



## Vieillir en pleine conscience

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Vieillir en pleine conscience

*Ram Dass*

**Vieillir en pleine conscience** Ram Dass

 [Télécharger Vieillir en pleine conscience ...pdf](#)

 [Lire en ligne Vieillir en pleine conscience ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Vieillir en pleine conscience Ram Dass

---

223 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

La première édition de *Be Here Now* (Ici et maintenant) remonte à 1971. Cet ouvrage se faisait l'écho des enseignements que j'avais reçus dans les années soixante au contact des champignons hallucinogènes, puis de mon maître, Maharaji. Ces deux expériences m'avaient notamment permis de découvrir d'autres plans de conscience et de réaliser dans le même temps combien nous avons habituellement une perception limitée de chaque instant et de nous-mêmes. Lorsque nous nous en rendons compte, nous pouvons prendre du recul face au caractère dramatique de l'existence.

Les champignons puis mon maître m'ont énormément transformé. Ils ont surtout ouvert le cœur de Richard Alpert (mon nom à la naissance) et m'ont poussé à me mettre au service des autres. En partageant mes expériences et en expliquant comment je les avais abordées, j'avais l'impression d'ouvrir des voies qui permettraient à chacun d'éveiller son esprit. Chez moi, la compassion semblait vouloir s'exprimer de cette façon. M'estimant incroyablement comblé par les années soixante, je souhaitais répandre cette grâce autour de moi. Les conférences, les livres, les cassettes audio et vidéo ont alors été autant de moyens de partager ma vie avec les autres. Un jour, Gandhi a dit que son existence était son message ; c'est ce à quoi j'aspirais. Alors que j'ouvrais mon cœur, j'ai soudain été confronté aux nombreuses formes de souffrances qui affectent mes semblables. J'ai alors décidé de faire mon possible pour les aider. Après avoir lu *Ici et maintenant*, des prisonniers m'ont écrit, et j'ai réalisé que de nombreuses personnes incarcérées peuvent effectuer un véritable travail spirituel. J'ai donc lancé le Prison Ashram Project.

J'ai ensuite constaté combien les Occidentaux sont effrayés à l'idée de la mort et combien cette crainte les fait souffrir. Quel contraste par rapport à ce que j'avais vu en Inde ! Les habitants de ce pays ont une tout autre compréhension de la mort puisque, selon eux, l'âme perdure. Je voulais partager cette conception, d'où la mise en œuvre du Dying Project. Au fil des ans, j'ai ainsi accompagné de très nombreux mourants, dont ma mère, mon père, ma belle-mère ainsi que des personnes souffrant du sida ou du cancer. À chacun j'ai apporté ce que j'avais à partager, c'est-à-dire ma connaissance d'autres plans de conscience et de la manière dont ils affectent notre perception de la vie et de la mort.

Je me suis également intéressé aux institutions sociales qui oeuvrent à travers le monde afin de voir si la voie spirituelle que je suivais pouvait être étendue à l'action sociale. Un couple d'amis qui était en train de créer la Seva Foundation m'a invité à me joindre à eux. Nous oeuvrons depuis lors avec des médecins et des activistes en Inde, au Népal et au Guatemala, auprès des Indiens d'Amérique et dans les villes américaines. D'autres amis, qui se demandaient comment le travail - l'institution la plus puissante de notre société - pourrait être éclairé par la dimension spirituelle de l'esprit, avaient fondé le Social Venture Network. Hommes d'affaires compatissants, ils m'ont demandé de bien vouloir venir travailler avec eux. J'ai donc rejoint le conseil d'administration de *Creating Our Future*, une organisation destinée aux adolescents qui souhaitent éclairer leur vie à la lumière de l'esprit. Je me suis engagé auprès de ces organisations car elles essayaient de prévenir la souffrance dans des domaines qui me correspondaient. La recherche de réponses spirituelles à nombre de nos problèmes m'attire comme d'autres se sentent concernés par la faim dans le monde ou l'alphabétisation. Présentation de l'éditeur

En Occident, où prévaut le mythe de la jeunesse éternelle, le fait de vieillir est une source de souffrance et reste un sujet tabou.

Dans cet ouvrage, Ram Dass - plus connu sous le nom de Richard Alpert -, ancien professeur de psychologie à Harvard et figure culte de ce qu'on a appelé la «Génération Woodstock», nous aide à explorer la douleur, mais aussi les joies et les opportunités que nous offre l'automne de notre vie. À son humour si caractéristique et à sa grande sagesse se mêlent des anecdotes autobiographiques qui nous livrent un regard neuf sur ce qui

nous attend, ainsi que des exercices de méditation qui nous permettent d'intégrer ses enseignements au quotidien.

Ram Dass nous parle avec bon sens du vieillissement, du changement et de la mort, espérant ainsi contribuer à ce que nous vivions plus aisément ce processus tumultueux qui peut se révéler merveilleux.

Ram Dass a créé la Seva Foundation qui oeuvre aux États-Unis auprès des victimes du sida et des déshérités.

Biographie de l'auteur

Ram Dass a créé la Seva Foundation qui oeuvre aux États-Unis auprès des victimes du sida et des déshérités.

Download and Read Online Vieillir en pleine conscience Ram Dass #9AM7V2SJCZW

Lire Vieillir en pleine conscience par Ram Dass pour ebook en ligne Vieillir en pleine conscience par Ram Dass Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Vieillir en pleine conscience par Ram Dass à lire en ligne. Online Vieillir en pleine conscience par Ram Dass ebook Téléchargement PDF Vieillir en pleine conscience par Ram Dass Doc Vieillir en pleine conscience par Ram Dass Mobipocket Vieillir en pleine conscience par Ram Dass EPub  
**9AM7V2SJCZW9AM7V2SJCZW9AM7V2SJCZW**