

# La Grande Aventure



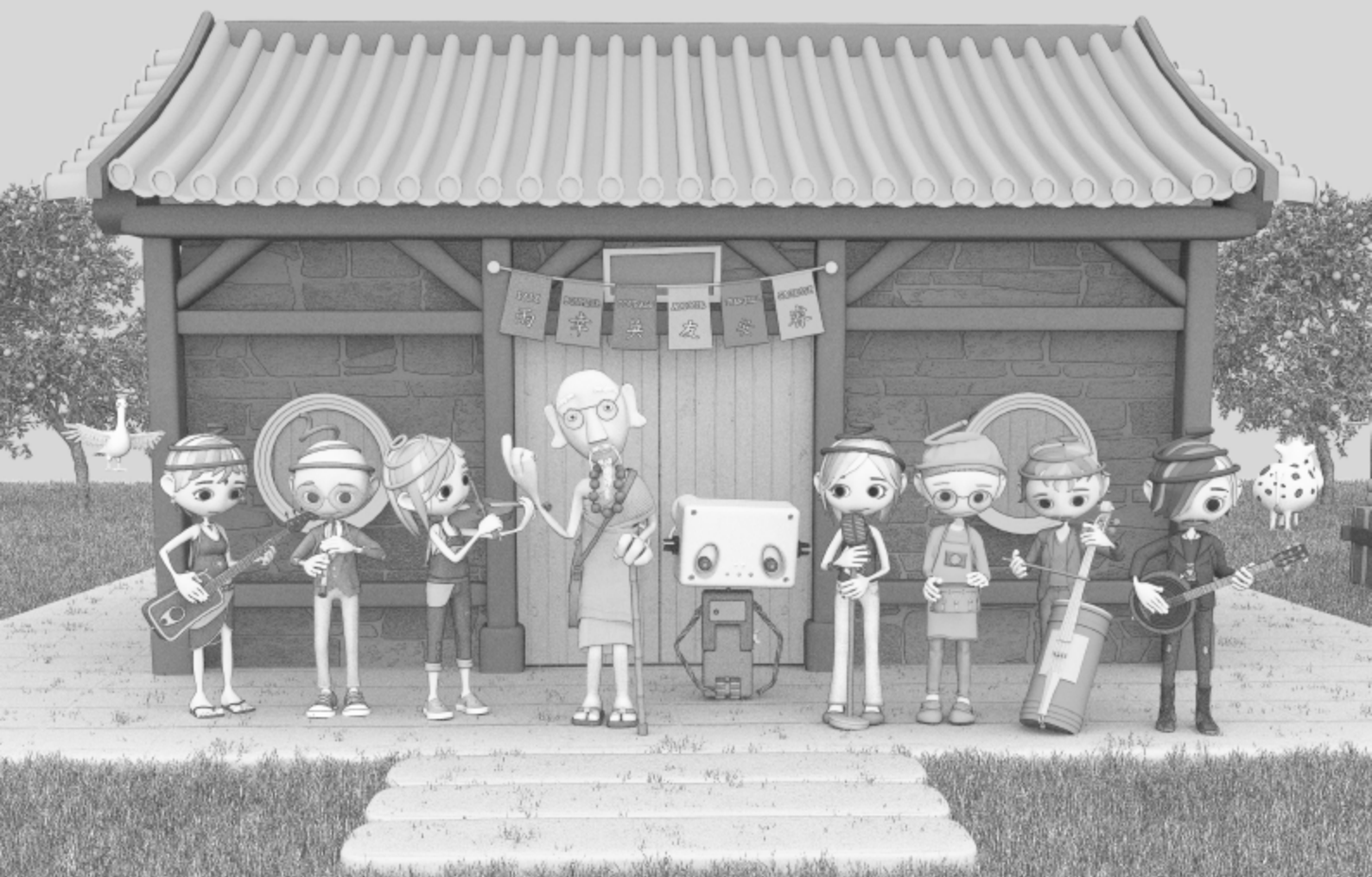
Tome 1 - Les Forces du Bien



auto-édition : BAN  
email: tome1@banstudio.net  
droits déposés sur Cléo de la SGDL  
Certificat N° 37996

2020  
© BAN

# La Grande Aventure



Tome 1 - Les Forces du Bien



### le moine et le robot la spiritualité et la technologie



le moine

le robot

Le Moine et le Robot représentent la Spiritualité et la Technologie.

Le Moine est un être pacifiste et spirituel. Il pratique le Yoga et médite pour la Paix dans le monde.

Le Robot a été créé avec le rêve d'un homme pour de bonnes actions. Doté d'une intelligence émotionnelle, le Robot est touchant, gentil, émotif et sensible.

---

# les bans

## les sept arts



danseuse bassiste    écrivain flûtiste    peintre violoniste    styliste chanteuse    sculpteur batteur    architecte celliste    cinéaste guitariste

Les Bans sont des êtres qui habitaient tranquillement sur la Lune.

Ils seront inspirés par l'art de l'Homme et deviendront les sept Arts. De par leur passion pour l'art et leurs entraînements, les Bans ont atteint la virtuosité de leur talent et deviennent les 7 arts, avec un rôle additionnel dans la musique (4<sup>ème</sup> art).

La Danseuse : les Arts de la scène (6<sup>ème</sup> art) et la Basse

L'Écrivain : la Littérature (5<sup>ème</sup> art) et la Flûte

La Peintre : les Arts visuels (3<sup>ème</sup> art) et le Violon

La Styliste : la Mode (10<sup>ème</sup> art) et le Chant

Le Sculpteur : La Sculpture (2<sup>ème</sup> art) et la Batterie

L'Architecte : l'Architecture (1<sup>er</sup> art) et le Cello

Le Cinéaste : le Cinéma (7<sup>ème</sup> art) et la Guitare

# Le déroulement de l'Histoire

---

## Préface : L'Exil du Moine

8

La Longue Marche  
La Tristesse et L'Automne  
La Méditation de l'Hiver  
La Guérison avec le Printemps  
La Promesse du Moine

## Chapitre 1 : La Terre et les Sept Chakras

14

La Planète des Bans  
Récupération des objets trouvés  
Les Chakras de la Terre et de l'Homme  
Les Bans découvrent la Terre  
Les Sept Chakras

## Chapitre 2 : La Spiritualité et l'Art

20

Les 8 membres du Yoga  
Les Bans découvrent l'art  
Les Sept Arts

## Chapitre 3 : L'Homme et la Nature

24

La Nature est en danger  
Le Robot arrive à Pragues  
Les Bans et la Nature

---

## Chapitre 4 : Le Bien et le Mal

Les Cinq Yamas  
Le Robot devient officier  
Les Bans découvrent le mal



## Chapitre 5 : Le Moine et le Robot

L'invitation du Moine  
Le Moine rencontre le Robot  
En route vers l'Hôtel  
Le Sens de la Vie  
La déprime des Bans  
La déception du Moine



## Chapitre 6 : Il manque une force

La spiritualité et la technologie  
Le Mantra de la Paix  
Les voies du Yoga  
Les couleurs de l'espoir



## Chapitre 7 : La Réunion (2020)

Les Bans arrivent sur Terre  
Le Moine accueille les Bans  
La Séance de Yoga  
Les révélations du Moine  
Voyage à la Cité des Hommes





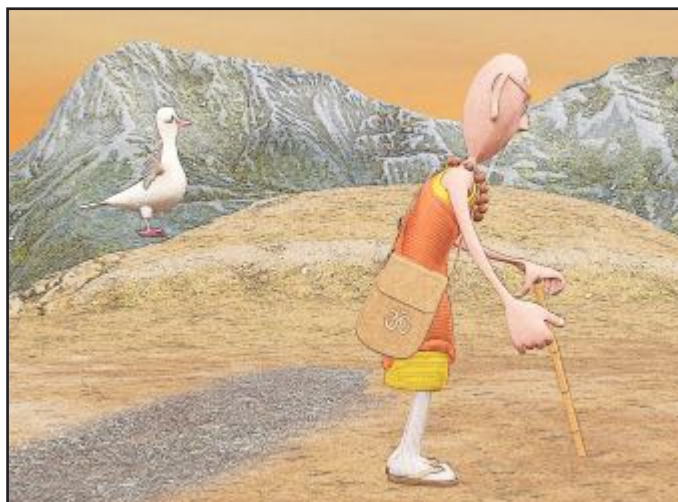
Préface : L'Exil du Moine

La Longue Marche  
La Tristesse et L'Automne  
La Méditation de l'Hiver  
La Guérison avec le Printemps  
La Promesse du Moine

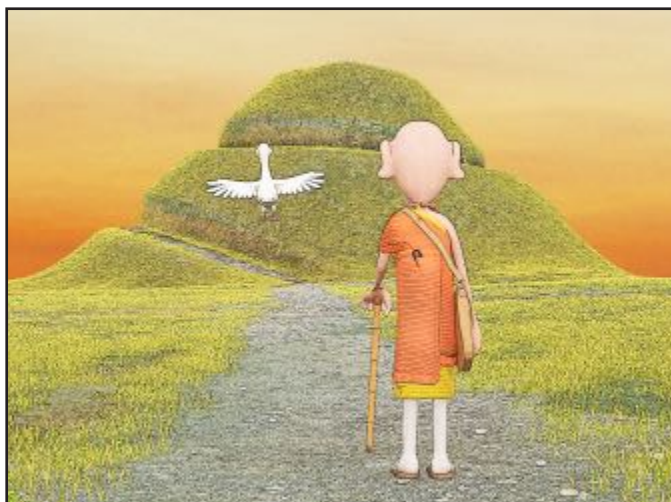




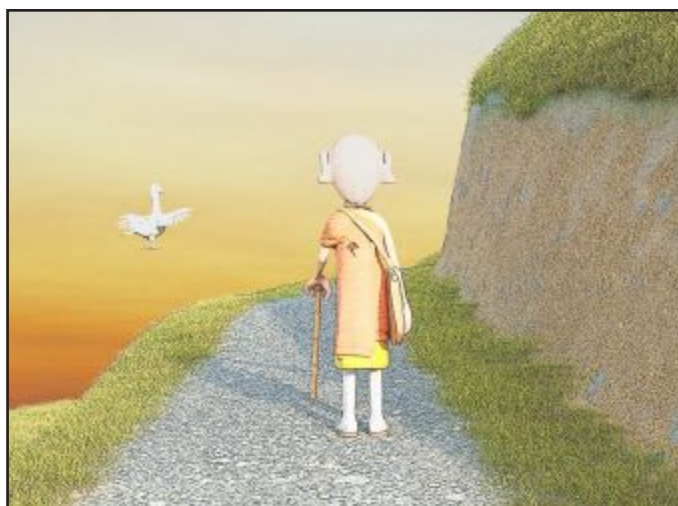
En 1959, la lune révèle le sommet du Mont Kailās, le 7<sup>ème</sup> chakra de la Terre. Le Moine, à l'aide de sa canne, d'une marche monotone et triste, traverse les montagnes de l'Himalaya. Son village est atteint de violence, saccagé et brûlé. Un parchemin dans la main, il est suivi par la Colombe de la Paix.



Après plusieurs plans assez lents, le silence revient, pour exprimer la tristesse du Moine. L'atmosphère s'éclaircit.



A l'aube, avec les premiers rayons de soleil, il arrive en Inde, au bas de la montagne et se résout à atteindre le monastère.



Le Moine gravit la montagne par la route non asphaltée qui, vue du ciel, ressemble à une hélice.



Il arrive au haut de la montagne et trouve le monastère abandonné.

## La Tristesse et L'Automne



Le Moine ouvre la porte doucement et entre dans le monastère qui était déjà décoré par les moines avant lui, mais était poussiéreux du fait de sa non habitation.



Il pose ses affaires, allume la bougie, l'encens et s'assoit en position de lotus pour méditer.



Il essaie de chanter son **mantra** mais par tristesse, sa voix ne sort pas.



Il est trop triste pour de si tôt pardonner et être en paix. Il éteint la bougie et se lève.



Il ressort aussitôt car il a besoin de marcher, de penser.



Le Moine est agité et fait des allers retours devant le monastère, interminables jusqu'à l'épuisement en caressant sa moustache et en marmottant ces phrases :



Nous vivions en paix et ne dérangions personne ! Pourquoi nous avoir fait tant de mal ? Comment trouver la force de pardonner ?

## La méditation de l'Hiver



Le Moine est fatigué, il s'assoit sous l'arbre. Le vent commence à souffler l'automne. Il sort de sa sous-robe la photo de ses amis moines, partis dans l'invasion.



