344-348, 350, 361-362, 364-365, 367-369
 gouvernement, 26, 32, 86, 91, 100, 123-124, 155, 176, 211, 278, 287, 289, 291, 295, 334-335, 338, 343, 354-355, 371, 403
 local, 158
 grande sagesse, 122
 grands singes, 117
 Graves, Clare, 63
 Grèce, 24, 58, 113, 135
 Gross, David, 382
 Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC), 282, 291

 Habermas, Jürgen, 412
 hackathon présidentiel, 355
 Hamon, Benoît, 412
Happiness. Towards a New Development Paradigm, 130
 Happy@Work, 132
 Harari, Yuval Noah, 47, 63, 66

 harmonie avec la nature, 125
 Havel, Václav, 419
 Hawking, Stephen, 197
 Headspace, 192
 Health Act 2018, 358
 hédonisme, 138
 Hegel, Georg Wilhelm Friedrich, 207, 395-396, 410-412
 Herder, Johann Gottfried Von, 395
 hindouisme, 53, 142, 176, 383
 hindous, 311, 378
 Hippocrate, 275
 Histoire de la Séparation, 25, 48-49, 52, 70, 154, 156, 204, 225
 Hitler, Adolf, 414-415
 Hobbes, Thomas, 149
 Hollande, François (président), 412, 416-417
 hominisation, 85
Homo deus, 66
 Horton, Richard, 207
 Hubbard, Barbara. *Voir Évolution consciente. S'éveiller au pouvoir de notre potentiel social*
 Hübl, Thomas, 273, 399
 Huculak, Bria, 307
 humain
 capacités, 69, 275, 310
 condition, 20, 42, 234, 395, 423
 développement, 17
 dignité, 68, 380
 droits, 39, 129, 136, 162, 164-165, 214, 234, 294-295, 338, 344, 369, 386, 397
 épanouissement, 81, 166-167, 382
 être, 16-17, 53, 58-59, 61, 73, 76-77, 84-86, 117, 122, 163, 175, 213, 225, 230, 238, 246, 272, 295-296, 376, 378, 382, 392-393, 423
 évolution, 17, 26, 242, 244, 368
 faiblesses, 16
 interactions, 377
 nature, 24-25, 49, 52, 72, 82, 127, 149, 153, 165, 213, 248, 310, 312, 407, 425
 potentiel, 82, 214, 266
 race, 54-55, 373
 humanisme, 47-48

INDEX

- humanité, 15, 17-20, 25, 28, 34, 39-41, 45, 52-57, 59-62, 66, 79, 84-85, 109, 113, 117, 149, 159, 161, 168-170, 179, 215, 234, 242, 244, 251, 284, 295, 321, 323, 325, 329, 367-368, 370, 375-376, 381, 383, 386, 393, 401, 418
- humilité, 108, 230, 256, 350, 392
- Huntington, Samuel, 376, 378, 389
- Hurd, Douglas, 305
- Huta, Veronika, 137
- hypercomplexité, 103
- idéalisme, 108
- identité ethnique, 162
- illusionnisme (*mâyâvâdâ*), 59
- impermanence, 50, 423
- Inde, 19, 34, 56, 59, 113, 126, 334, 353, 387, 401
- mouvement indépendantiste, 404, 408
- indéterminisme quantique, 196
- indifférence, 45, 209
- indigènes
- cultures, 66, 116-117, 123, 296, 307, 392
- peuples, 28, 53, 68, 105, 180, 274, 293, 298, 362-363, 383, 387, 392
- individualisme, 44, 47-48, 150, 394
- individualité, 21, 60, 392, 401
- individus, 19, 25, 32-33, 48-49, 65, 71, 77, 80, 82, 100, 133, 143, 149, 155, 157, 162-163, 167, 172, 191, 205, 211, 227, 232, 236, 238, 250, 263, 266, 271-272, 281, 303, 306, 312-313, 324, 329, 338, 347, 350, 368, 377, 388, 392, 394, 396-397, 400-401, 405, 424-425
- liberté, 20, 52, 394
- Indonésie, 75, 165, 377
- inédie (respirianisme), 201
- inégalité, 42, 131, 135, 151, 164, 171-176, 232, 279, 331-332, 334, 341, 352
- influence, 16, 32, 118, 129, 248, 267, 305, 349, 356-357, 366, 368, 390, 397, 412, 414-415
- Inglehart, Ronald, 20, 41, 71, 136, 344, 388-390
- Initiative des Religions Unies, 379
- institut Berggruen, 344-345, 353, 360-361
- institutions, 16, 32, 54, 56, 60, 73, 80-82, 84, 91, 123, 150, 155-156, 158-159, 163-164, 169, 176, 188, 191, 207, 211, 213-214, 221, 263, 287, 290, 302, 310, 327, 341-342, 345-346, 349, 353, 362, 364, 370, 382, 386, 390, 395, 404, 424
- intégralistes, 100-101
- interconnexion, 20, 50, 95, 108, 235, 376, 381, 406, 424
- intérêt individuel, 49-50, 64, 154-155, 398
- inter-être, 50, 52, 70-72, 76, 79-80, 82, 94, 107, 225, 338, 392, 405, 407, 424
- International Fellowship of Reconciliation, 379
- Internet, 20, 102, 248, 278, 299, 321-322, 329, 345
- interspiritualité, 381-383
- Introduction à une politique de l'homme*, 85
- Inventons notre avenir !*, 97
- islam, 54, 158, 185, 385
- Iyengar, 268
- Jabr, Ferris, 116
- jainisme, 53, 176, 383
- Jamaïque, 377
- Jani, Prahlad, 201
- Japon, 173-174, 333, 341
- Jasmin, Danielle, 231
- Jeanne d'Arc, 413-414
- Jésus, 53-54, 207, 346, 383, 415
- jeu de l'ultimatum, 175
- Jinping, Xi, 121
- John (entrepreneur anglais), 75
- Johnson, Matthew, 274
- joie, 16, 134, 142, 144, 146, 148, 184, 193, 213, 228, 384, 392, 405-406, 421, 423
- Journée internationale de la Terre nourricière, 116, 125
- judaïsme, 158, 185
- justice, 54, 56, 80, 114, 158-159, 163-164, 176-177, 190, 205-206, 214, 223, 304-306, 308-313, 316, 329, 350, 352, 358, 369, 380, 387, 413

