



*Les piliers de la création – Image prise par le télescope Hubble en 1995
à celles prises par le télescope James Webb cet été en 2022*

Résilience dans un univers insensé : s'inspirer de la danse des galaxies

Ardente participante aux conférences de la SAF, la Société d'Astronomie Française, sur l'initiative de mon fils le plus jeune – nos enfants nous rendent tellement meilleurs ! – je trouve chez les Astronomes une source infinie d'**inspiration philosophique pour mon activité de coaching : science et conscience.**

J'écoute hier l'excellent podcast la terre au carré sur France Inter [La danse du cosmos avec David Elbaz \(radiofrance.fr\)](#), astrophysicien et directeur scientifique du Département d'Astrophysique du CEA Saclay. Il explique simplement que **dans un univers littéralement insensé** (dans le cosmos, il n'y a ni haut ni bas, ni droite ni gauche), **les galaxies qui dansent offrent une résilience supérieure aux chocs** du cosmos.

Comme un cadeau astronomique, une recette universelle de résilience dans un monde sans queue ni tête s'offre naturellement à nous, à moi... aux managers et aux équipes que j'accompagne dans leur quête de résilience au cœur de leur système en perte de sens.

1. Observer le vide longtemps, jusqu'à ce que la lumière apparaisse

« Que ferais-tu Mark avec Hubble si tu disposais de tout ce temps d'observation ? demanda Robert Williams. – **J'observerais une région vide du ciel pendant aussi longtemps que possible jusqu'à ce que les galaxies les plus lointaines finissent par apparaître.** »

Le 25 décembre 1995, le télescope spatial Hubble pointa une région vide dans le ciel, tout près de la Grande Ourse et dévoila l'existence de plusieurs milliers de galaxies.

Cette image (à gauche ci-dessus) contient à elle seule l'histoire de l'univers depuis la naissance des premières galaxies, colonnes de poussières interstellaires située à 7000 années-lumières de la Terre dans la Nébuleuse de l'Aigle.

INSPIRATION COSMIQUE N°1 : Prendre le temps de fixer le vide, longtemps, au rythme du corps qui n'est pas le brouillard abrutissant du rythme de la tête. **Se mettre tout entier au service du corps pour gagner en focus** et en précision jusqu'à ce qu'on perçoive la matière à travers le vide, jusqu'à ce que la lumière se fasse pour les coaché.es. La nébuleuse se dessine alors : la confusion foisonnante de l'esprit qui tourne à vide laisse place lentement à une première forme, plus simple et plus essentielle.

2. Identifier les zones d'ombre et les jeunes lumières

Au cours des vingt années suivantes, les découvertes astronomiques se sont succédées à un rythme intense : entre l'image prise par le télescope Hubble en 1995 et celles prises par le télescope James Webb à l'été 2022, on découvre des zones sombres et de jeunes lumières.

On observe alors la **matière noire ou matière sombre** dont la définition wikipedia indique : matière hypothétique qui n'interagit pas, ou extrêmement peu, avec la matière « ordinaire », ni avec la lumière, rendant sa détection et sa caractérisation très difficiles. **Sa présence n'est détectée que par son influence gravitationnelle, non négligeable dans le cosmos.** Cette matière noire éveille différentes hypothèses sur sa composition : gaz moléculaire, étoiles mortes, naines brunes en grand nombre, trous noirs et est contestée par divers modèles cosmologiques la considérant comme un simple artefact.

On s'intéresse aussi de près aux petits points rouges clairsemés dans l'image et cette quête rappelle celle des chercheurs d'or qui passent au tamis une myriade de grains de sable en quête d'une pépite. Grâce au télescope James Webb, on peut enfin connaître la forme et la masse des galaxies qui remontent aux trois premiers milliards d'années de l'histoire de l'univers

Des fleuves et des rivières au plus profond de l'univers indiquent les lieux de fécondité de l'univers. À l'intérieur, **des fœtus d'étoiles-les cœurs pré stellaires-s'accumulent** le long de la rivière. On les distingue sous la forme de points blancs clairsemés dans les rivières, véritables océans fertiles de galaxies naissantes, tout entières baignées dans la poussière, essentiellement invisibles. **Leur découverte a bouleversé notre compréhension de nos origines cosmiques.**

INSPIRATION COSMIQUE N°2 :

- C'est une véritable **exploration de chercheur d'or** qui s'offre au coaché en quête de ses pépites. **Indice de la matière sombre** : c'est un pivot gravitationnel, comme le point fixe d'un mouvement essentiel, souvent nié, enfoui, contesté même. **Indice d'étoiles naissantes** : l'accumulation dans le sens du courant (le long de la rivière)... Il s'agit de tamiser avec la joie du chercheur d'or... et de pointer, dans la bonne direction !
- **La Coach joue le rôle de télescope, miroir grossissant et focalisant** : sa performance se joue dans la capacité à offrir un point de focale dans un vide apparent où la matière, sombre ou lumineuse, est susceptible d'apparaître pour les Coaché.es.
- La découverte des pivots sombres comme des lumières est **bouleversante** : il s'agit pour la Coach de veiller à l'espace des Coaché.es, un espace de sécurité, de chaleur, à son rythme. Quelle ouverture des possibles libératrice s'ouvre alors aux Coaché.es !

3. Mettre en tension la matière noire (ombre) et la lumière pour créer le mouvement, facteur même de la résilience

On doit le mouvement à une femme : Vera Rubin, astronome américaine née en 1928 et connue pour son étude sur la vitesse de rotation des étoiles dans les galaxies spirales. C'est elle qui consolida l'hypothèse de la présence de matière noire dans la périphérie des galaxies. Elle montre qu'Andromède danse, comme ce que les anglophones appelleront les galaxies « Derviches Tourbillonnants ».

David Elbaz explique en synthèse (en tous cas ce qu'il m'en reste) que c'est de la tension entre la matière noire (puit de gravité) et les étoiles nouvelles que naît la danse des galaxies : elles se mettent à tourner sur elles-mêmes.

Et merveille du mouvement : On observe alors que les galaxies qui dansent absorbent remarquablement les chocs; quand on les heurte, elles offrent une nouvelle résilience, bien supérieure.

INSPIRATION COSMIQUE N°3 :

La danse intérieure entre ses ombres désormais conscientisées, et ses lumières désormais libérées, est comme un mouvement en pleine conscience. De ce mouvement centré sur soi, on tire une résilience exceptionnelle... indispensable propriété quand on évolue dans un univers insensé.

Dans son livre, David Elbaz cite Albert Einstein dans une Lettre à son fils Eduard datée du 5 février 1930 : « Car chez l'homme, c'est comme pour le vélo. Ce n'est que lorsqu'il roule qu'il peut tenir confortablement en équilibre. »

En conclusion, cette invitation astronomique à devenir à notre tour un **Cosmic Dancer (au son de T-Rex, bien sûr)**, chaloupant et roulant dans un mouvement naturel entre ses ombres et ses lumières, ouvre pour la Coach que je suis de bien joyeuses perspectives...