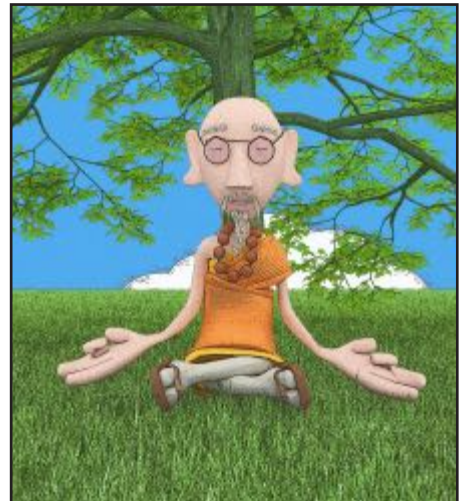
Il pleure une larme lourde, qui lance un orage, nous montrant l'intensité de sa tristesse. Il plie la carte et la range dans sa sous robe jaune.



Le Moine entre en profonde méditation et passe les pluies d'automne...



... le froid et la neige de l'hiver



Au Printemps, son visage deviendra plus serein avec le troisième œil, qui est entre les sourcils, reposé.



Un rayon de soleil printanier réveille le Moine de sa longue méditation, avec la colombe de la paix qui vient se poser près de lui.



Le Moine regarde la nature autour de lui et remercie les cieux que sa méditation est terminée.

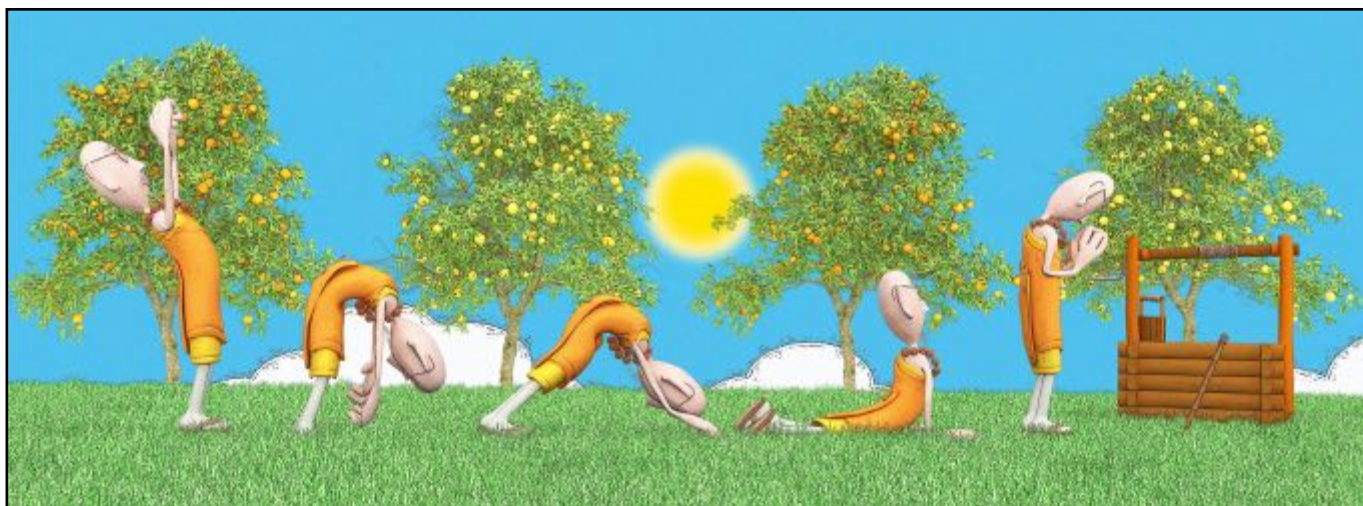
## Le printemps et la guérison



Il se lève doucement, commence par boire un verre d'eau du puits, en vantant les bienfaits de l'eau.



Le Moine débute son yoga par ses exercices de respiration. (Pranayama)



Puis le Moine fait son Yoga corporel, les asanas de la salutation du soleil (Surya Namaskar).



Il est prêt pour redonner un coup de neuf à son monastère. Avec son balai, il nettoie un peu le tout.

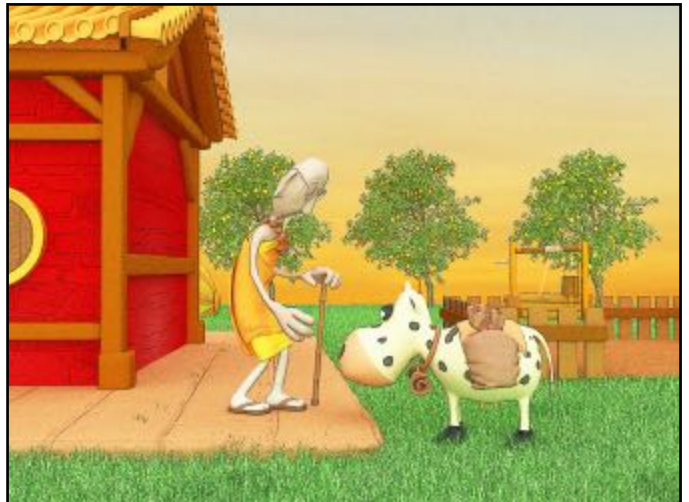


Le Moine accroche ses prières (Paix, Bonheur, Courage, Amour, Tranquillité, Sagesse), entre au monastère et nous dit Bonne nuit.

## La Promesse du Moine



Le Moine se réveille à l'aube, avec le bruit d'une vache qui fait «meuh». Il sort aussitôt !



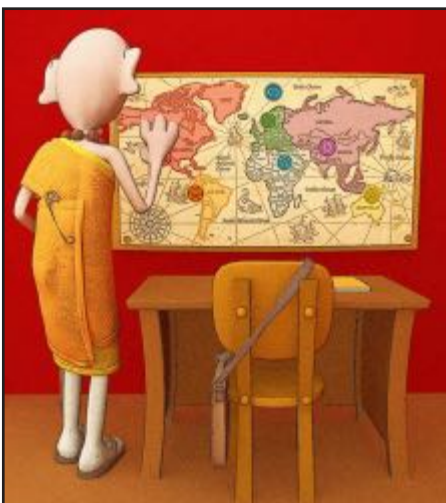
Il voit une vache bien sympathique et chargée et l'accueille avec amour. Elle porte deux sacs et sur son collier, une lettre est enroulée.



Le Moine lit la lettre reçue par l'Inde : « Nous avons été avertis de votre arrivée, nous sommes tristes et en compassion. Ceci est désormais votre monastère ».



« Cette vache et ces graines pour recréer la vie. Namaste ». Le Moine remercie les Cieux et la vache, la décharge et l'emmène brouter la verdure derrière.



Le Moine entre et pince au mur le parchemin de la carte du monde.



En regardant la photo des moines, il dit : « Je vous promets de méditer pour la Paix dans le Monde ».



Comment atteindre la paix dans le Monde ? Le Moine est méditatif et par la fenêtre contemple la Lune.



### Muladhara, Le 1<sup>er</sup> Chakra, La Racine

Ce Chakra est situé à la base de la colonne vertébrale.

## Chapitre 1 : La Terre et les sept chakras

La Planète des Bans  
Récupération des objets trouvés  
Les Chakras de la Terre et de l'Homme  
Les Bans découvrent la Terre  
Les Sept Chakras

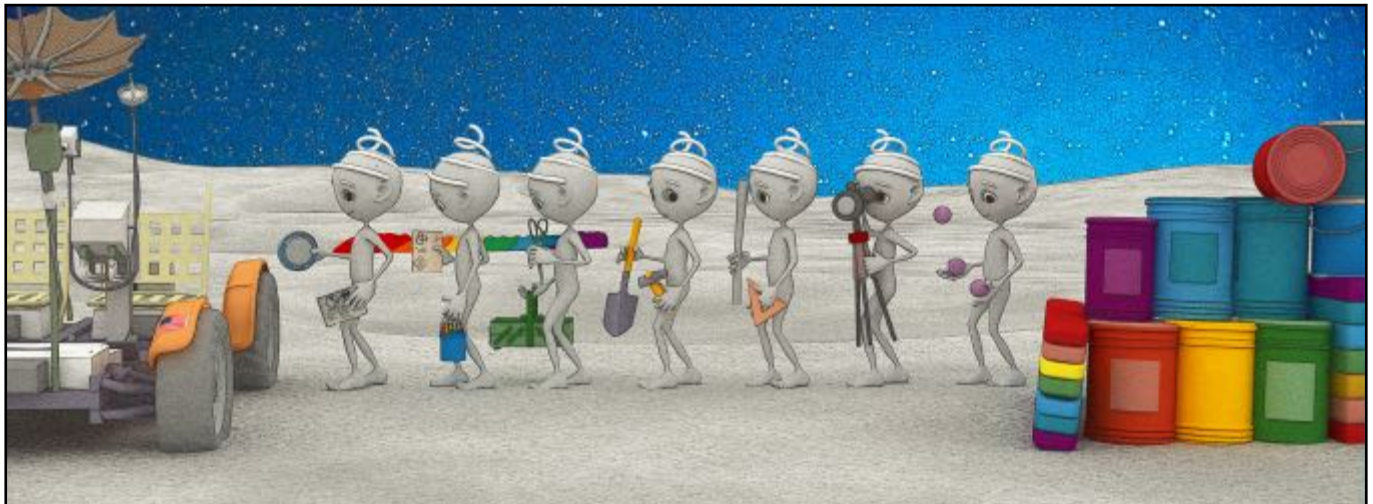
## La Planète des Bans



En 1969, sur la Lune, tout est calme jusqu' au plateau « Mare Tranquillitatis », où on aperçoit la fusée Apollo qui est en phase de décollage pour un retour sur Terre.



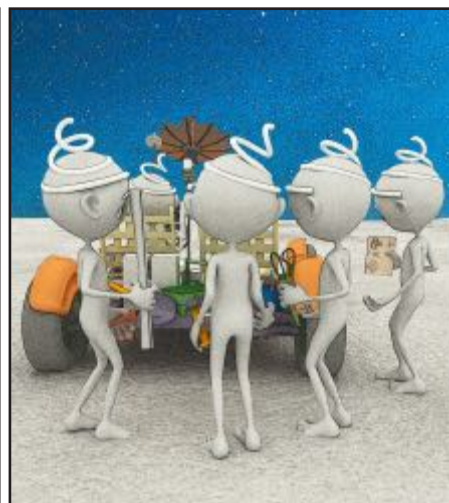
On entend du bruit qui vient de la petite montagne des objets gardés par les astronautes américains sur la Lune.



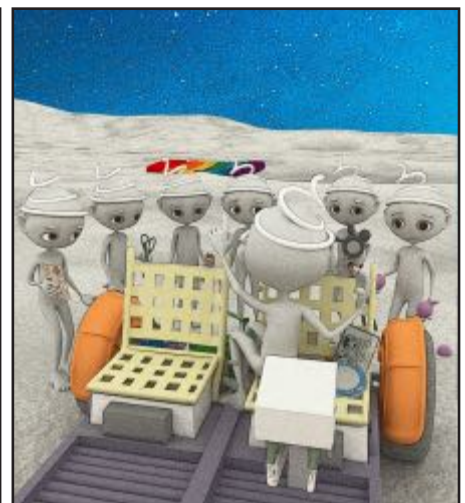
Les Bans sortent tous contents avec leurs objets sélectionnés, chacun à son tour et en file indienne rejoignent l'écrivain.



L'écrivain est au volant de la Luna Rover.



Les Bans déposent leurs affaires dans le coffre qui se remplit entièrement.



L'écrivain remarque un parachute. Il leur fait signe d'aller ramener autant d'objets qu'ils veulent.

## Récupération des objets trouvés



L'écrivain arrive à capter le son radio de l'intérieur de la navette spatiale Apollo, qui s'apprête à décoller.



