



INTRODUCTION

Nos civilisations se sont construites sur la base de comportements et de technologies allant à l'encontre des interactions naturelles, et le profond déséquilibre écologique que nous observons aujourd'hui, qui remet en question l'avenir de l'humanité, en est la conséquence. Or, les remèdes proposés ne prennent pas en compte toute la dimension du problème et leurs chances de succès semblent très réduites.

Ce guide propose un point de vue singulier sur l'origine du mal et fournit un ensemble d'outils généralistes, puissants, novateurs et mieux adaptés aux défis qui s'annoncent, pour rétablir l'équilibre écologique au bénéfice de la Nature et des générations futures.



PARTIE 1

1. L'Univers, support d'interactions et producteur d'émergences

Cet ensemble qui nous compose et dans lequel nous évoluons repose sur des interactions et émergences qui ont lieu à chaque instant et à toutes les échelles. Les particules subatomiques forment des atomes, des molécules et des agrégats de plus en plus gros et de plus en plus complexes, des planètes aux galaxies, des protéines aux organites, cellules, organes, jusqu'aux organismes et collectivités d'organismes, etc. En résumé, de petits éléments en interaction forment de plus gros éléments dont les propriétés sont différentes de la somme de leurs parties. Et ceux-ci peuvent interagir à leur tour, reproduisant ce cycle tant que les conditions le permettent. Animée par une relation de cause à effet, de la simplicité naît la complexité.

1.1 Principe de fonctionnement

Voici un modèle pour mieux comprendre ces mécanismes.

Est défini par **interacteur** tout élément permettant d'interagir selon des **critères d'interaction** spécifiques. Un critère d'interaction est simplement une opération ou une combinaison d'opérations. Un interacteur est en interaction avec un autre interacteur si celui-ci est soumis à des critères d'interaction identiques. Les espaces d'interaction définis par des critères d'interaction identiques sont appelés **couches d'interaction**.

Ces couches se succèdent, respectent un principe de causalité et sont ordonnées selon leur **rang** ($n-1$, n , $n+1$, etc.). Si le résultat d'une interaction crée un nouvel interacteur, on appelle alors celui-ci **émergence d'interaction**. Ce nouvel interacteur aux critères d'interaction qui lui sont propres peut maintenant interagir au sein d'une couche d'interaction de rang supérieur s'il est en présence d'autres interacteurs de même type. On appellera **objet** l'interacteur de la couche de rang n et **condition** la couche d'interaction et ses interacteurs de rang $n-1$ dont il est issu. Ces couches s'additionnent et se complexifient, on parle d'**arborescence** ou de **séquence** (*voir fig. 1*).

Des arborescences différentes peuvent partager des couches identiques. Celles-ci composent ce qu'on nomme l'**échelle des couches d'interaction**. Une échelle partielle

est appelée **sous-système** et peut être composée d'une ou plusieurs arborescences. Une échelle complète, c'est-à-dire qui comprend tous les rangs et arborescences, est appelée **système**.