- Kabat-Zinn, John, 187
Kali Yuga (âge des querelles et des conflits), 53
 Kapleau, Philippe, 206
 Kapwa, 392
 Karlberg, Michael, 347
 Keynes, John Maynard, 340-341
 Khayyam, Omar, 185
 Kids Matter, 228
 Ki-moon, Ban, 67
 King, Martin Luther Jr., 36, 176-177, 404
 koans, 107
 Kogis, 66, 298, 392
 Korten, David, 338-339
 Kozul-Wright, Richard, 327
 Krishna, 54
 Krugman, Paul, 341
 Küng, Hans, 380
- L'homme et la sélection sexuelle. Voir Darwin, Charles*
L'intelligence émotionnelle. Comment transformer ses émotions en intelligence. Voir Goleman, Daniel
L'origine des espèces au moyen de la sélection naturelle. Voir Darwin, Charles
La conquête sociale de la Terre. Voir Wilson, Edward
La part d'ange en nous. Histoire de la violence et de son déclin (2011), 166
La théorie du donut. L'économie de demain en 7 principes. Voir Raworth, Kate
La vie secrète des arbres, 114
 laïcité, 164
 Laloux, Frédéric, 242-246, 248-250, 252-253, 255-256, 261. *Voir aussi Reinventing organizations*
 langage, 56, 87, 107, 118, 147, 159, 162, 200, 302
 Lao Tseu, 194-195
Laudato si', 19
 Lazarus, Emma, 400
Le capital au XXI^e siècle. Voir Piketty, Thomas
- Lennon, John, 423
Les messages cachés de l'eau. Voir Emoto, Masaru
 LGBTQ, groupes, 158
 Li, Qing. *Voir Shinrin yoku. L'art et la science du bain de forêt*
 libéralisme, 394
 libération personnelle, 199
 liberté, 18, 62, 80, 84, 91, 135-136, 144, 160, 193, 201, 204-205, 207, 210, 213, 236, 239, 243, 247, 250, 258, 262, 333, 338, 345-346, 352, 367, 369, 371, 390, 394, 398, 400, 424
 individuelle, 20, 52, 394
 intérieure, 207
 Life Skills Training, 228
 localisme, 114, 290
 Logos, 113
 Loi sur les droits de la Terre mère, 124
 lois et principes, 114
 loups, 104, 118
 Lovelock, James, 115-116
 LUMIÈRE, 201
 lumière, 23, 47, 119, 153, 195-196, 198, 204, 338, 375, 386, 397, 404, 414-415, 418
 Lumières, 39, 60
 Luther Standing Bear, 285
- Maât, 113
 Macron, Emmanuel (président), 397, 412-415
 Madagascar, 32, 117, 297-298
 Mahdi, 54
 Mahomet, 54, 379
 Maison universelle de justice, 349
 Maître Eckart, 184
 maladie mentale, 189, 227, 269-270
 maladies chroniques, 265
 management, 28, 31-32, 99, 105, 126, 132, 192, 234, 242, 244-245, 247-251, 253, 255-256, 279, 298, 302-303, 320, 326, 338, 369
 Mandela, Nelson, 176, 404
 Manifeste 2000, 162
 Mansbridge, Jane, 347
 Maoris, 292
 Maples, Cheri, 314