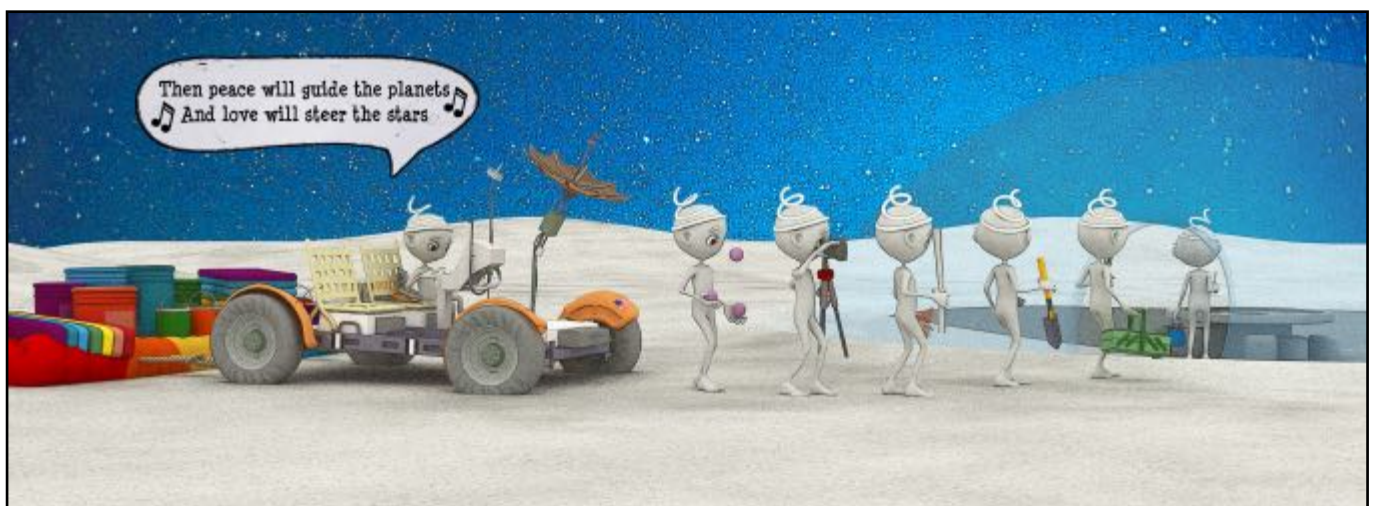
Les Bans, attirés par la chanson Space Oddity de David Bowie, reviennent avec des objets pendant que le penseur noue le parachute au châssis de la Luna Rover.



Les Bans placent le reste des affaires dans le parachute et tout contents, montent en voiture. La Fusée Apollo est entrain de décoller.



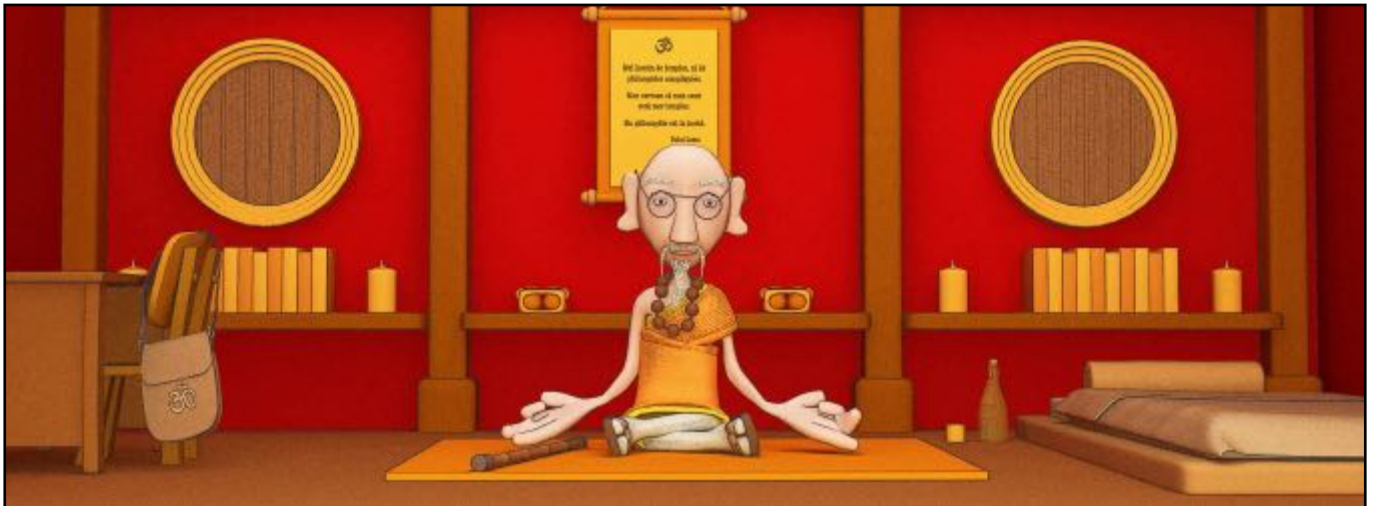
Eux aussi en même temps démarrent la lunar rover, en écoutant «Age of Aquarius de Fifth dimension».



Les Bans, très joyeux, arrivent au dôme toute en musique et entrent avec leurs trouvailles.



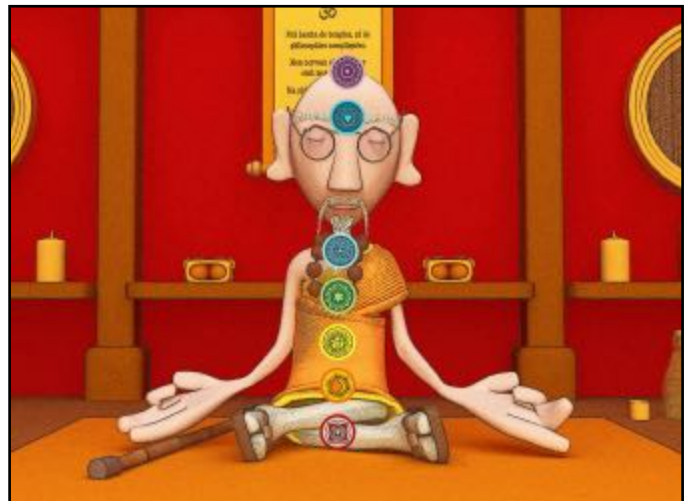
## Les Chakras de la Terre et de l'Homme



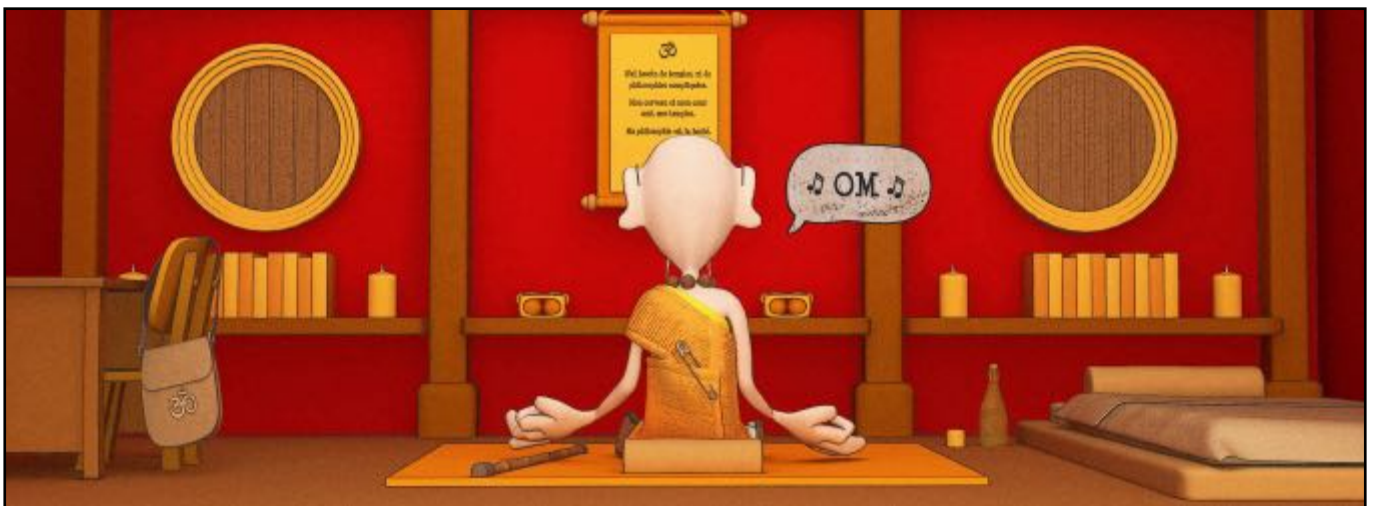
En début de méditation pour la paix, le Moine nous explique que les sept chakras de la Terre correspondent aux sept chakras humains.



Les Chakras de la Terre sont des emplacements physiques super chargés d'énergie spirituelle qui gardent la planète et toute vie en équilibre.

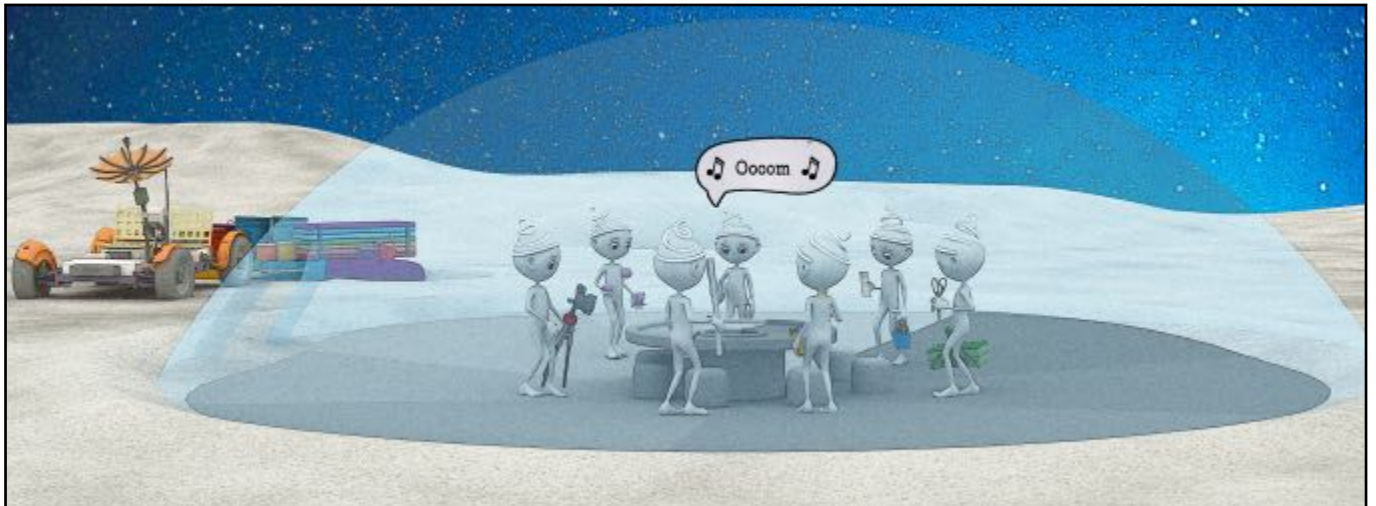


Nos chakras vont de la base de la colonne vertébrale au sommet de la tête et sont connectés par un courant comme ceux de la Terre.

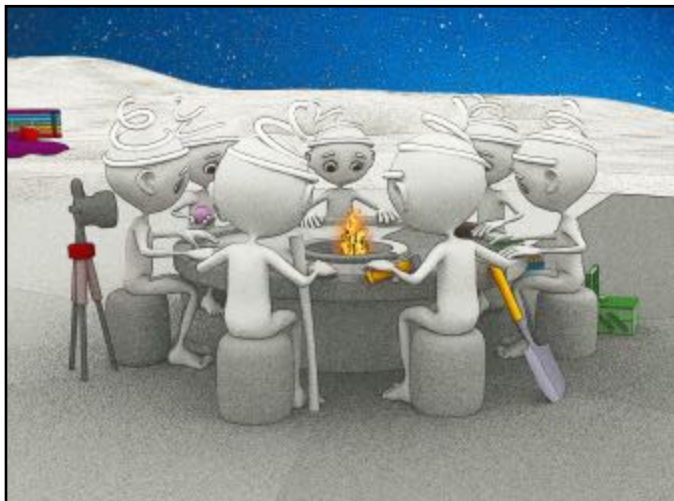


Nos chakras sauvegardent notre équilibre émotionnel, physique, psychologique et spirituel. Ceux de la Terre sont essentiels à la transmission de l'énergie et à la conservation de la vie. Comme pour l'Homme, pour que la terre soit en paix; il faut que tous ses chakras soient en paix. Le Moine, à la fin de cette pensée dit : « Om ».

## Les Bans découvrent la Terre



La même bulle OM arrive chez les Bans. Une friction se passe au centre de la table du dôme des Bans. Les Bans accourent pour observer ce qui s'y passe.



De la vibration subtile du OM vient l'élément Espace, Ether. Par le mouvement, l'Air s'est développé. Par la friction le Feu est apparu.



Ce qui a créé une condensation et l'Eau. La Terre s'est formée par solidification.