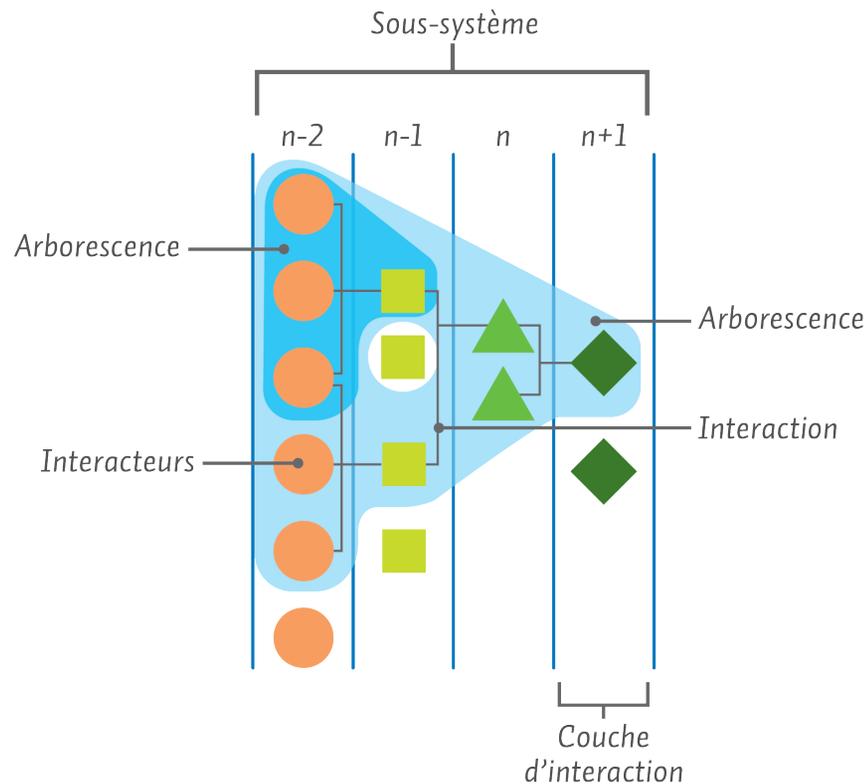


Figure 1. Les couches d'interaction et leurs interacteurs.

Le principe de causalité auquel l'arborescence d'un objet, sous-système ou système est soumise implique que si une ou plusieurs couches de rangs inférieurs à n disparaissent, la couche de rang n et toutes les couches de rangs supérieurs disparaissent. De plus, des sous-systèmes partageant une majorité de couches vont avoir

tendance à s'associer et interagir ensemble tandis que ceux qui n'ont qu'une minorité de couches en commun vont avoir tendance à se dissocier.

Soumises aux contraintes physiques, la répétition des interactions dans le temps met en évidence des différences de durée d'existence des sous-systèmes. En effet, la **résilience** (ou persistance) d'un sous-système, et donc sa probabilité d'exister, augmente selon le nombre de couches qu'il partage avec d'autres sous-systèmes et selon la redondance et la diversité des arborescences qui le composent. Elle augmente également si ce sous-système maintient ou renforce l'intégrité de ses objets et conditions. On appelle cela **résilience positive**. En revanche, elle diminue si le sous-système ne dispose pas d'un nombre suffisant d'arborescences, impliquant un manque de diversité et de redondances, ou s'il perturbe les conditions desquelles il dépend pour exister. On parle alors de **résilience négative**, car la persistance d'un tel sous-système n'est qu'apparente et très temporaire.

1.2 Ce même modèle appliqué au réel

A chaque instant, tout point de la réalité est l'expression physique du processus de cause à effet qui s'est produit depuis la création de l'Univers. Cette durée, allant de la première cause ayant produit le premier effet jusqu'aujourd'hui, est l'âge absolu du système *Univers* duquel il est possible d'extraire des séquences de

tailles et de durées plus courtes relatives aux sous-systèmes que l'on choisit d'observer. Actuellement, tout élément physique, être vivant, production matérielle ou immatérielle de l'esprit, etc., est l'aboutissement d'une arborescence vieille de 13,7 milliards d'années. Et le découpage en formes, en entités, en êtres, en périodes, en arborescences, en sous-systèmes, en conditions ou objets n'est qu'une extraction conceptuelle de l'esprit.

Les sous-systèmes *Terre*, *Vie sur Terre* (ou **Éco**) et *Humanité* sont inclus dans l'arborescence du système *Univers* (voir fig. 2). Ils ont tous un certain nombre de couches en commun, puis apparaissent des dissociations. Il y a tout d'abord le sous-système *Terre* avec toutes ses interactions physiques et chimiques. Il couvre le monde dit de l'inanimé. Puis commence le sous-système *Éco*, c'est-à-dire le monde animé, qui présente des couches d'interaction supplémentaires comme la capacité de reproduction, de symbioses, de prédation, etc. Il partage avec le sous-système *Humanité* la biologie et les interactions biochimiques du corps humain ainsi que les comportements évolutionnistes de l'espèce humaine. Puis se détache un certain nombre de couches faisant partie du sous-système *Humanité*, mais n'interagissant plus selon les critères d'interaction de logique évolutionniste du sous-système *Éco*. Nous appellerons cette excroissance l'**Égo**.