INDEX

- Marchand, Pierre, 162
 marxisme, 85
 Maslow, Albert, 71
 Maté, Gabor, 273
 matérialisme, 42, 47-48, 74, 394
 Mayer, John, 226
 McGregor, Douglas, 249
 McIntosh, Steve, 351
 Meadows, Donella, 96, 98
 mécanique quantique, 194, 196-197
 médecine, 16, 32, 52, 105, 160, 187, 198-199, 266-268, 276, 280, 296, 384
 intégrative, 280
 moderne, 99-100
 médias, 21-22, 43, 140, 150, 155, 166, 181, 185, 207-208, 287, 305, 344-345, 347, 354, 356-357, 360, 412
 méditation, 26, 33-34, 73-74, 76, 107, 131, 141, 157, 184-185, 188, 192, 205, 241, 251, 267, 273, 314, 316, 385
 guidée, 119
 mégaentreprises numériques, 356
 Mental Capital and Wellbeing. Making the most of ourselves in the 21st century, 86
 Mère Teresa, 215
 Merkel, Angela, 416
 métabolisme, 115
 métacrise, 47
 méthodologie, 105
 MeToo, mouvement, 179
 Mexique, 28-31, 33, 158, 200, 209, 236, 299-301, 384
 Michelet, Jules, 223
 millenials, 150, 248
 Mindful Justice, initiative, 313
 Mindfulness All-Party Parliamentary Group (MAPPG), 313
 MindUP, 229
 Mineral King Valley, 293
 Mirra Alfassa (la Mère), 384
 moderne
 éducation, 226, 230
 médecine, 99-100
 paradigme, 47
 poursuite du bonheur, 50
 modernité, 25, 112, 164, 207, 397
 modes de vie, 106, 142, 265-266, 268, 270
 moindre paix, 56
 Moïse, 54
 moment présent, 78, 184-185
 monde post-guerre froide, 376
 mondialisation, 20, 39, 174, 327, 334-336, 338, 369, 375-377, 386-387, 389, 397-398
 monnaies locales, 337, 342-343
 Montesquieu, 395
 Montessori (pédagogie), 227, 235, 237
 Montmany, Esther, 219
 Morales, Evo, 123
 moralité, 80, 204, 206, 210, 394
 More, sir Thomas, 258
 Morin, Edgar, 41, 47, 93, 105, 159, 234, 407. *Voir aussi Introduction à une politique de l'homme*
 mortalité, 120, 171, 174, 265-266
 motivation
 extrinsèque, 52, 261
 intrinsèque, 52, 82, 155, 213, 217, 244, 247, 249, 264, 338, 424
 mouvement interreligieux, 379
 Moyen Âge, 24, 164
 Murray, W. H., 422
 Muste, A. J., 81
 musulmans, 161, 377-378
 mutualité, 114, 154
 mystique, 76, 142, 184, 201, 380-381
 Napoléon, 410-412, 414
 narcissisme, épidémie de, 150
 nature, 15-16, 19, 22, 25, 32-33, 39, 49-50, 52-53, 57-59, 62, 69, 72, 77-78, 80-81, 93-94, 98, 102, 111-115, 118-127, 130, 137, 141, 149-150, 152-153, 156, 163, 165, 184, 191-192, 202, 204, 213, 215, 234, 248, 251, 253, 256, 258, 264, 268, 285, 288, 290-291, 293-295, 298, 301-302, 305, 310-312, 319-320, 322-323, 326-327, 329, 337, 342, 367, 369, 377, 383, 387-388, 392, 394, 396-397, 403, 405, 407, 411, 415, 424-425
 néocréationnistes, 115
 néolibéralisme, 123

- neuroplasticité, 12, 73
 Niehoff, Debra, 167
 nirvana, 107
 Nixon, Richard (président des États-Unis), 259
 non-agir (*wuwei*), 122
 non-soi, 50, 107
 non-violence, 161, 176-177, 181
 Norberg Hodge, Helena, 335-336
 North, Douglass, 323
 Norvège, 133, 164, 217, 228, 239, 312, 332
Not by Genes Alone, 11
Notre cœur sait qu'un monde plus beau est possible, 48
 nouvel ordre mondial, 54, 56
 nouvelle Terre, 54, 422
 Nouvelle-Zélande, 131, 133, 216, 292, 306, 341
Nurturing our Humanity. How Domination and Partnership Shape Our Brains, Lives, and Futures, 164
- Obama, Michelle, 181, 323
 objectifs pédagogiques, 229
 objectivité, 110
 Occident
 civilisation, 45, 47, 386
 histoire, 49
 pays, 21, 228, 351
 OCDE, pays de l', 235, 237
 ODD (Objectifs de développement durable), 67, 131, 285, 326, 329
 ondes, 160, 198
 ontologie, 105
 ordre cosmique, 113-114, 311
 ordre mondial, 56
 ordre naturel, 114, 122, 204
 Organisation des Nations Unies (ONU), 18-19, 35, 131, 144-145, 294, 311, 368-369, 377, 379
 Organisation mondiale de la Santé (OMS), 42, 219, 233, 265-266, 268, 270, 276-277
 organisation personnelle, 114, 239, 365
 organisations, 31, 35, 63, 71, 81, 100, 105, 114, 126, 147, 158, 188, 205, 236, 239, 241-244, 246-256, 287, 302, 311, 346, 354, 358, 360, 369-371, 379, 404, 417
 Opale, 242-243, 247, 251-253, 255-256
 Ostrom, Elinor, 32, 80, 159, 211
 ouverture, 20, 26, 108-109, 181, 186, 205, 230, 351, 391
- paganisme, 112
 Paine, Thomas, 258
 paix, 16, 26, 29, 36, 54, 56, 76, 78, 80-81, 91, 141, 161-163, 169, 174-176, 178, 181-182, 184, 191, 193, 204, 213-215, 234, 316, 322, 329, 369, 378, 406, 424
 groupes, 158
 pape
 François, 62, 295
 Jean-Paul II, 206
 Paul VI, 148
 Papouasie-Nouvelle-Guinée, 377
 paradigme, 25, 27, 62, 67, 69-70, 72, 81, 83, 87, 93, 102, 105-106, 108, 130, 142-143, 156, 178, 214, 225, 244-246, 260-261, 263-264, 266, 280, 287, 291, 295, 302, 304, 306, 309, 312, 322, 328, 337-338, 342, 345, 348, 351, 415, 423
 être, 26-27, 244, 264, 322, 337, 342, 423
 simplification, 101, 103
 Paraguay, 134, 323
 parcours personnel, 27, 402
 Parlement des religions du monde, 53, 116, 379-380
 partenaires sexuels, 118
 Patagonie, 254
 pathologie de la raison, 108
 pauvreté, 72, 132, 216, 257-258, 306, 326
 pays
 à revenu élevé, 41-43, 257, 282, 378
 développés, 41, 71, 334
 en développement, 134, 326, 334
 nordiques, 164, 174, 217, 238, 324, 347
 pédagogie alternative, 227
 Penn Resiliency Program, 228