Le globe va tourner avec une apparition progressive des océans, puis des terres, puis de la vie végétale, puis animale, dans l'eau, puis sur terre. Les Bans sont affectés par les sept éléments : Sahasrara (Vibration), Ajna (Esprit), Visudha (Ether), Anahata (Air), Manipura (Feu), Svadisthana (Eau), Muladhara (Terre).

## Les Septs chakras



Un faisceau des sept couleurs descend du toit du dôme vers le centre de la table. Les Sept chakras terre apparaissent sur le globe.



Les Bans sont émerveillés par la nature des chakras et par l'énergie des couleurs. Les Bans et le dôme seront transformés.



Les Chakras Terre, emplacements de grande énergie spirituelle sur terre : Le Mont Shasta en Californie (1er), Le Lac Titicaca entre la Bolivie et le Pérou (2ème),



Ayers Rock en Australie (3ème), Shaftesbury en Angleterre (4ème), les Pyramides d'Égypte (5ème), Glastonbury en Angleterre (6ème), Le Mont Kailās au Tibet (7ème).



Les Bans absorbent les énergies des chakras. Leur spirale et leurs yeux changent de couleur. La Terre va bien et est rayonnante. Les Bans sont très contents.

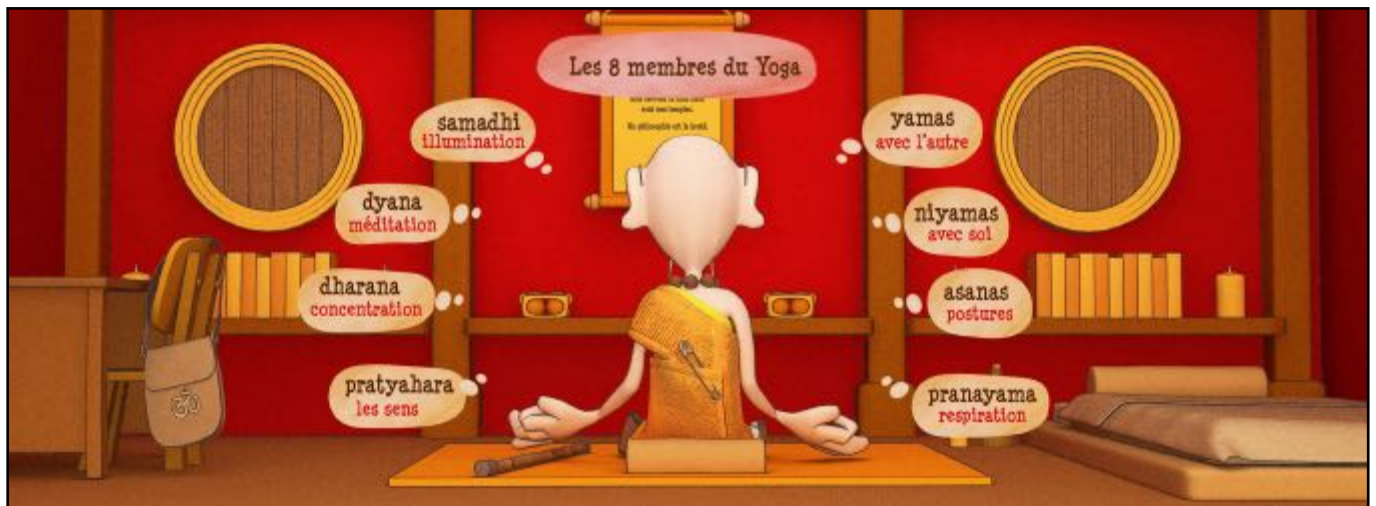


Svadhishthana, Le 2<sup>ème</sup> Chakra, Le sacré  
Ce Chakra est situé au niveau de la partie inférieure de l'abdomen.

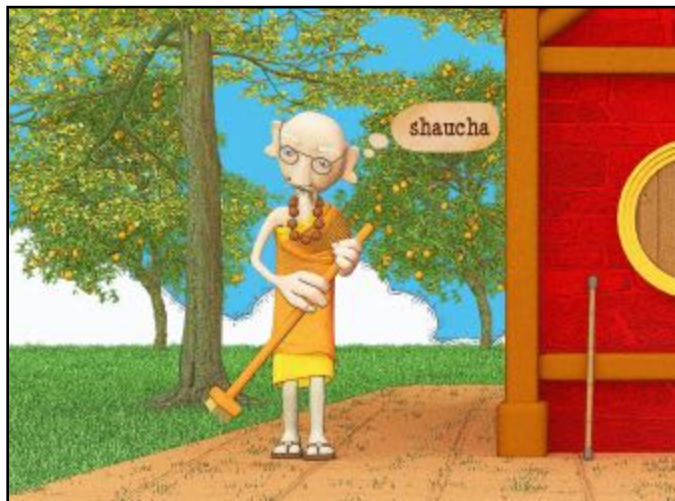
## Chapitre 2 : La Spiritualité et l'Art

Les 8 membres du Yoga  
Les Bani découvrent l'art  
Les Sept Arts

## Les 8 membres du Yoga



Le Moine vit dans la pratique des huit membres du Yoga. Il s'agit de règles de vie pour atteindre le bonheur. Ces huit étapes dictent une ligne de conduite morale, éthique et d'autodiscipline. Elles aident à la bonne santé physique et nous font prendre conscience des aspects spirituels de notre nature.



Un des huit membres sont les Cinq niyamas, les cinq règles de discipline à observer avec soi-même ; Shaucha (La propreté) ; Santosha (Le contentement)



Tapas (l'austerité, la pratique du yoga, le silence) ; Svadyaya (l'étude de soi et des écritures spirituelles) ; Ishwara pranidhana (l'étude des forces de la nature).



Le Moine vit selon des valeurs universelles : la paix, le bonheur, l'amour, le partage, le respect et la compassion.



Le Moine pense qu'il faut de l'amour, du respect et de la compassion avec tous les êtres vivants, aussi bien avec les Hommes, qu'avec les Animaux et la Nature.



L'architecte, aidé par le sculpteur, va vite construire les ateliers, en commençant par celui de l'écrivain. Il utilisera les draps de la styliste en guise de toit.



La styliste passe par la peintre, s'émerveille devant ses dessins des habits exposés et les prend pour en faire des habits.



La Styliste emmène la danseuse et la peintre dans son atelier pour les habiller.



Le sculpteur est entrain de sculpter les instruments de musique.



La Styliste et la peintre vont habiller les Bans, en commençant par la danseuse, puis invitent l'écrivain, le cinéaste, l'architecte et le sculpteur à la transformation vestimentaire.



L'écrivain, le cinéaste, l'architecte et le sculpteur sortent habillés de chez la styliste et vont chez le sculpteur pour découvrir les surprises qu'il leur a réservées.



Les filles par la gauche, les garçons par la droite, se retrouvent chez le sculpteur, qui leur offrira leurs instruments de musique. Les Bans le remercient et sont heureux. La danseuse prend la basse, l'écrivain la flûte, le peintre le violon, la styliste le micro, le sculpteur son tambour, l'architecte le Cello et le cinéaste la guitare.



Les Bans commencent à jouer la gamme des sept notes de musique, sachant que chaque note correspond sa couleur et à son chakra, chacun des Bans saura instinctivement jouer chacun sa note. Après quelques essais, naît une construction musicale progressive qui deviendra la chanson « Les Sept arts ».



Manipura, Le 3<sup>ème</sup> Chakra, Le Plexus solaire  
Ce Chakra est situé dans la partie supérieure de l'abdomen.

### Chapitre 3 : L'Homme et la Nature

La Nature est en danger  
Le Robot arrive à Pragues  
Les Bains et la nature



## La Nature est en danger



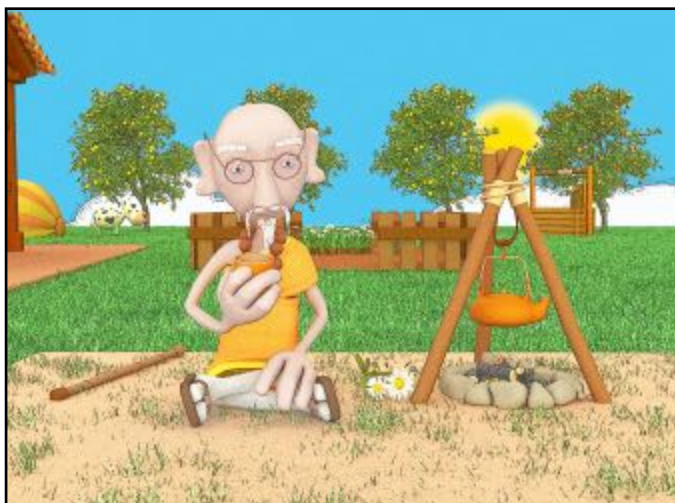
Le Moine nous fait redécouvrir son potager et la nature autour du monastère. La nature est notre mère, est tellement précieuse et est en danger, elle a besoin de nous. Il faut l'aimer, la protéger, la respecter et la remercier pour tout ce qu'elle nous offre. L'Homme devrait en prendre soin et prendre conscience de tous ses bienfaits.



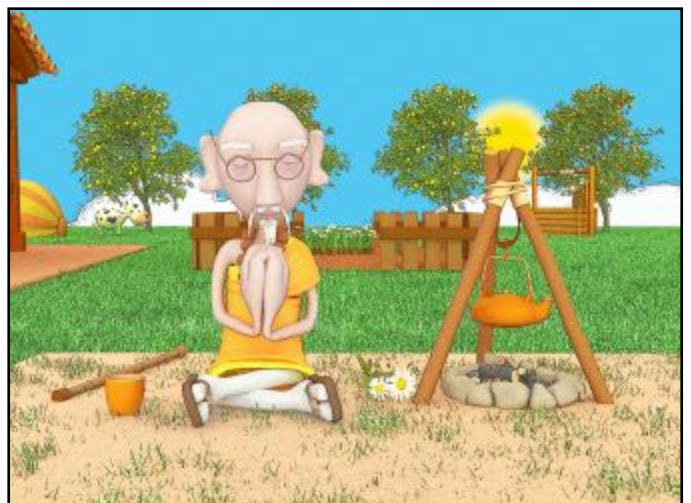
Le Moine remercie la Nature qui lui apporte sérénité et calme, la Terre pour sa fertilité et nourriture, les arbres pour leurs bons fruits et leur oxygène.



Les plantes médicinales pour leurs remèdes. Dans son jardin, nous trouvons aussi de la camomille, de la lavande pour la respiration et du thym pour le ventre.



Afin de palier à sa migraine, Le Moine cueille de la camomille qu'il laisse infuser dans l'eau de la théière.



Le Moine boit son thé en remerciant la nature et l'univers.

## Le Robot arrive à Prague



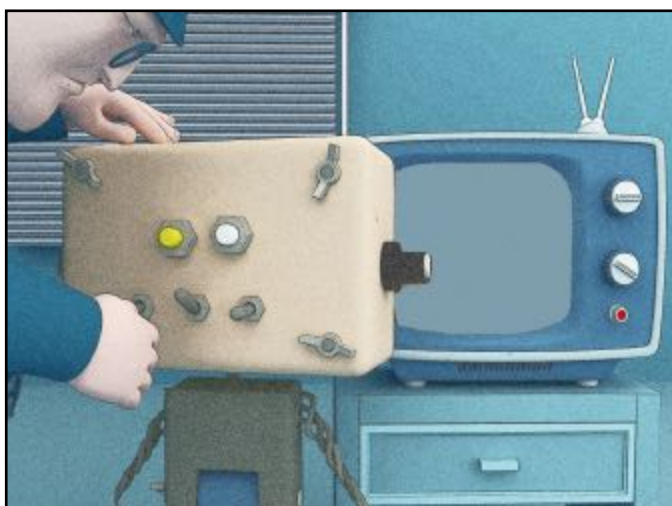
Le Robot arrive en camionnette russe de l'époque à l'aéroport de Prague. L'officier russe le dépose au bureau de l'officier tchèque.



Dans son bureau, l'officier tchèque reçoit le Robot et décide de lui redonner vie. Il traficote avec ses circuits et repère celui qui est endommagé par le virus.



Il décide de le formater avec Windows et lui donne une autre vie. On entend le bruit de démarrage du premier windows sur la tablette du Robot.



Le robot renaît et regarde le vidéoclip «earth song» de Mickael Jackson où on le voit dans une forêt qui brûle.



Les Bans entendent la musique . Ils seront tristes de voir une forêt brûler, puis se retournent pour découvrir que la Terre subit des catastrophes naturelles et exprimeront leurs sentiments en composant et chantant «Mother Earth».