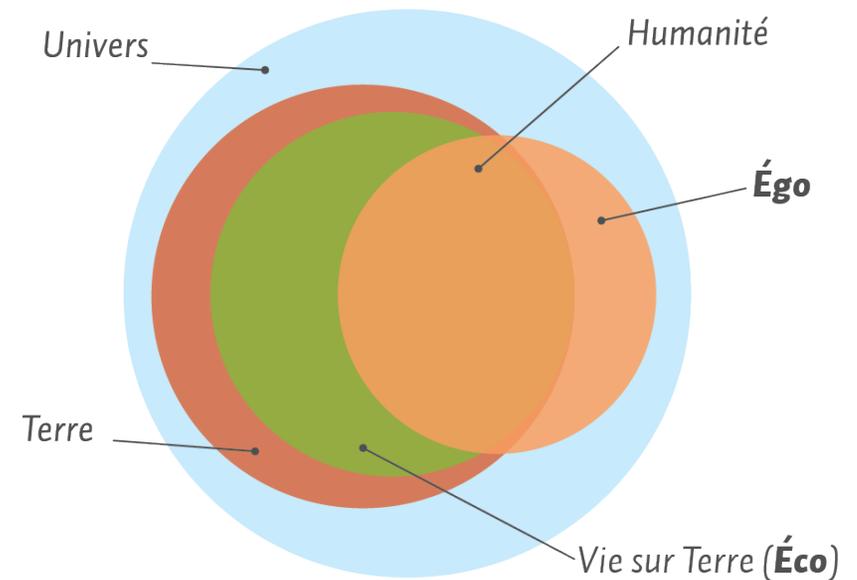


Figure 2. Imbrication des sous-systèmes *Terre*, *Éco* et *Égo*.

1.3 Qu'est-ce que l'**Égo** ?

Égo est défini comme étant le sous-système comprenant l'ensemble des interactions et couches d'interaction, autrement dit les arborescences, qui n'interagissent plus en résilience positive avec le sous-système *Éco*. Sont inclus de manière non exhaustive les interactions sociales, politiques, économiques, historiques, technologiques ou encore psychiques ainsi que les objets matériels ou immatériels que ces arborescences produisent. **Porté par l'esprit, il est l'expression d'une capacité spécifique à l'espèce humaine : celle de pouvoir faire interagir des interacteurs virtuels dans des couches d'interaction virtuelles selon des critères d'interaction qui ne sont pas nécessairement soumis aux principes évolutionnistes,**

aux contraintes physico-chimiques et aux durées d'interactions qui s'appliquent au sous-système *Éco*.

Outre des temps de traitement bien plus courts, cette capacité permet la sélection arbitraire des interacteurs nécessaires à la création d'émergences souhaitées, d'utiliser des critères d'interaction abstraits ou encore de créer des sous-systèmes permettant de faire ce travail plus efficacement.

Au service de lui-même et ne cherchant pas à maintenir nécessairement les conditions et objets dont dépend son existence, ses émergences d'interactions renforcent la dissociation entre *Humanité* et *Éco*. Pire encore, il tend à générer des sous-systèmes aux arborescences de plus en plus distantes du sous-système *Éco*, et même d'*Humanité*, comme en témoignent les excursions dans les domaines de la robotique, de l'informatique et de la réalité virtuelle. Idéalement, *Égo* ne devrait plus faire qu'un avec le sous-système *Éco* et n'être qu'une extension continue de celui-ci. Et puisque c'est dans l'esprit que naît *Égo*, c'est d'abord sur celui-ci qu'il faut agir.