INDEX

- pensée
 complexe, 105, 108-109
 dualiste, 107
 intégrale, 98, 100-101, 205
 simple (réflexion simple), 94
 systémique, 95-96, 98, 108, 204
- période axiale, 19
- permaculture, 126
- Perse, 19, 54
- personnalité, 100, 118, 151
- peste noire, 117
- peuples autochtones américains, 113
- peur, 15, 21, 27-28, 46, 76, 78, 102, 112-113, 118, 146, 160, 164, 167, 193, 220, 222, 251, 254, 260, 272-273, 309, 313, 318, 324, 328, 342, 376, 390
- philosophie, 24, 59, 63, 84-85, 93, 107, 122-123, 133, 149, 206, 239, 288, 293, 350, 387, 410, 412
- Asie de l'Est, 122
- fondements, 19, 378
- gréco-romaine, 24
- occidentale, 25, 84
- politique asiatique, 122
- physique, 49, 105, 197
- abus, 221
- organisme, 201
- physique quantique, 196
- Pickett, Kate. *Voir Pourquoi l'égalité est meilleure pour tous*
- Piketty, Thomas, 331
- Pinker, Steven. *Voir La part d'ange en nous. Histoire de la violence et de son déclin*
- Pinochet, dictature de, 180
- Plaidoyer pour l'altruisme. La force de la bienveillance*, 148
- plan d'action pour une économie circulaire, 328
- Platon, 18, 365
- pleine conscience, 26, 35-36, 78, 91, 131, 157, 163, 184-192, 204, 213, 219-220, 228, 267, 276, 284, 313-316, 383, 385
- mouvement, 187-188
- pratiques, 187-188
- Pluie maya sur l'Andalousie*, 299
- plus grande sagesse, 15
- poids, 118, 282
- polarisation, 110, 178, 181, 210, 346, 348, 351, 353
- politique, 15, 22-23, 25-26, 66, 79-81, 84-85, 87, 91, 110, 133, 149, 160, 163-164, 169, 176, 187, 191, 202, 204, 206, 208, 210, 213, 216-217, 223, 225, 230, 241, 250-251, 255-256, 258, 264-265, 268, 275, 302, 310-311, 337, 348, 350, 352, 356-357, 362, 364, 366, 368, 380-382, 385-388, 390-391, 393, 397, 400, 402-404, 407, 410, 412-415, 421, 423-425
- amour. *Voir Williamson, Marianne*
- être, 22-23, 25-26, 72, 79-83, 87, 91, 95, 163, 169, 176, 187, 203-207, 209-210, 213, 217, 223, 225, 230, 241, 256, 259, 264-265, 268, 275, 302, 310-311, 337-338, 346, 350, 362, 364, 368, 380-382, 385-388, 390-391, 393, 402-404, 407, 415, 421, 423-425
- leaders, 57, 170, 176, 295, 345, 415
- leadership, 15, 143, 407-408
- préférences, 109, 391
- Pollock, Rufus. *Voir The Open Revolution*
- pollution
- effets, 106
- source, 106
- populisme, 109, 151, 351, 360
- extrême droite, 21, 151
- Porter, Michael, 323
- Portugal, 174
- potentialités, 29, 388
- Pourquoi l'égalité est meilleure pour tous*, 171
- prana*, 201
- presencing*, 97
- principe de vérité, 93
- prise de décision, 20, 44, 115, 186, 228, 231, 247, 250, 253, 255, 337, 339, 344, 349, 351, 353, 362-364, 367, 371
- productivité, 86, 120, 186, 189-190, 222, 269, 288
- progrès technologiques, 18, 319
- prophéties, 53