Les Bans vont découvrir la déforestation, la pollution. Il y a de la fumée noire autour du globe. Ils toussent.



Réchauffement climatique: le globe est devenu très chaud; un des bans se brûle en le touchant.



Fonte des glaciers, ouragans, cyclones : L'eau déborde et éclabousse les Bans. La Terre est dans tous ses états. Les Bans ont peur et s'éloignent du globe.



Anahata, Le 4 ème Chakra, Le Cœur

Ce Chakra est situé sur la poitrine, juste au dessus du cœur.

## Chapitre 4 : Le Bien et le Mal

Les Cinq Yamas

Le Robot devient officier

Les Bans découvrent le mal

## Les Cinq Yamas



Se pourrait-il qu'en trouvant la paix intérieure, chacun de nous pourrait être en paix avec autrui?- Bhagavad Gita.



Si seulement chacun pouvait appliquer au moins un des cinq Yamas : les cinq règles de discipline à observer dans la relation avec les autres, pour le bien de tous:



Ahimsa (désir de ne pas nuire), Satya (respect de la vérité), Asteya (non-convoitise), Brahmacharya (modération), Aparigraha (lâcher prise).



La colombe de la paix apporte au Moine une lettre accrochée à sa patte. Il la remercie.



Le Moine lit la lettre. Il est invité à Prague, par le Centre Tibétain pour un séminaire sur le sens de la vie.

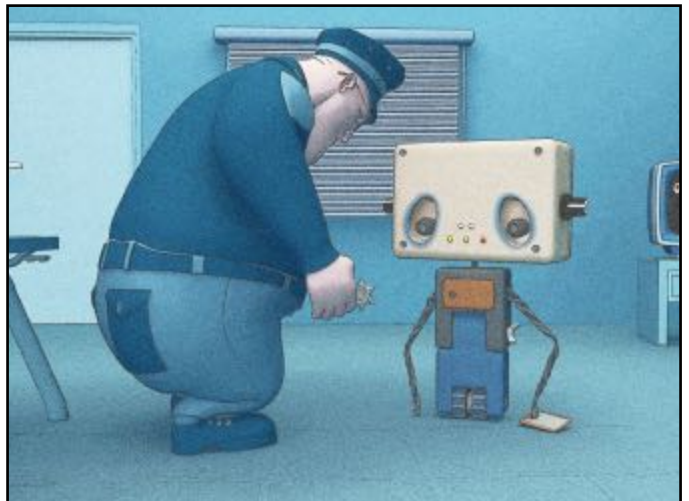
## Le Robot est promu Officier de sécurité



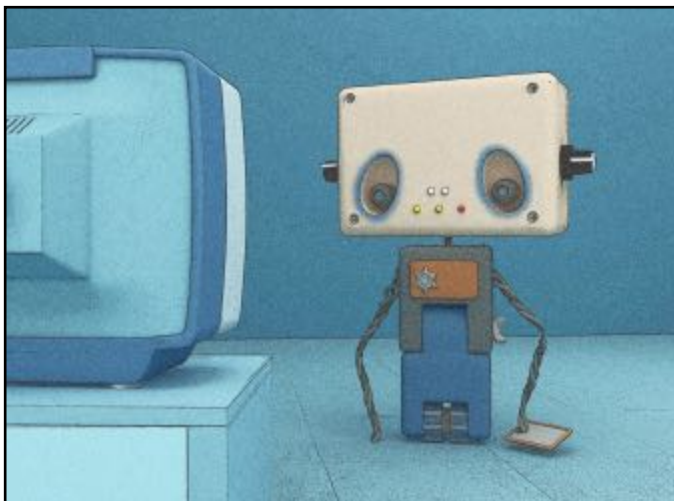
Le Robot entre dans le bureau de l'officier tchèque, où il y a un téléviseur qui montre le drapeau du groupe terroriste.



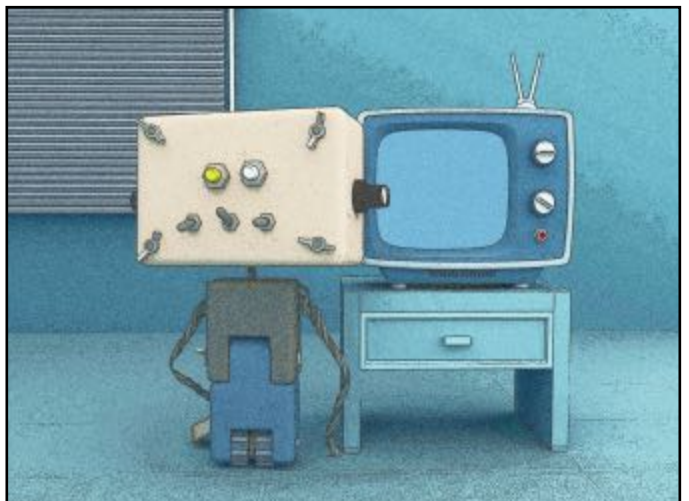
L'officier dit au Robot : « Suite à ces menaces, les gens ont peur. Grâce à ton scanner, tu es promu en tant qu'officier de sécurité ».



L'officier Tchèque lui remet une médaille magnétique.



Le robot regarde l'écran pour voir de quoi il s'agit.



L'écran du groupe terroriste va être la transition vers les Bans qui regardent la deuxième partie.

## Les Bans découvrent le mal



Les Bans sont entrain de voir, sur l'ordinateur de l'écrivain, les terroristes qui se déclarent. Leur musique est triste. Les Bans ne vont pas pouvoir la jouer. Les Bans sont tristes et affectés.



Surtout la peintre qui ne supporte plus de voir la région du Moyen Orient, de son 5<sup>ème</sup> chakra, tellement grise et atteinte par la violence.



Ses couleurs se fadent, elle débranche l'ordinateur.



Le guitariste se lance dans une improvisation avec les autres Bans qui vont l'accompagner dans cette musique qui s'appelle : «Manque de Mots»



## Chapitre 5 : Le Moine et le Robot

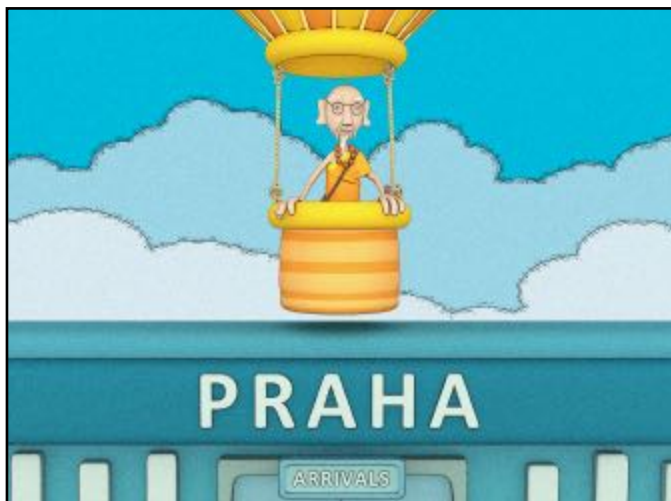
L'invitation du Moine  
Le Moine rencontre le Robot  
En route vers l'Hôtel  
Le Sens de la Vie  
La déprime des Bains  
La déception du Moine



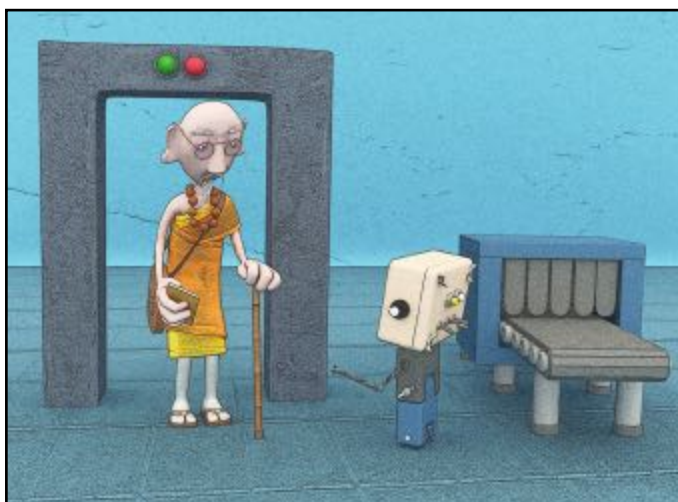
## L'invitation du Moine



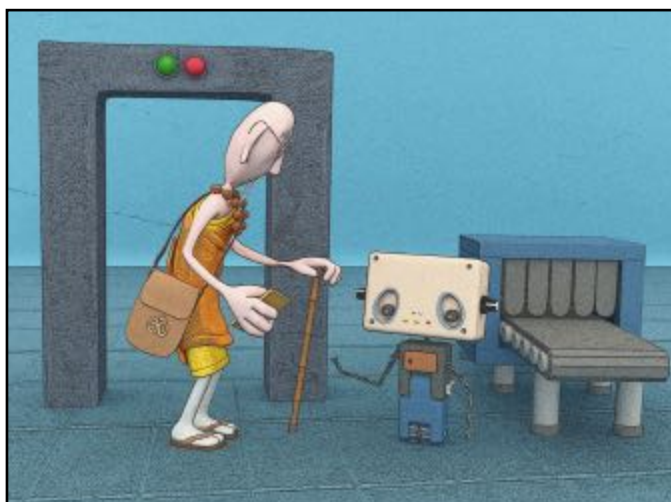
Le Moine est invité par la République tchèque, pour partager sa sagesse et les fruits de sa méditation sur le sens de la vie.



Il est dans sa montgolfière et commence sa descente, révélant la façade de l'aéroport de Prague.



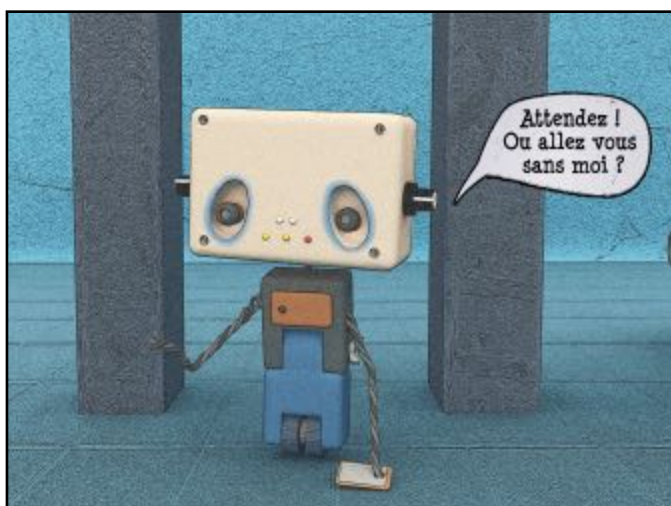
Le Moine franchit la ligne de sécurité et arrive chez le Robot, lui remet son passeport.



Le Robot dit : « C'est un honneur de vous accueillir. Je serai votre guide touristique pour vous assister durant votre séjour à Prague ».



Le Moine fait un geste que ce n'est pas la peine, il n'a besoin de rien et sort de champ. Le Robot est déçu.



Sans attendre, le Robot le suit et dit : « Attendez ! Ou allez vous sans moi ? »

## Le Moine rencontre le Robot



La porte de l'aéroport s'ouvre. Le Moine est déjà dehors et regarde vers la station de taxi.  
Le Robot apparaît et se presse de le rejoindre, lui demande où il veut aller.



Le Moine voit plusieurs taxis libres avec leurs panneaux verts allumés. Le Robot qui s'aperçoit de cela, à l'aide de sa tablette, pirate le système des taxis de l'aéroport.



Soudain, les voyants deviennent rouges. Le Moine, qui trouve cela étrange, regarde le robot, qui fait semblant de rien. Le Moine sourit et accepte l'invitation.



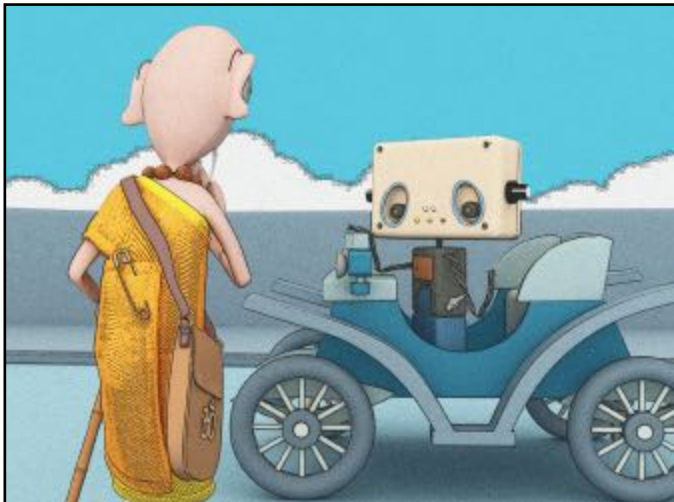
Le Moine prend une carte avec son adresse et la remet au Robot en disant : « Voici l'adresse ».