PARTIE 2

2. L'esprit au cœur de l'interaction

Également construit sur le principe de causalité, d'interacteurs et de couches d'interaction propres à tout sous-système, l'esprit génère les pensées et paroles et peut interagir avec le réel par l'intermédiaire du corps en agissant physiquement sur les sous-systèmes autour de lui. Ces mécanismes internes ont un rôle déterminant sur ce qu'il décide de faire, ce qu'il fait et comment il le fait. Pour pouvoir rétablir l'union entre *Égo* et *Éco*, il est nécessaire de changer les conditions et objets de l'esprit en brisant les liens de cause à effet existants pour repartir sur de nouvelles arborescences produisant des émergences plus compatibles avec les principes de résilience positive et de comportements collectifs observés en Nature.

2.1 Extraire l'esprit de son conditionnement superficiel actuel

Pour pouvoir prendre des décisions et agir efficacement suivant les informations dont il dispose, l'esprit fait intervenir une multitude de couches d'interaction effectuant des tâches spécifiques selon des critères d'interaction prédéfinis. Son fonctionnement est donc conditionné. Ce conditionnement est superficiel si les couches concernées sont acquises et conscientes, profond si elles sont innées et inconscientes.

La première étape consiste à extraire l'esprit du conditionnement superficiel et de ses interactions directes avec le sous-système *Égo* sous sa forme actuelle. **Cette opération est réalisée par une distanciation physique et intellectuelle avec les modes de vie et buts imposés par la société qui sont en contradiction avec le sous-système *Éco*, leur promotion dans les cercles familiaux, amicaux et, dans une plus grande mesure, sociaux, l'Histoire et ses répercussions dans le présent ou encore la culture de l'individu et des comportements individuels.** Ceci peut prendre la forme d'un voyage, d'une retraite, d'une intégration à une communauté fondée sur les mêmes principes ou encore d'une réclusion partielle ou totale en Nature.

2.2 Extraire l'esprit du conditionnement profond

Cette première étape entamée, il est maintenant possible d'effectuer ce même travail sur les couches d'interaction profondes où se trouve le conditionnement inné. **Dans cette partie inconsciente de l'esprit, il se manifeste sous plusieurs formes dont la première concerne les réactions conditionnées d'envie pour les sensations agréables et d'aversion pour les sensations désagréables.** En effet, la raison essentielle derrière l'accumulation excessive d'expériences sensorielles et de biens de consommation est le besoin de vouloir combler un sentiment permanent d'insatisfaction par des objets extérieurs. Une fois obtenus, la gratification qu'ils procurent n'est que temporaire et le réflexe immédiat de l'esprit est d'en rechercher de nouveaux, stimulant ainsi indéfiniment le processus. L'aversion, quant à elle, motive un ensemble de comportements impliquant la volonté d'éviter, voir de rejeter telle ou telle chose, personne ou situation à l'origine d'une sensation désagréable. Mais en apprenant à contenir ses envies et à maîtriser ses aversions, c'est-à-dire en demeurant équanime, l'esprit accède au contentement et il ne cherche plus à produire ou consommer des objets extérieurs ni à justifier des comportements défensifs ou de peur.

Le deuxième conditionnement profond est la réponse combat-fuite. En effet, lorsqu'il est confronté au danger, l'esprit n'a de choix que de combattre, ne rien faire ou fuir. L'avenir sombre et difficile que tous les modèles

scientifiques semblent prédire est déclencheur d'une de ces trois réactions, et la volonté de fuir prédomine. Elle se caractérise par le repli sur soi, l'installation dans une routine de travail et d'existence, l'utilisation de psychotropes, l'évasion dans les jeux vidéos, les mondes oniriques, l'art ou encore les biens de consommation. À mesure que la situation se dégrade et tout en continuant d'être alimenté, ce déni de réalité s'accroît et se renforce, produisant encore plus de déni. Seul le combat apparaît comme salutaire, mais il doit être mené dans le réel, de manière non-violente, maîtrisée et réfléchie.

Le troisième conditionnement, plus profond et en quasi-totalité responsable de l'existence du sous-système *Égo*, est celui de la notion d'individu, du « je ».