- propriété intellectuelle, 262, 318, 320-321
- prospérité matérielle, 39, 41, 45, 208, 398
- psychologie, 25, 63, 73, 86, 109, 132-133, 137-138, 140, 150, 154, 156, 228, 249, 384, 392, 399
développement, 63, 109
- psychothérapies, 270
- puissance, 17, 19, 23, 27, 29, 45, 64, 71, 78, 111, 122, 136, 149, 156-157, 159, 176-177, 193, 199, 207-209, 217, 239, 242, 247, 250, 252, 264, 273, 285, 287, 308, 318, 320, 324, 338, 345-347, 349, 351-352, 360, 363, 365-366, 368-369, 371, 387, 389, 399-400, 404-405, 407, 410, 413-414, 422
- Putnam, Robert, 151
- quatre forces de l'univers, 197
- Quetzalcóatl, 200
- R'ta (ou Dharma), 113
- Ramakrishna, 199, 401
- rareté, 318
- rationalisation, 108
- Rawls, John, 365
- Raworth, Kate, 329
- Ray, Paul, 21
- réalité, 19, 34, 48, 50, 59-60, 66, 73, 84, 93-95, 98, 101-103, 106-111, 142, 154-156, 158, 167, 170, 183, 194-197, 199-202, 205, 209, 214, 320, 347, 384, 390, 396, 407, 414, 416, 421-423
- réalités, 24, 82, 94, 101, 195, 198, 223, 232, 247, 396
intérieures, 102
- Recherches sur la nature et les causes de la richesse des nations. Voir Smith, Adam*
- réciprocité, 114, 149, 154, 174, 338, 380, 393
- reconnaissance de ses pairs, 247
- réductionnisme, 47-48, 94, 98
- réelle signification, 204
- réflexion, 23, 25, 53, 123, 187, 230, 346, 349
- Réforme, 206
- réformes politiques, 22
- régénération, 69, 124, 202, 288, 302, 322, 328, 337
- régime alimentaire, 140, 267, 269, 281-283, 289 4, 21, 25, 39, 45
- régime post-apartheid, 404
- Règle d'or de réciprocité, 380
- Reiki, 199
- réincarnation, 53, 57
- Reinventing organizations*, 126
- relationnel, 72
- relations interpersonnelles, 86
- religion, 16, 24-25, 49-50, 54-56, 84, 133, 137, 142, 147, 164, 205-206, 346, 378-382
- Religions for Peace, 379
- résilience, 87, 130, 135, 157, 186, 227-228, 286, 288-290, 334, 336, 342, 377
- résolution de problèmes, 115, 228
- respect, 45, 67, 80, 82, 114, 122-124, 159, 164, 186, 209, 214, 230, 281, 284-285, 297-298, 301, 310-311, 323, 350, 380, 402, 422
vie, 80, 284, 380
- responsabilité, 31-32, 44-45, 97, 176, 191, 205, 230, 235, 239, 247, 250, 275, 284, 293, 306, 309, 311, 324, 328, 338, 350, 362, 365, 367, 386, 399-400, 404, 422
- ressources humaines, 252, 328, 335
- revenu universel, 257
- Ricard, Matthieu, 139-140. *Voir Plaidoyer pour l'altruisme. La force de la bienveillance*
- Ricœur, Paul, 412
- Rifkin, Jeremy, 149
- Rivett-Carnac, Tom. *Voir Inventons notre avenir !*
- Rome républicaine, 59
- Rouhani, Hassan (président d'Iran), 144
- royaume
de Dieu, 53
des esprits, 100
- Royaume-Uni, 86, 131, 139, 173-175, 189-190, 192, 228-229, 236, 290, 313, 358
gouvernement, 87
souveraineté, 292