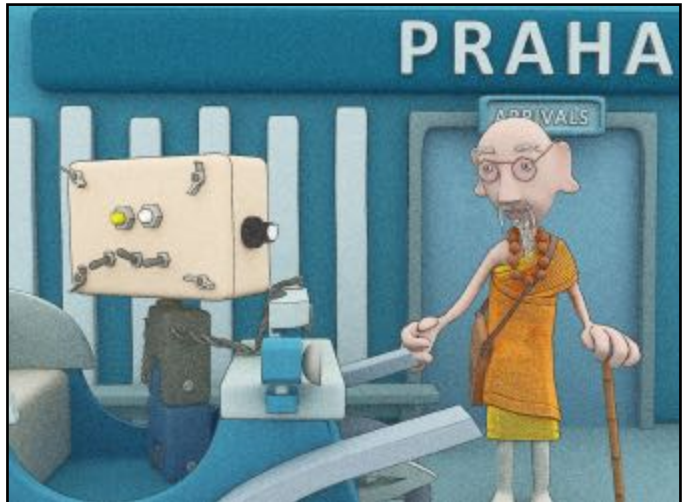
Le Robot scanne la carte sur sa tablette et dit : « Je reviens tout de suite, ne bougez surtout pas! ».



Le Moine caresse sa moustache, il est méditatif et perplexe.



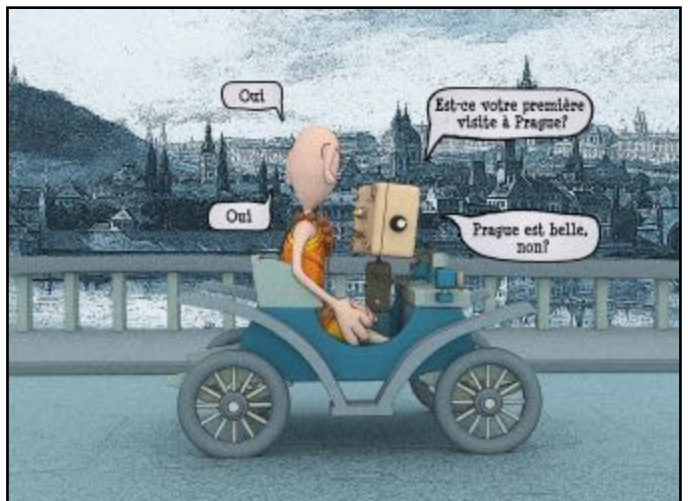
Le Robot réapparaît avec sa voiture et donne un petit coup de klaxon et dit au Moine : « Venez ! Ne vous inquiétez pas, je suis responsable ».



Après une dernière petite hésitation, le Moine le regarde et accepte.



Ils sont en voiture et quittent l'aéroport par la droite.



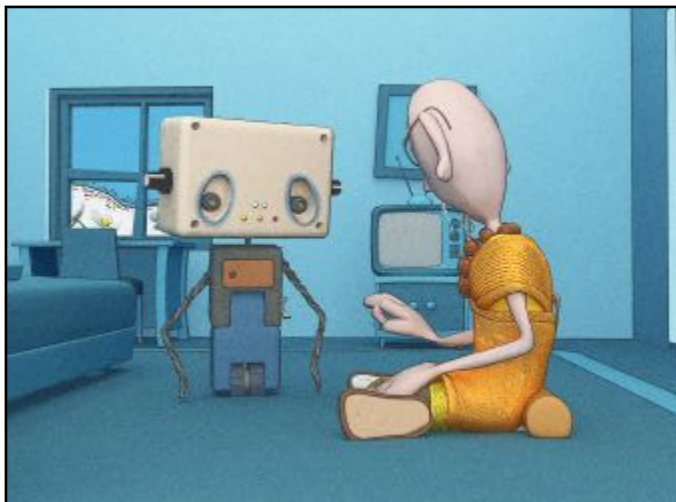
Ils roulent à travers les magiques paysages de Prague et s'échangent quelques mots timides.



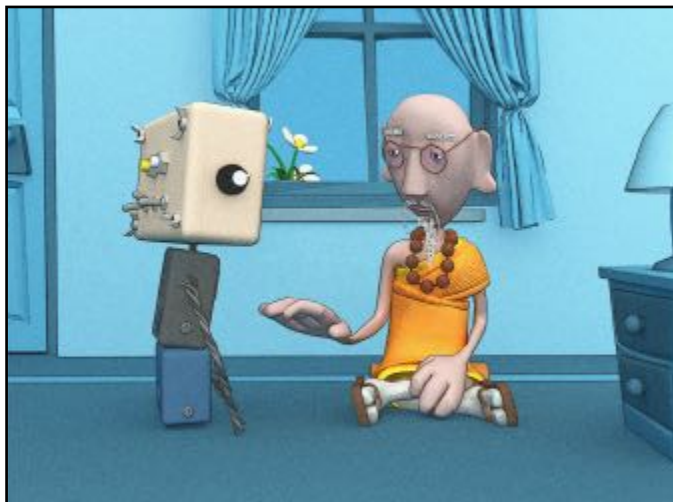
Le Moine et le Robot arrivent à l'Hôtel. Le Robot annonce : « Nous sommes arrivés ! »



Le Robot ouvre les rideaux. Le soleil entre dans la chambre. Il s'exclame : « Quelle belle journée ! ».



Le Robot veut se rendre utile et propose à manger au Moine mais le Moine n'a besoin de rien. Le Robot est déçu du contentement du Moine et dit :



«Pourquoi êtes vous venus à Prague si vous ne voulez rien faire? ». Le Moine répond timidement : « Je suis ici pour un séminaire sur le sens de la vie ».



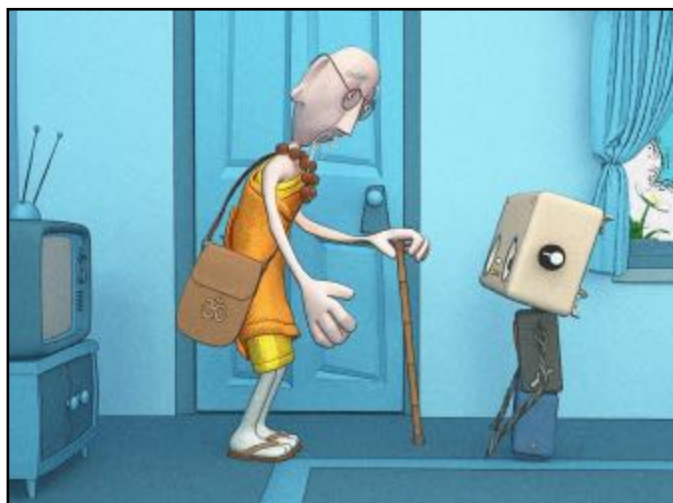
Le Robot : « Quel est le sens de la vie? ». Le Moine: «Le véritable sens de la vie est la recherche du bonheur ! L'espoir d'atteindre un bonheur authentique et durable».



Le Robot : «Comment chercher le Bonheur?». Le Moine: «Sans Yoga, il n'y a pas de méditation; sans méditation, pas de paix, sans paix d'où peut venir le bonheur?».



Le Robot : « C'est quoi le Yoga? ». Le Moine : «Je te dirai après le séminaire !» Le Robot : «Moi, je suis heureux quand que je me sens utile et que je rends service».



Le Moine se lève et dit robot : « Tu pratiques le Karma Yoga. Nous en parlerons à mon retour. Je dois maintenant aller au séminaire, je reviendrai bientôt. »

## La déprime des Bans



Les Bans sont chacun dans son atelier, non inspirés par la situation dans le monde.  
Soudain, on entend le bruit d'une explosion et la fumée noire qui sort du globe,  
et qui provient de Beyrouth au Liban, dans la région du 5ème chakra du Moyen Orient.

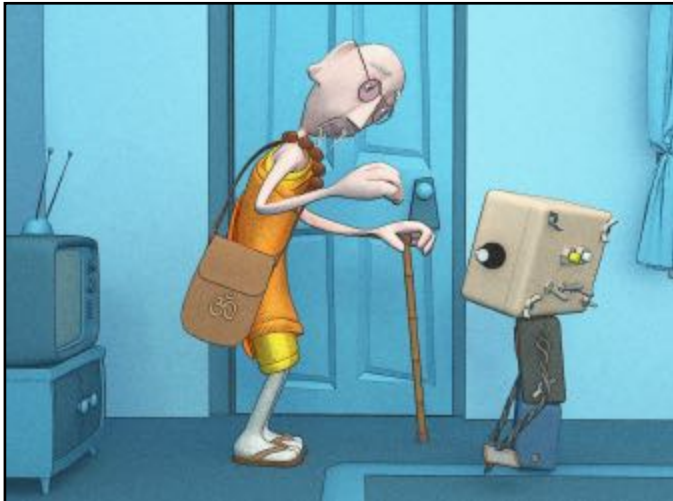


Les Bans convergent vers la table centrale, où ils sont surpris par une deuxième explosion qui est énorme, les expulse dans leurs ateliers, et les détruit.



Ils se relèvent doucement. La Terre commence à perdre de ses couleurs.  
Les Bans sont tristes. Ils chanteront : « Lost in a Place »

## La déception du Moine



Le Moine revient déçu de son séminaire alors que le robot regarde encore la télé en mode silence. Une nouvelle affolante annonce une explosion à Beyrouth.



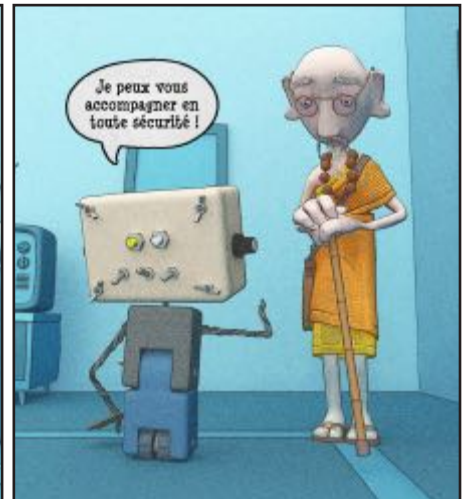
Le Robot lui demande : « comment s'est passé le séminaire ? ».



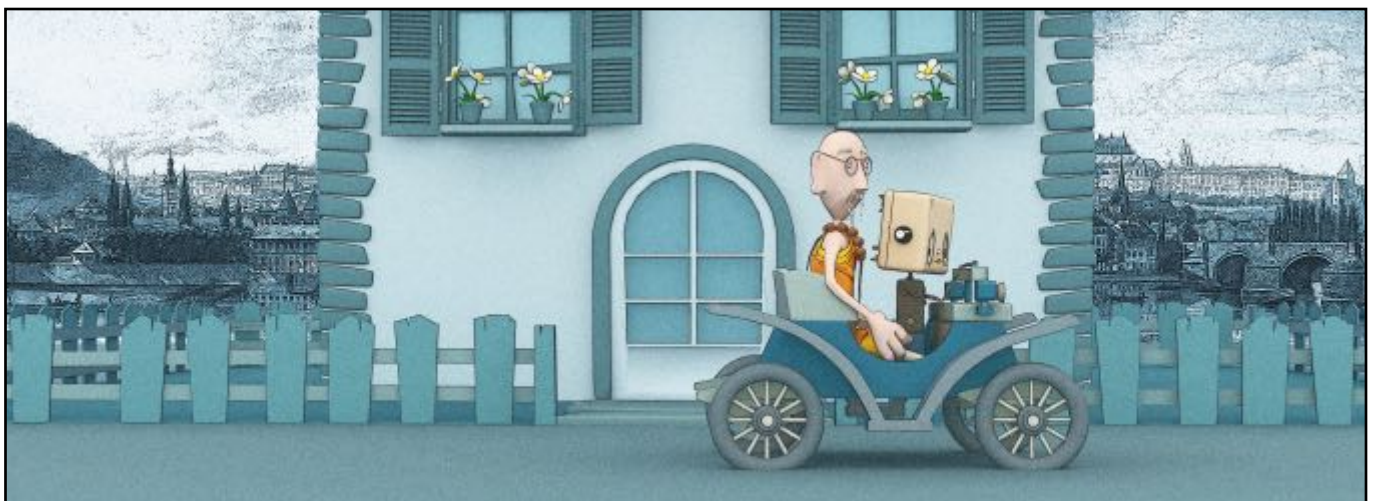
Le Moine : « mes mots n'intéressent pas. Il est temps pour moi de rentrer au monastère ».