2.3. « Je » est une construction mentale

Le « je » est une couche fondamentale du sous-système *Égo* et son influence est omniprésente dans les arborescences qui le composent. Il conditionne en grande partie le comportement individualiste et dominateur de l'espèce humaine et empêche toute réflexion collective et impartiale. Pourtant, il ne repose sur aucun concept réel et son existence n'est qu'une présomption de l'esprit.

Est-ce le corps ? Celui-ci est construit selon l'expression des gènes dans un environnement donné, dont une moitié provient de la mère et l'autre du père. Selon les mêmes

règles, chaque individu a le quart des gènes de chacun de ses grands-parents, le huitième des gènes de chacun de ses arrière-grands-parents, etc., jusqu'à avoir des fractions infinitésimales des gènes des espèces ayant fait partie de l'arbre généalogique de l'espèce humaine. Sont-ce les cellules du corps ? Il y a dix fois plus de bactéries qui habitent le corps et qui participent à son bon fonctionnement que de cellules de l'organisme. Sont-ce les molécules, atomes et particules subatomiques qui font la matérialité du corps ? On peut les trouver dans des configurations identiques ou différentes dans d'autres éléments physiques ou biologiques. Est-ce la personnalité ? Celle-ci est conditionnée par des comportements innés ainsi que par l'apprentissage issu de l'expérience, la culture ou encore l'environnement social. Est-ce le produit des interactions avec l'environnement ? Est-ce la place occupée en société ? Sont-ce les caractéristiques de chacun des points mentionnés précédemment ajoutées l'une à l'autre ? La réponse est évidemment négative, le « je » n'est rien de tout cela.

Simple à concevoir intellectuellement, cette réalité n'est pourtant pas comprise par l'esprit comme en témoignent ses comportements individualiste ou relativiste. **Pour l'obliger à adapter sa perception, son fonctionnement et éliminer toutes les couches d'interaction impliquant le « je », l'esprit doit intégralement faire l'expérience de cette réalité en l'observant.** La méthode la plus efficace et recommandée pour cela est la méditation.

2.4 Méditer pour éliminer tous les conditionnements de l'esprit

La méditation consiste à porter l'attention de l'esprit sur un objet matériel ou immatériel. Il existe de nombreuses techniques et chacune a son propre objectif. Pour pouvoir modifier le conditionnement des couches les plus profondes et les comportements de l'inconscient, il faut porter l'attention sur les sensations du corps. En les observant de manière équanime et en ayant connaissance de leur caractère impermanent et impersonnel, l'esprit peut accéder à une nouvelle compréhension de lui-même et, par extension, de la réalité. Fondée sur l'expérience et non plus sur un concept intellectuel, l'illusion du « je » est vécue. Celui-ci finit par disparaître ainsi que tous les objets qu'il génère. **Les réactions d'envie, d'aversion, de combat-fuite et beaucoup d'autres ne trouvent plus de justification. L'esprit est libéré de son conditionnement et peut enfin décider d'agir comme bon lui semble. S'ouvre alors une nouvelle ère de l'écologie portée par la paix, l'amour, le contentement et la clarté de raisonnement, et incarnée par ce qu'il convient d'appeler les écomaines.** Ce travail est long et la dissolution du « je » est progressive, mais il est une condition nécessaire pour une action réussie en faveur de la Nature.



PARTIE 3

3. Apprendre à interagir avec le sous-système *Éco*

Libéré progressivement de ses réactions, l'esprit peut commencer à passer à l'action. Pour cela, il est important de mieux comprendre un certain nombre de mécanismes écologiques structurant les interactions d'*Éco*, de replacer l'être humain à l'intérieur de celui-ci et de fournir des outils pratiques pour rendre son action plus efficace.

3.1 *Éco*, l'arborescence de la vie

Le processus qui produit du vivant fait intervenir des arborescences dont les premières couches sont des interactions chimiques spécifiques. Du fait de leur comportement statistique et collectif, la complexité de certaines molécules fait émerger les formes cellulaires et leurs fonctions. Ensuite, le comportement collectif des cellules produit les formes et fonctions des organes. L'association d'organes donne les organismes. Eux-mêmes interagissent avec d'autres pour composer les écosystèmes et l'ensemble forme *Éco*.

