

Congrès UES, Valencia, octobre 2014

Atelier « Modélisation Mathématique des Systèmes Complexes »

Vers un modèle quantique pour la méditation

François Dubois (AFSCET) et Christian Miquel (Formateur Mindfulness MBSR)

Ce travail se place dans le cadre de l'hypothèse fractaquantique : si l'approche quantique est applicable à toutes les échelles indivisibles de la nature, quelle que soit leur taille, peut-elle également s'appliquer à l'homme ? Nous nous intéressons d'abord aux états les plus courants de l'existence humaine : nous admettons que la vie quotidienne, avec ses joies et ses peines, ses désirs et ses frustrations, correspond à autant de modulations et de « sous-états excités » d'un état fondamental. La roue des émotions de Plutchik permet ainsi de montrer comment les huit émotions de base (joie, peur, dégoût, colère, tristesse, surprise, confiance, anticipation) peuvent chacune passer par trois degrés ou variations d'intensité différentes, avec, à chaque fois, une fluctuation accompagnée probablement de micro-sauts d'énergie correspondant. Un même passage de l'état fondamental ou apaisé à des états d'excitation plus forts se manifeste dans le passage de l'état fondamental à l'état amoureux, voire à l'état mystique.

Pour aller plus loin dans l'exploration des états dits supérieurs de conscience, nous invitons ensuite à appliquer ces éclairages quantiques à l'exploration des états de méditation qui ont l'avantage d'avoir été longuement décrits dans plusieurs traditions, notamment bouddhistes et hindouistes. Nous cherchons quels états d'énergie sont explorés lors de la méditation : s'agit-il d'un approfondissement de la structure « hyperfine » de l'état fondamental de l'homme, ou bien s'agit-il d'états analogues à l'extase amoureuse, voire à des états mystiques de très haute énergie ? A la lumière des recherches en neurosciences et des sciences cognitives contemporaines initiées notamment par Varela pour mieux comprendre le processus de la méditation, nous faisons l'hypothèse que les premiers stades de la méditation assise consistant à revenir en soi, reviennent à explorer l'état fondamental de l'homme, en se rendant attentif à ses structures hyperfines et à tous les micro-événements ou excitations éphémères qui peuvent se produire au cours de la méditation. Les voies de méditation centrées sur la dévotion, mais aussi les méditations basées sur l'amour bienveillant et la compassion étudiées entre autres par Matthieu Ricard, semblent témoigner du passage à l'état amoureux, avec une intensité d'énergie et d'amour en rupture avec les sentiments habituels. Nous nous intéressons enfin aux états avancés et ultimes de conscience auxquels peuvent mener les méditations bouddhistes et hindouistes, notamment les différents stades d'absorption et de concentration de l'esprit, *dhyanas* et *samadhi*. Les états relatés de joie, félicité, ravissement, extase, sérénité, équanimité, semblent bien témoigner du passage à un état mystique d'intensité supérieure, en accord d'ailleurs avec les expériences des grands mystiques, quelle que soit leur tradition. A moins que, notamment dans le bouddhisme, il s'agisse en même temps du retour apaisé à la nature fondamentalement apaisée de l'esprit...

La fin de l'article s'interroge le mécanisme de changement de ces états d'énergie de l'homme, en faisant l'hypothèse fractaquantique que, toute interaction entre niveaux d'énergie étant médiatisée par un boson d'échange, il existe peut-être des bosons encore à découvrir, à l'origine des interactions entre les divers niveaux d'énergie de l'être humain.

EUS Conference, Valencia, october 2014

Workshop « Mathematical Modelling of Complex Systems »

Towards a quantum model for meditation

François Dubois (AFSCET) and Christian Miquel (Mindfulness MBSR instructor)

This work fits within the fractaquantum hypothesis: if the quantum approach is applicable to all scales indivisible nature, whatever their size, can it also apply to humans? We focus first on the most common conditions of human existence: we accept that life, with its joys and sorrows, desires and frustrations, matching as many modulations and "excited sub-states" a ground state. The wheel of Plutchik emotions and to show how the eight basic emotions (joy, fear, disgust, anger, sadness, surprise, trust, anticipation) can each go through three different degrees or variations of intensity with at each time, probably accompanied by a fluctuation corresponding power micro-jumps. The same part of the ground state or appeased states of stronger excitation occurs in the transition from the ground state to being in love, or even the mystical state.

To go further in exploring the so-called higher states of consciousness, then we invite you to apply these insights to explore quantum states of meditation that have the advantage of having been extensively described in several traditions, including Buddhist and Hindu . We seek what energy states are explored during meditation: is it a deepening of the "hyperfine" of the ground state of the human structure, or is it similar statements ecstasy in love, even mystical states of very high energy? In the light of research in neuroscience and contemporary cognitive science initiated in particular by Varela to better understand the process of meditation, we assume that the early stages of sitting meditation consisting return in itself, amount to explore the state fundamental rights, by going to his attentive hyperfine structures and all the micro-events or transient excitations that can occur during meditation. The ways of meditation centered on devotion, but also meditations based on loving kindness and compassion studied among others by Matthieu Ricard, seem to reflect the transition to being in love with an energy intensity and love break with the usual feelings. Finally, we are interested in advanced states of consciousness and ultimate which can lead Buddhist and Hindu meditations, including the different stages of absorption and concentration of the mind, and *dhyanas samadhi*. Recounted states of joy, bliss, ecstasy, rapture, serenity, equanimity, seem to attest to the transition to a mystical state of higher intensity, in agreement also with the experiences of the great mystics, whatever their tradition. Unless, especially in Buddhism, it is either at the same time eased back to the fundamentally peaceful nature of mind ...

The end of the article examines the mechanism of change of these energy states of man, by the fractaquantique assumption that all interaction between energy levels is mediated by a boson exchange, there perhaps bosons yet to discover, the cause of interactions between the various energy levels of the human being.