INDEX

- Rumi, 142, 147
 Russell, Bertrand, 258
 Ryan, Tim, 191
- Sachs, Jeffrey, 44-45, 188, 191
 sacré, 16, 114, 281, 383
Sacred America, Sacred World, 350, 398
 Sacred Earth Council, 386
 sagesse, 15-17, 20, 22-25, 34-35, 55, 78,
 80, 91, 93-94, 98, 108, 113, 116,
 118, 122-123, 126-127, 132, 134,
 142, 174, 185, 187, 203-204, 210,
 253, 255, 281, 290, 298, 324, 350,
 363-364, 366-367, 371, 375, 377,
 383, 385-387, 391-395, 403, 405,
 415, 417, 424-425
 de la Terre, 383
 traditionnelle, 98, 132, 391-393
 saint François d'Assise, 114
 Saint-Exupéry, Antoine de, 404
 Salovey, Peter, 226
 Sanātana Dharma, 383
 Sanders, Bernie, 332
 Santa Fe Institute, 104
 santé, 43, 66, 71, 74, 85, 95, 99, 101, 118-
 121, 125, 131, 133, 135, 137-139,
 142, 146-147, 149, 152, 158-159,
 161, 167, 169, 171, 173, 186, 188-
 190, 199, 201-203, 205, 213-219,
 221-223, 227-228, 233, 245-246,
 256, 260-261, 265-269, 271, 275-
 283, 286, 288-290, 294, 302, 318-
 319, 329, 333, 348, 358, 363, 377, 405
 mentale, 42-43, 131-132, 138-139,
 152, 188-190, 268-271, 283, 318
 physique, 87, 118, 120, 267-268
*Sapiens. Une brève histoire de l'humani-
 té. Voir Harari, Yuval Noah*
- Sathya Sai Baba, 225
 Scharmer, Otto, 52, 96
 Schlegel, Friedrich, 85
 science, 15-16, 20, 23, 25-26, 39, 41,
 49-50, 56, 63, 72-73, 84, 86, 93,
 98, 101, 103, 105, 108, 114, 116,
 118-119, 121, 133, 136, 144, 152,
 157, 159, 185-186, 195, 197-199,
 201-203, 206-207, 227, 268, 287,
 344, 381-382, 386, 395, 424
- compétences, 26
 développement, 19
 sciences humaines, 25, 72, 93, 105
 sciences politiques, 25
 scientisme, 47
 Seattle (chef), 117
 II^e concile œcuménique du Vatican, 379
 Seconde Guerre mondiale, 178, 332,
 390, 415
 sécularisation, 20, 378
 sécurité, 20-21, 54, 64, 71, 89, 101, 121,
 169, 207, 209, 214, 218, 251, 259,
 262, 286-287, 290, 303, 305, 311,
 314, 316, 318-319, 356, 367, 369-370
 sélection naturelle, 11, 150, 152-153
 Seligman, Martin, 133
 Sen, Amartya, 207, 323
 Sénégal, 376
 Senghor, Léopold Sédar, 376
 sens de la solidarité, 82, 108, 204
 sens et finalité, 16, 142
 sensibilisation, 231, 387
 séparation, 33, 50, 69, 79, 82, 107, 113-
 114, 143, 221, 230, 251, 341, 344-
 345, 349, 394
 service communautaire, 231-232, 234,
 306
 Shankarâchârya, 59
 shikwakala, 296
*Shinrin yoku. L'art et la science du bain
 de forêt*, 119
 Sierra Club, 293
 Siyyid 'Alî-Muhammad, 54
 Sloterdijk, Peter, 412
 Smith, Adam, 149
 Snel, Eline, 188
 social
 comportements, 77, 118, 143, 155
 contrôle, 80
 conventions, 48
 débat, 101
 équité, 67-68, 287, 329
 ingénierie, 82
 institutions, 16, 56, 60, 73, 155-156,
 164, 169
 paradigme, 27
 progrès, 91, 128, 131, 319, 324

- Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL), programme, 228
- Social Purpose Corporation (SPC) (entreprise à vocation sociale), 256
- socialisme, 143
- société, 15, 17-18, 20-21, 25, 40-41, 45-47, 55, 58, 60, 66, 83-84, 87, 97, 129, 132, 134-135, 143, 148-149, 154, 156, 163, 169, 171-172, 176, 191, 215-216, 223, 225-226, 234, 236, 239, 261, 268-269, 271, 302, 305, 312, 321, 324, 348, 353-354, 358, 366, 388-389, 394, 396
- sociologie, 25
- soi, 20-21, 24, 32, 42, 49-50, 57, 59-60, 64-65, 71-74, 76-77, 80-81, 87, 97-98, 107, 110, 112, 114-115, 120, 124, 133-134, 137-138, 141-142, 150-151, 154, 157, 159, 166, 172, 176, 186, 191, 211, 217, 224, 227-228, 233-234, 244-245, 247-253, 255-256, 273, 275, 284, 291, 294, 310, 314, 318, 331, 338, 345-346, 364-365, 373, 383, 388, 391-392, 396-398, 400-402, 405-406, 409
- compassion, 157
- conscience, 110, 396
- contrôle, 59, 405-406
- expression, 20-21, 71
- maîtrise, 142
- réalisation, 24, 57, 59, 73-74, 81, 144, 224, 318, 388, 397, 400
- soins desanté, 95, 125, 147, 158, 168, 216, 221, 223, 266, 270-271, 279-280
- sondage délibératif, 353
- Sonia (fille), 220
- souffrance, 27, 31, 56, 74, 76-77, 79, 142, 158, 170, 177, 180, 224, 275, 284, 299, 315-316, 399, 406, 415, 421
- Spencer, Herbert, 149
- Spielvogel, Jackson, 411
- spiritualisation, 84
- spiritualité, 16-17, 21, 25-26, 28, 36, 57, 84, 87, 91, 98, 101, 133, 185, 196, 198-199, 317, 380-382, 384, 414
- chemin, 29-30, 34, 50, 78, 142, 311
- développement, 16, 65, 71, 76, 81, 239, 371, 405
- dimensions, 21, 25, 99-100, 201, 383, 402, 413
- évolution, 17, 34, 53, 55-56, 61-62, 346
- guerrier, 29, 384
- guerriers, 102
- guidance, 407
- intelligence, 404-405
- leaders, 18, 401
- maladie, 15, 52, 68
- nature, 22-23, 53, 72, 424
- parcours, 30, 81, 384
- pratiques, 114
- sagesse, 20, 25, 346
- teinte, 201
- traditions, 23, 25, 34, 53, 76, 94, 107, 116, 137, 161, 163, 176, 182, 184-185, 197, 199, 273, 371, 382-383, 385-386
- transformation, 20
- valeurs, 91
- vie, 16, 142
- Sri Aurobindo, 34, 56-62, 66, 76, 83-84, 89, 111, 373, 376, 384, 388, 396, 400-401, 403, 414
- Staline, Joseph, 414
- Stern, Scott, 323
- Stevanovitch, Vlady, 82-83
- Stiglitz, Joseph, 323, 340
- Stone, Christopher, 293
- stress, épidémie de, 184
- Suède, 133, 164, 217, 239, 339
- Suisse, 133, 156, 174, 278, 332, 347, 359, 361
- Suma Qamaña, 123
- Sumaq Kawsay, 123
- Sunim, Hwansan, 197-198
- survie du plus fort, 50, 149, 368
- symbolisme, 60, 366
- syndrome du manque de nature, 118
- stématisation, 101
- système de justice pénale, 190, 304, 308, 310, 313
- système de santé néerlandais, 245
- système monétaire, 340
- systèmes, 17, 27, 52, 100, 104-105, 114
- vivants, 114, 126
- taï-chi-chuan, 82, 199, 381, 384
- Taiwan, 353-355, 360