À chaque étape et dans le cadre de contraintes physiques, des formes associées à des comportements interagissent selon des critères d'interactions et deviennent une fonction du sous-système auquel elles appartiennent.

Un être unicellulaire ou pluricellulaire sont fonction de la biosphère dont les critères d'interaction sont définis par son alimentation, ses capacités de déplacements, sa constitution, la taille de sa population, etc. Seul, il n'est rien et il n'est fonction que parce qu'il est mis en interaction dans ce sous-système. De fait, *Éco* est construit selon une intrication extrême de fonctions telle que chaque être vivant est soit contenu dans un autre organisme, soit contient d'autres organismes.

Cette résilience est notamment renforcée par la dispersion temporelle et spatiale de l'information génétique au sein des organismes, par une persistance des êtres dans le

temps offrant une superposition temporelle permettant encore plus d'interactions, par la capacité de réutiliser les blocs d'assemblage ayant servi à produire des êtres pour en nourrir ou constituer d'autres ou encore en établissant un environnement favorable à son existence par la rétroaction positive sur le sous-système *Terre* le protégeant ainsi des conditions extrêmes présentes dans l'espace. **Soumis à l'épreuve du temps et des contraintes physiques, *Éco* est l'incarnation dans le réel de l'ensemble des stratégies ayant permis la continuité des interactions qui le composent.**

3.2 L'être humain, une fonction d'*Éco* parmi tant d'autres

L'existence de l'être humain est fondamentalement et intrinsèquement dépendante de celle du sous-système *Éco*. En effet, il lui est impossible de reproduire à l'identique toute la richesse, la complexité et la qualité des interactions observées en Nature. Ses actions sont grossières, unidirectionnelles, parfois périlleuses, et ne sont réalisables que parce qu'elles sont absorbées par la résilience d'*Éco*. **Ne pouvant donc le remplacer ni s'en défaire complètement, il ne lui reste que la possibilité d'interagir différemment en déterminant la fonction qu'il doit occuper au sein des écosystèmes selon ses capacités physiques, intellectuelles et interactionnelles, à l'échelle de l'individu et de l'espèce.**

S'appuyant principalement sur son esprit et aidé par

l'observation, la science et la technologie, il peut agir sur une multitude de couches d'interactions, couvrant de nombreuses portions du sous-système pour réparer, remplir, voir améliorer certaines fonctions. Et mettre au service de la Nature, et non de lui-même, toutes les compétences de compréhension des phénomènes, d'anticipation et d'action dont il dispose.

3.3 Principe d'interaction esprit-matière ou l'art de faire

S'inspirant de la réalité, il est possible de construire une méthode permettant à l'esprit de produire efficacement les émergences qu'il souhaite : c'est l'art de faire.

Le premier principe est l'ici et maintenant. "Ici" est la localisation où se produit l'action, c'est-à-dire dans le sous-système *Éco*, en présence d'autres interacteurs appartenant à celui-ci et en interagissant avec eux. Ceci ne peut se faire à distance ou avec un autre sous-système. "Maintenant" est la temporalité de l'action et des interactions dans *Éco*. Cela ne peut se faire dans le futur, dans le passé ou avec un sous-système ayant un référentiel de temps différent. **Ensemble, ces deux notions essentielles permettent l'incarnation**, ou transposition immédiate dans le réel d'un comportement, d'un objet ou d'une interaction. Sans cela, les créations ou actions quittent rarement la sphère de l'esprit ou sont souvent remises à plus tard.

Le deuxième principe porte sur la continuité de l'action.

En effet, puisqu'une action accomplissant une séquence est portée par l'esprit, la continuité de réalisation de cette séquence dépend de la continuité de l'attention que l'esprit lui porte. Ainsi, et durant tout le processus de cause à effet, il doit demeurer imperturbable et étranger aux séquences qui ne servent pas à l'avancement du processus. Celles-ci peuvent provenir de situations extérieures, de personnes ou d'interférences de l'esprit comme certaines émotions ou pensées hors contexte. La continuité d'attention permet d'augmenter la vitesse d'exécution d'une séquence et d'accroître ses chances d'aboutir.