Le Robot : « la météo prévoit un mauvais temps, il est dangereux de voyager par montgolfière... »



...Je peux vous accompagner en toute sécurité». Le Moine accepte avec plaisir l'invitation du Robot.



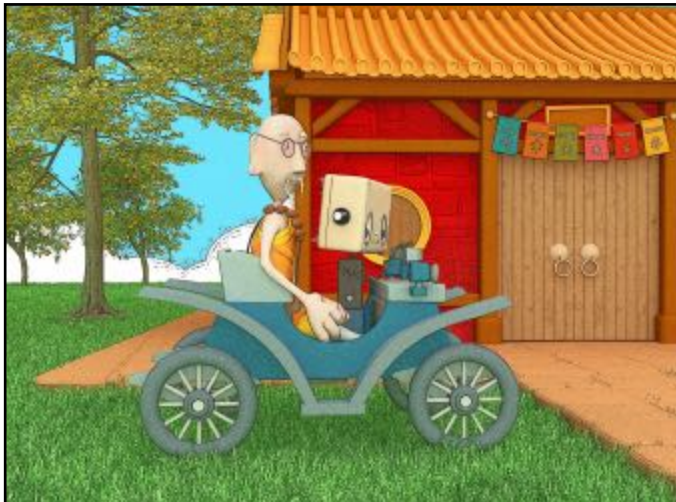
Le Moine et le Robot sont en voiture et s'en vont par la droite vers le monastère du Moine.



Ajna, Le 6 ème Chakra, Le Troisième Oeil  
Ce Chakra est situé sur le front entre les yeux.

## Chapitre 6 : Il manque une force

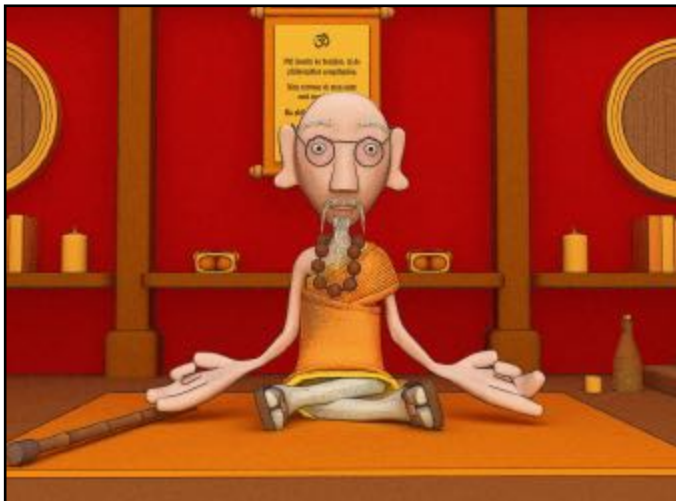
La spiritualité et la technologie  
Le Mantra de la Paix  
Les voies du Yoga  
Les couleurs de l'espoir



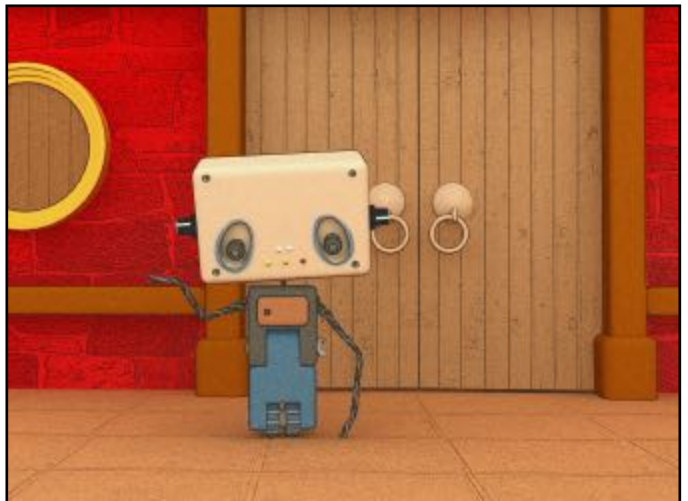
Après un trajet silencieux, le Moine et le Robot arrivent au monastère. Le Moine salue le Robot et le remercie de l'avoir accompagné à destination.



Le Moine gravit les quelques marches et entre au monastère. La porte se referme. Le Robot est triste et commence à perdre de son énergie.



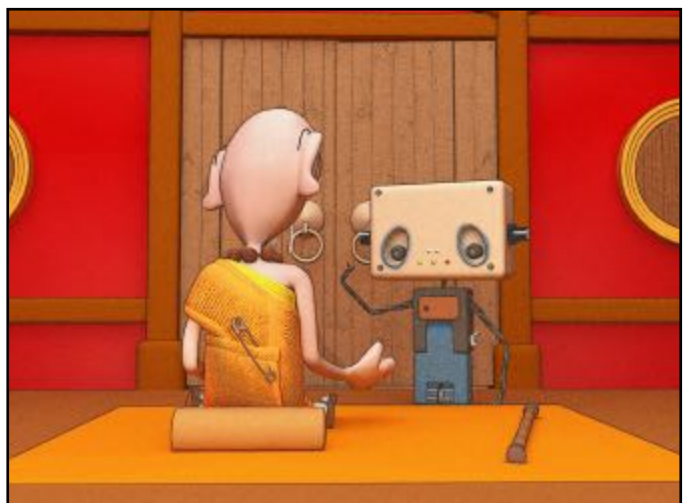
Le Moine se rappelle de la citation du Dalai Lama : « Nul besoin de temples, nul besoin de philosophies compliquées ... ma philosophie est la bonté ».



Le Robot reprend un peu vie. Le Moine entend sa voix intérieure: «La technologie si spirituelle peut être d'une grande valeur dans notre mission pour la paix».



Le Moine décide d'inviter le Robot et avec son pouvoir, fait un mouvement de Tai Chi pour ouvrir la porte.



Le Robot s'empresse d'entrer rejoindre le Moine à l'intérieur. La Porte se referme derrière lui.



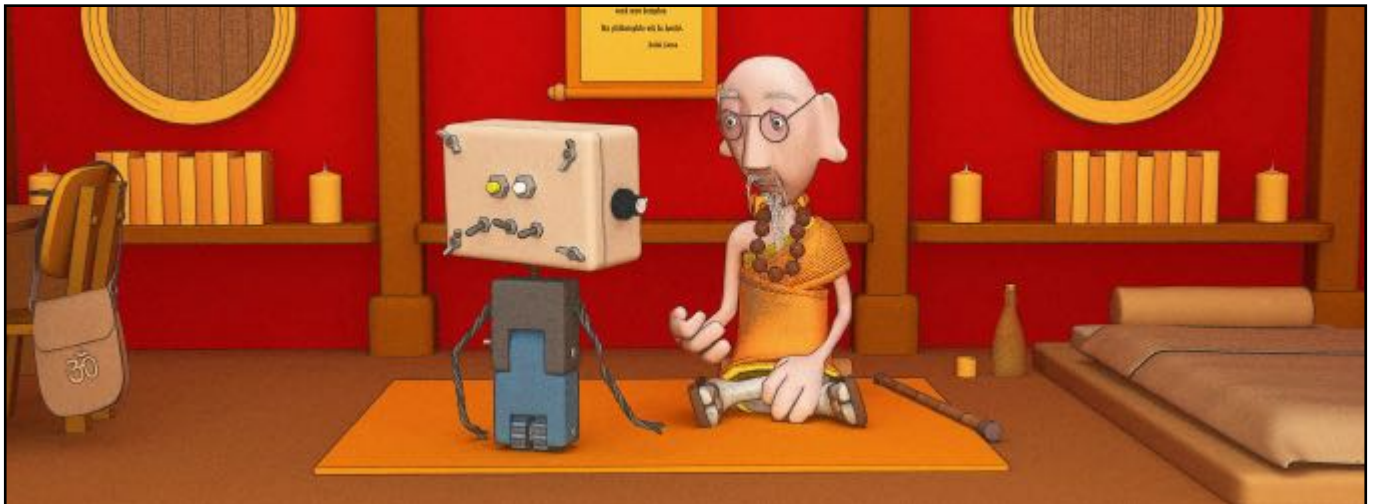
## Le Mantra de la Paix



Le Robot demande : « Vous chantez ? ».  
Le Moine dit : « Je récite le mantra de la Paix »  
(Loka Samasta Sukhino Bhavantu).



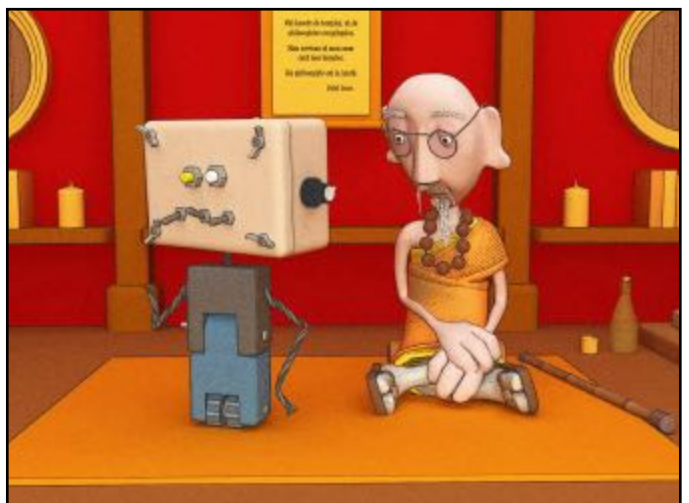
Le Robot demande : « Je ne connais pas cette chanson  
Dans quelle langue est-ce? Qu'est-ce qu'un mantra ? ».



Le Moine explique : « Un mantra est une séquence de mots qui sont chantés, généralement de façon répétitive, comme une forme de méditation, avec des pouvoirs psychologiques et spirituels. C'est en sanscrit et veut dire : « Que tous les êtres de tous les mondes soient heureux et vivent en harmonie ».



Le Robot : « Pourquoi tu la répètes tout le temps. Tu ne t'ennuies pas ? » Le Moine : « Non, c'est une prière que je répèterai, afin qu'elle se propage dans l'univers ».



Le Robot demande : « comment propager vos prières dans l'univers ? ». Le Moine reste perplexe et sort pour méditer à ce sujet.

## Les voies du Yoga



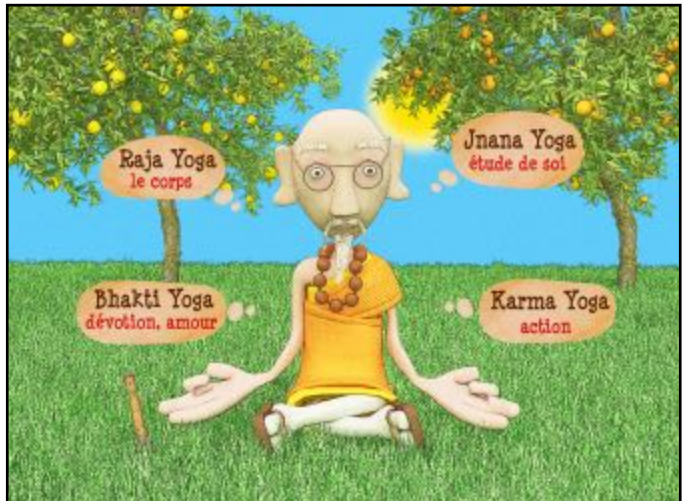
Robot : qu'est-ce que tu fais ? Moine : je médite pour la Paix, ça fait partie de mon yoga. Robot : Tu as dit à l'hôtel que tu allais m'expliquer ce qu'était le Yoga.



Moine : Tu as une bonne mémoire, je t'explique. Le Yoga propose une pratique pour aboutir à une liberté intérieure que l'on appelle Moksa \*.



Robot: «Je ne comprends pas. Comment faire du Yoga ?»  
Le Moine dit qu'il existe plusieurs voies et types de Yoga :



Raja Yoga (La vie corporelle), Jnana Yoga (la connaissance de Soi), Bhakti Yoga (La dévotion et l'amour), Karma Yoga (L'action désintéressée).



Le Moine : « Toutes ces voies se valent et mènent à l'éveil de la conscience. Mais, Il nous manque une force pour communiquer avec l'âme des hommes car leur mental est entrain de bloquer la connexion spirituelle vers l'âme ».



Les Bans commenceront à jouer la chanson «Bohemian Woman».