INDEX

- Tan Tien (ou Hara), 83
 Tang, Audrey, 354
 Tao, 113, 122, 194-195
 taoïsme, 122-123, 384
 Tchouang-Tseu, 122
 Te Awa Tupua Act, 292
 Teasdale, Wayne, 76, 381-383
 technologies, 20, 66, 82, 125, 198, 202, 239, 276, 387
 Teilhard de Chardin, Pierre, 61-62, 160, 376
 temple d'Apollon, 110
 Temple of Understanding, 379
 Tepoztlán (village magique), 200
 Terre, 17-18, 24-26, 28, 30-31, 40, 45, 52-54, 57, 59, 61, 67-69, 71, 76-79, 81, 112-116, 118, 124, 127, 153, 187, 195, 203, 207, 234-235, 262, 281, 288, 290-291, 293, 295-298, 301-302, 324, 329, 362, 369, 375, 380, 383-386, 392, 398, 421-425
 Terre mère, 28, 30, 76, 112-114, 116, 124, 127, 291, 293, 295-296, 302, 422
The Economist, 174
 The Mindful Revolution, 183
The Mystic Heart. Discovering a Universal Spirituality in the World's Religions. Voir Teasdale, Wayne
The New York Times, 116, 202, 227, 334
The Open Revolution, 321
The Price of Civilization. Voir Sachs, Jeffrey
 The Spiritual Evolution of Humanity & Healing Our Mother Earth, 53
 théologie abstraite, 24
 théorie
 changement, 68, 73, 79, 204
 complexité, 103
 cordes, 197
 évolution. *Voir* Darwin, Charles
 intégrale, 63, 65-66, 98-101, 109, 242
 multivers, 197
 relativité, 197
 systémique, 94, 98, 103-104
 tout, 101
 U, 96-97, 108
Théorie des sentiments moraux. Voir Smith, Adam
 thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (Mindfulness-Based Cognitive Therapy, MBTC), 190
 thérapies cognitives comportementales (TCC), 190, 270
 Thich Nhat Hanh, 15, 25, 36, 50, 76, 78, 113, 127, 163, 183-184, 193, 315-316, 384
Time, magazine, 183, 185
 Tobin, James, 258, 340
 Toffler, Alvin, 234
 tolérance, 20, 41, 136, 167, 230, 352
 toltèque
 chaman (citation), 30
 chamanisme, 199, 402
 préceptes, 30
 tradition, 29, 102
 Tomasello, Michael, 153
 Tongdong, Bai, 365
 tous quadrants, tous niveaux, 100
 toxicomanie, 43, 221
 tradition judéo-chrétienne, 112
 traditionalisme, 164, 351
 traitement révolutionnaire, 274
 transcendance, 413
 transformation, 15-16, 19, 23-24, 26, 36, 50, 57, 68-69, 77-79, 84, 87, 100, 105, 131, 142, 150-151, 160, 185, 206, 225, 234, 263, 270, 285, 287, 302, 317, 324, 339, 342, 355, 368, 378, 380, 382-384, 392, 406, 409, 421-422
 traumatismes, 271-272, 399
 tribus ethniques, 100
 troubles du comportement, 74, 227, 283
 troubles du stress post-traumatique (TSPT), 272, 274, 284
 Trudeau, Justin, 180
 Truman, Harry (président des États-Unis), 85
 Trump, Donald (président des États-Unis), 152, 178-179, 181, 404, 415
 Tutu, Desmond (archevêque), 180
 umuntu ngumuntu ngabantu, 393
Un nouveau modèle économique. Développement, justice, liberté. Voir Sen, Amartya