La suspension du jugement constitue le troisième principe.

Un esprit peut perdre sa détermination à remplir une tâche s'il l'évalue négativement ou s'il n'en voit que la complexité. En fait, quelle que soit la taille ou la difficulté réelle ou perçue d'un projet ou d'une action, ce n'est qu'une suite d'éléments et d'opérations simples qu'il faut mettre bout à bout. Aidé des deux premiers principes, l'esprit ne doit se concentrer que sur l'opération qu'il est en train d'effectuer (voir fig. 3). Ainsi, il se libère d'une charge émotionnelle et intellectuelle potentiellement forte pour disposer pleinement de ses capacités mentales. Et rien ne lui apparaît plus comme impossible. Le progrès dans la maîtrise de ces trois premiers principes fondateurs dépend du progrès réalisé en méditation.

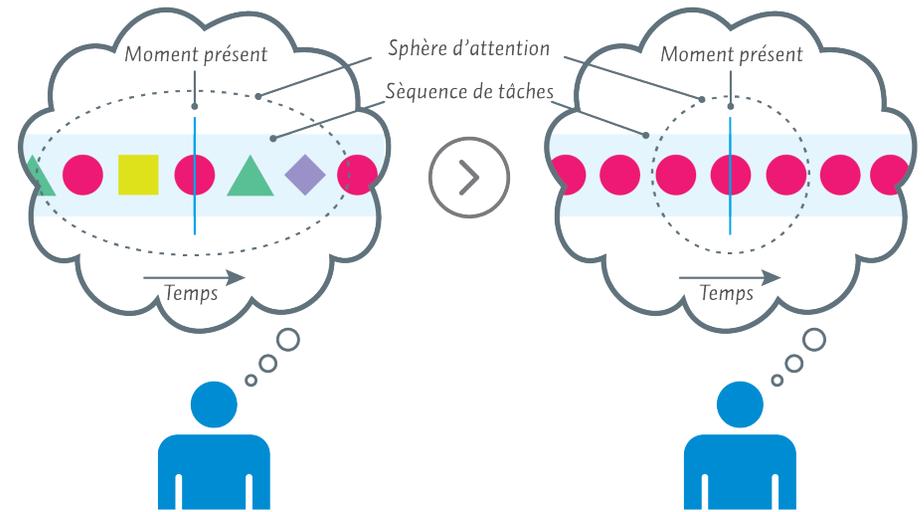


Figure 3. Exemple d'un esprit dont l'attention devient continue et focalisée sur une tâche.

Le quatrième principe repose sur la qualité du choix des interacteurs.

En connaissant l'objet à réaliser, il est possible de choisir les conditions, ou interacteurs, nécessaires. Et inversement, en prenant en compte un certain nombre d'interacteurs, il est possible d'en déduire les émergences probables. La qualité du choix des interacteurs est donc importante et, en cela, *Éco* offre un champ d'exemples vaste et extrêmement diversifié.

Le sens du réalisme caractérise le cinquième principe.

Toutes les histoires et illusions ne reposent que sur une vision altérée de l'appréciation de la réalité. Elle est souvent involontaire, car les sens sont réducteurs et l'esprit très sélectif. Cette altération est d'autant plus grande lorsqu'elle se combine à un déni de réalité. Ce manque de réalisme peut se retrouver dans les créations

et actions et les rendre inapplicables car incompatibles avec le principe de causalité et les lois de la physique. Dans la limite des sens et des outils conceptuels, pour être au plus proche de la réalité, il faut procéder à un déni d'illusion. Cette possibilité est offerte par la science qui porte un regard impartial sur la réalité. En s'en inspirant, il est possible de créer des objets plus conformes et mieux à même d'interagir avec le réel.

Le sixième principe concerne la cohérence de l'action.