Ils voient sur le globe, qu'il y a encore une région en couleur et un chemin qui y mène, depuis le 7ème chakra et qui se termine par une spirale. Ce chemin n'est autre que le trajet d'exil du Moine en 1959.



Les Bans sautent dans le trou avec leurs sacs à dos et leurs outils artistiques.



Sahasrara, Le 7<sup>ème</sup> Chakra, La Couronne  
Ce Chakra est situé au sommet de la tête.

## Chapitre 7 : La Réunion

Les Bans arrivent sur Terre  
Le Moine accueille les Bans  
La Séance de Yoga  
Les révélations du Moine  
Voyage à la Cité des Hommes

## Les Bans arrivent sur Terre



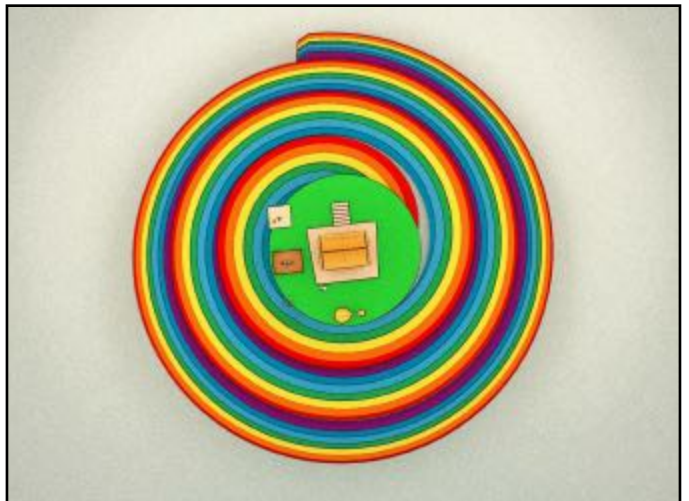
Les Bans sortent et découvrent avec émerveillement la vraie nature. L'écrivain regarde la carte et indique la direction à suivre.



Ils traversent les montagnes de l'Himalaya, tout en musique. La danseuse danse de joie, la peintre dessine les montagnes, la styliste chante avec les oiseaux.



Les Bans arrivent au bas de la montagne du Moine. L'écrivain montre du doigt le sommet de la montagne comme destination.



Les Bans enclenchent leur vitesse. Vues du ciel, on voit les couleurs gravir la montagne en spirale, avec les sept couleurs côte à côte.



De par leur grande vitesse, ils arrivent et trébuchent sur les premières marches du plateau.



Ils bousculent la porte et tombent à l'intérieur du monastère du Moine.

## Le Moine accueille les Bans



Le Moine, surpris, demande aux Bans : « qui êtes-vous? ». L'écrivain, avec les photos du cinéaste et les dessins de la peintre, va expliquer au Moine ...



... qu'ils étaient gris et sont devenus les sept chakras. Qu'ils ont été ensuite inspirés par les couleurs de la terre et sont devenus les sept arts.



Le Moine demande : « d'où venez-vous ? ». L'écrivain dit au Moine qu'ils se sont téléportés de la lune vers le 7<sup>ème</sup> chakra pour arriver au monastère par la route en forme d'hélice.



Le Moine demande : « Pourquoi êtes-vous descendus ? ». L'écrivain explique qu'avec le temps la terre est devenue grise et qu'ils ont perdu leur source d'inspiration ...



... et que seule la région du Moine était en couleur. Le Moine qui ressent la magie de la situation, caresse sa moustache et se réjouit de la présence des Bans.



Il leur dit : « Chers Bans, Vous êtes devenus les sept chakras et êtes affectés par la santé de la Terre, car vous avez le souvenir de la mémoire humaine ».



« Comment peut-on être heureux quand le monde va si mal ? Comment avez-vous pu supporter ce téléchargement de joies et de tristesses de la terre entière ? ».



Le Moine les voit agités et tristes, leur propose une séance de Yoga pour se remettre en forme corps et âme et reprendre un peu de couleur. Ils pratiqueront un des huit membres du Yoga, les asanas, des postures qui permettent la stabilisation du corps et du mental. Les Bans vont retrouver leurs couleurs peu à peu pendant l'entraînement.



Le Moine récite le Mantra de la paix et invite les Bans à faire de même, les yeux fermés en position de Lotus.



Les Bans décident de jouer la musique pour l'accompagner. L'art est beau et rempli d'émotion. Une larme descend des yeux du Moine, il est ému.

## Les révélations du Moine



Le Moine, qui constate qu'à travers l'art, les Bans ont pu se connecter à son âme à l'insu de son mental, eut une première révélation: « L'art me touche à mon fort intérieur à travers mes sens ». Il leur dit : « Les Bans, vous avez désormais la responsabilité de vous exprimer car vous pouvez atteindre l'âme de l'homme à travers votre art ».



Inquiet sur son bureau, le Moine, qui avait accepté quelques invitations, comme à Prague, s'est vite rendu à l'évidence, que ses paroles n'étaient pas suffisantes.



Les Bans peuvent toucher les âmes à travers l'art mais quel est message à transmettre, si le sien n'intéresse pas. Le Moine s'endort sur cette question.



Réveil avec la deuxième révélation : « Il faut que le contenu de l'art soit le message du peuple. L'art doit se pencher sur les problèmes qui rendent la terre grise ».

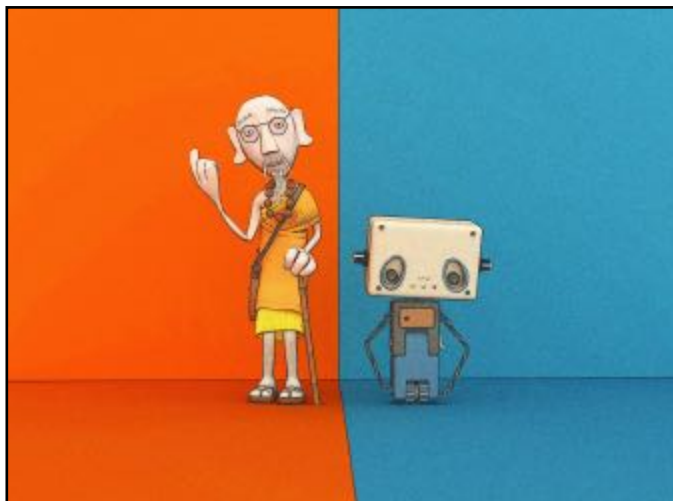


Le visage du Moine s'est revu rempli d'espoir. Il remercie le Ciel pour lui donner la force de continuer sa mission pour la paix. Il sort rejoindre les autres.





Nous, les Bans avons la responsabilité de nous exprimer car nous pouvons atteindre les âmes à travers notre art.



Il faut se dévouer pour atteindre la virtuosité, qui permet la connexion spirituelle à l'homme. Avec le Robot, nous pouvons envoyer les couleurs de l'art à la terre.



Mais, Il faut que le message soit spirituel. Votre art doit servir à sensibiliser les générations actuelles et futures aux problèmes du peuple.



Pour cela, nous devons voyager à la cité des Hommes pour trouver la voix du peuple.



L'art, La spiritualité et la Technologie sont enfin réunies.  
Les Forces du Bien sont prêtes pour leur voyage à la Cité des Hommes.

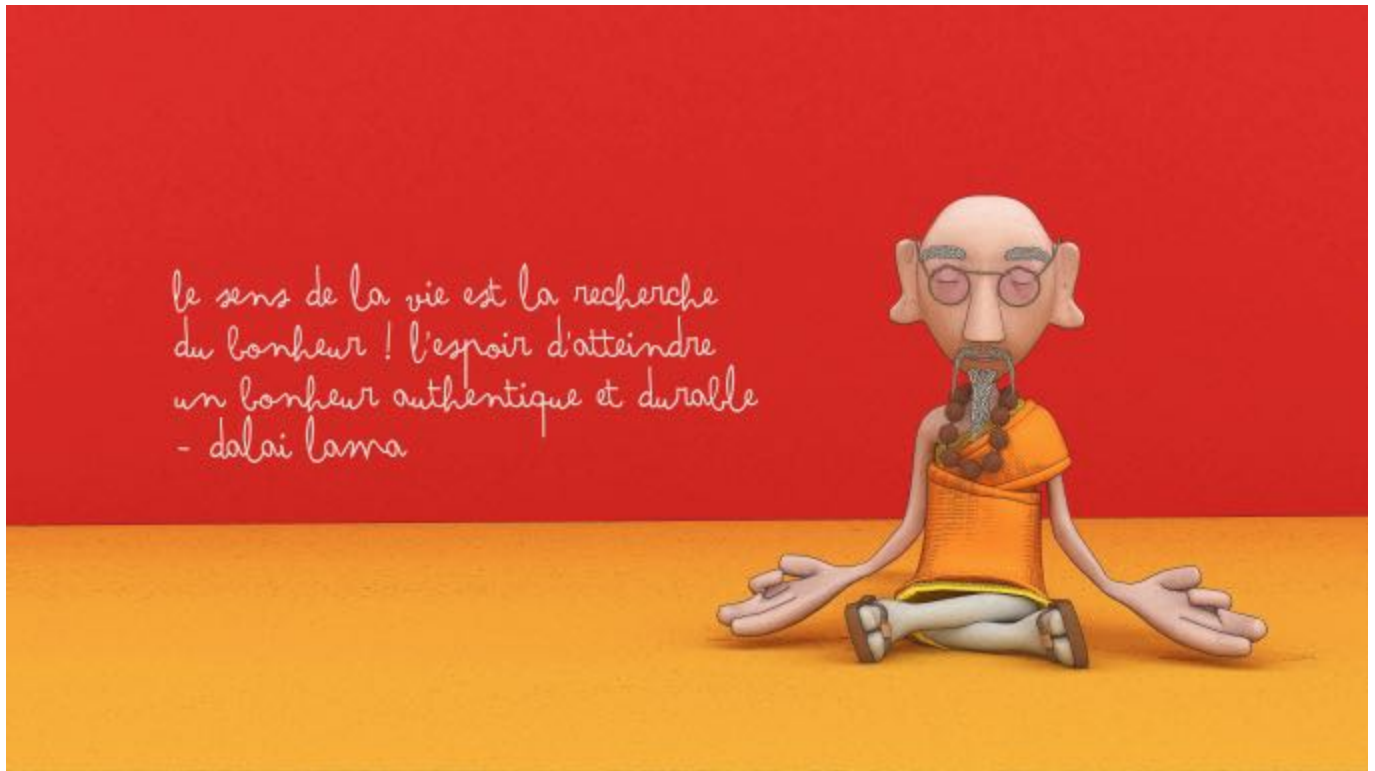


**Bouddha** : désigne un «être éveillé », quelqu'un qui s'est éveillé du sommeil de l'ignorance et voit les choses telles qu'elles sont réellement.

**Méditation** : C'est une pratique visant à produire la paix intérieure, la vacuité de l'esprit, l'apaisement progressif du mental ou une simple relaxation.

**Mantras** : sont composés d'une ou plusieurs syllabes qui sont récitées en boucle, basées sur des règles mathématiques très précises. Le grand sage Rinpoché les définit comme étant « ce qui protège l'esprit ».

**Moksa** : Le moksa est la découverte du *Atman*, du soi essentiel, du divin en chacun de nous, la grande Vérité, ou l'Âme.



**Mudra** : sont des positions symboliques des mains. En Inde, ils font traditionnellement partie de tout acte spirituel, en particulier la méditation.

**Namaste** : symbolise la croyance qu'il existe une lumière divine en chacun de nous, située dans le chakra du cœur. Ce geste est un signe de reconnaissance d'une âme envers une autre âme.

**Tai chi** : est un art martial chinois qui peut comporter une dimension spirituelle, cultivant l'énergie appelée chi.

**Om** : un des symboles des plus sacrés de l'hindouisme, il est considéré comme la vibration primitive divine de l'Univers.

fin

Le Prochain tome est le  
Tome 2 - La Cité des Hommes



[www.banstudio.net](http://www.banstudio.net)

# La Grande Aventure, Tome 1 : Les Forces du Bien



La Grande Aventure est une aventure spirituelle dont les principales intentions sont de promouvoir les bonnes valeurs, de faire prendre conscience des grands défis de notre époque et de partager les fruits de la méditation du Moine pour la Paix dans le Monde.

Dans ce premier Tome, le Moine, qui représente la spiritualité, rencontrera de nouveaux amis alliés, le Robot et les Bans, qui représentent la technologie et l'art.

La spiritualité, la technologie et l'art sont les Forces du Bien et se livrent à une aventure spirituelle pour apporter des couleurs à notre Terre devenue grise.