- UNESCO, 31, 161-162, 232
 UNICEF, 216
 Union internationale pour la conservation de la nature (UICN), 295
 unité dans la diversité, 114, 377
 univers, 16, 30, 49-52, 59, 61, 110, 122, 145, 177, 194, 197-199, 234, 253, 297, 375, 423
 conscient, 34, 199
 parallèles, 195, 197
 université, 45, 100, 123
- valeurs, 15, 18, 20-21, 23, 26, 45, 47, 71, 74, 77, 80, 86, 91, 103, 132, 136, 154, 156-157, 164, 168-169, 176, 186-187, 191-192, 196, 204-205, 209-210, 213, 229-231, 233, 236, 239, 248, 251, 256, 276, 288, 305-306, 313, 319, 322-323, 328, 337, 344-346, 350-351, 362-363, 370, 380, 383, 388-389, 391, 393-394, 397-398, 403-404, 424
 systèmes, 63, 389
 universelles, 230
 Valls, Manuel, 412
 velcro, 125
 vérité, 18, 24, 55, 59-60, 80, 84, 101-102, 111, 117, 155, 176, 179-180, 198, 204-207, 210, 345-346, 350, 380, 382-383, 401, 410-411, 422, 424
 vibrations, 83, 199
 vie
 conditions, 48
 espérance, 41, 87, 135, 171, 222, 265, 269, 279
 expériences, 50, 60, 73
 satisfaction, 41, 75, 133-134, 138, 150, 218, 323
 spirituelle chrétienne, 24
 Village des Pruniers, Centre de pratique de pleine conscience du, 36, 78, 101, 108, 163, 180, 192, 224, 229, 314, 321, 338, 384-386
Violence. Our Deadly Epidemic and its Causes, 174. *Voir aussi* Gilligan, James
- vision
 monde, 15, 63, 100, 207, 225, 288, 351-352, 424
 parfaite, 94, 107
 yogique, 57
vivre bien (bien vivre), 123-124
 voie, 122
 Voix, 408-410
 volonté, 29, 407, 410
 Dieu, 53, 383
 Voltaire, 143
 von Clausewitz, Carl, 411
- Wake Up Schools, 229
 Walt Disney, 293
 Warneken, Felix, 153
 Warren, Elizabeth, 332
 Watson, James, 382
 Wilber, Ken, 63, 98, 382
 Wilkinson & Pickett, 171, 173, 175-176
 Wilkinson, Richard. *Voir Pourquoi l'égalité est meilleure pour tous*
 Williams, Pharrel, 144
 Williamson, Marianne, 160, 317
 Wilson, Edward, 153, 382
 Wilson, Margo, 173
 Wohlleben, Peter. *Voir La vie secrète des arbres*
 World Congress of Faith, 379
 World Innovation Summit for Education (WISE), 226
 Wounded Knee, massacre de, 399
- Yellowstone, parc national du, 104, 118
 yin-yang, 107
 yoga, 57, 187, 192, 381
- Zappos.com, 252
 zen, 15, 25, 33, 36, 50, 76, 107, 128, 163, 183-184, 206, 304, 316, 384, 422
 zéro déchet, 114, 327
 Zigoneshi, 392
 Zobrist, Jean-François, 248-249
 Zoroastre, 54
 Zuckerberg, Mark, 259, 263

À propos de l'auteur

Né en 1979 à Paris, Thomas Legrand est un chercheur de sagesse, un scientifique et un professionnel de la durabilité. Docteur en économie, il a étudié le développement international, les sciences politiques ainsi que la gestion. Sa thèse en économie écologique et institutionnelle est consacrée au programme costaricain de paiements pour services environnementaux, qui vise à préserver les forêts tropicales.

Thomas Legrand travaille dans le secteur de la durabilité pour des agences des Nations unies, des entreprises privées et des organisations non gouvernementales. Il intervient entre autres dans le domaine de la conservation des forêts, du changement climatique, de la finance durable, du leadership, en particulier le développement des capacités intérieures pour la durabilité. Il dirige actuellement l'Alliance pour des systèmes alimentaires conscients du Programme des Nations unies pour le développement.

Son chemin spirituel a pris corps à 23 ans avec la rencontre au Mexique de la spiritualité indigène, avant d'embrasser la sagesse d'un large éventail de traditions et de pratiques, y compris la méditation, la guérison énergétique et le taï-chi-chuan. Il vit aujourd'hui avec sa femme et leurs deux filles près du Village des Pruniers, un monastère créé par le maître Zen Thich Nhat Hanh dans le sud-ouest de la France.

Sa recherche spirituelle, sa réflexion en tant que chercheur en sciences sociales et son expérience professionnelle ont peu à peu convergé vers l'importance de la sagesse et de la spiritualité pour la transition en cours de l'humanité. À la recherche d'un moyen d'intégrer cette compréhension dans le débat public, il a consacré une grande partie des dix dernières années à réfléchir sur la façon dont nous pouvons repenser radicalement notre modèle de développement. Le présent ouvrage est le fruit de ce travail.

*