Qu'il s'agisse des raisons motivant un passage à l'acte ou la manière dont il est réfléchi et accompli, il est nécessaire d'aligner pensées, paroles et actions pour qu'il y ait un renforcement mutuel bénéfique de ces éléments améliorant l'efficacité, la cohérence et les capacités d'action.

Enfin, le septième et dernier principe consiste à observer le réel pour obtenir un retour d'information sur le fonctionnement de l'esprit. Le meilleur moyen d'évaluer une tâche et de déterminer son état d'accomplissement est d'observer son empreinte dans le réel. De nombreuses informations sont disponibles et peuvent renseigner sur le degré de réalisme, la qualité du choix des interacteurs et leur cohérence. Mais il est également possible d'y observer les traits de l'esprit sous leurs formes matérialisées. En effet, une fois l'action réalisée ou l'objet produit, les adjectifs servant à les qualifier peuvent s'appliquer à l'esprit. Ceci permet une lecture sans ambiguïté des traits

de l'esprit et de ses processus internes pour pouvoir les modifier et les améliorer si besoin.

Mis en pratique et continuellement répétés, ces principes améliorent considérablement les capacités d'action de l'esprit ainsi que ses capacités d'interaction avec *Éco*.

3.4 L'interaction écologique

Pour produire des interactions dans les arborescences d'*Éco*, **le premier geste consiste à quitter les environnements comme les villes et villages, dont la densité de population et les buts entretiennent *Égo*, pour se rendre en Nature et interagir avec elle dans un cadre identique et soumis aux mêmes contraintes.** Afin de faciliter cette transition et d'augmenter ses chances de réussite, il est recommandé de rejoindre une communauté d'individus disposant d'un terrain ou d'un groupement de terrains, ayant des connaissances sur la faune et la flore locales et ayant pour objectif de vivre ensemble en résilience positive avec leur écosystème. Pour que ce projet aboutisse, l'interaction entre les membres doit se faire dans le respect de chacun, en communiquant honnêtement et en agissant volontairement. La personnalité et ses angles doivent être adoucis pour une meilleure adaptation au groupe et, sans rien attendre en retour, le comportement doit être apaisé et au service du bien commun.

La deuxième étape consiste à interagir avec *Éco*

en faisant intervenir un maximum d'interacteurs biodégradables, ou réutilisables, et en ayant le plus de couches d'interaction en commun avec lui. Les relations de symbiose, de mutualisme et d'interdépendance doivent être mises en place avec d'autres éléments de ce sous-système pour en augmenter la résilience. Dans la mesure du possible, il est nécessaire de se soumettre aux mêmes contraintes en ne tirant de l'énergie que du produit de la photosynthèse et des réactions biochimiques, de se contenter de peu en faisant le sacrifice de ses besoins inutiles et de ses moyens disproportionnés. Bien entendu, la préservation du sous-système *Terre* est également à prendre en compte car elle est le support d'*Éco*.

Et finalement, en demeurant attentif, lucide et déterminé, les croyances et illusions humaines doivent être délaissées au profit d'un savoir issu de l'expérience des interactions bénéfiques avec *Éco* et mis au service de l'ensemble des êtres vivants. Le temps de l'être et du faire a remplacé celui du rêve et des histoires. Ainsi se développe l'écomoine et, ce faisant, *Égo* devient *Éco*.

CONCLUSION

La méthode présentée dans ce guide est complète et cohérente et n'aura d'impact que si le lecteur décide d'en suivre personnellement les recommandations. Par ses propres efforts et avec persistance dans son travail, des progrès vont apparaître et des résultats positifs sur lui-même et sur la Nature vont se produire. En revanche, la lecture seule de cette méthode n'aura que très peu d'effet.

Il est important également de comprendre que, bien qu'efficace, elle n'empêchera pas le désastre qui s'annonce car l'inertie des forces qui sont en mouvement est bien trop importante. Mais elle donne les outils nécessaires permettant d'envisager de nouvelles pistes d'interaction permettant de mieux s'adapter aux évolutions futures d'*Éco* et elle rend à l'espèce humaine l'espoir de lendemains meilleurs.