

Capsule temporelle

Sitographie

- Principes
 - Article Wikipédia sur la capsule temporelle
 - Article de Blog : "Une capsule temporelle pour contacter votre futur moi"
- Autres services en ligne
 - mailenium Service sur Internet / Lettres, colis ou mails
 - futureme Service sur Internet / mail
 - MailFreezr Service sur Internet / mail

Mind Map créée par Chris Delepievre sous licence :

Qu'est-ce que c'est ?

- projet collectif de sauvegarde d'informations et de biens en guise de témoignage pour d'autres générations
- Ou... l'expérience d'une lettre personnelle adressée à soi-même dans le futur...*
- Outil de développement personnel
 - expérience originale à vivre et enrichissante
 - excellent outil d'introspection
- Une photo de l'esprit à un instant t de sa vie

Objectifs

- Capturer ce qu'il se passe dans notre tête à un instant donné *aider à prendre conscience du changement qui s'opère en nous à travers les années*
- lors de la rédaction de la lettre
 - faire une pause
 - réfléchir sur sa vie
 - dresser un bilan faire le point avec soi-même
 - se fixer des objectifs
 - au niveau personnel
 - mais aussi professionnel
- lors de la réception et la relecture de sa lettre
 - mesurer sa propre évolution un an après
 - prendre conscience de son cheminement
 - se rendre compte des changements dans sa vie
 - redécouvrir certains éléments de notre sagesse d'alors

Pourquoi ?

- Chaque version de soi-même contient une forme de sagesse bien particulière
- Quand on est dans le feu de l'action, les imperceptibles changements s'immiscent sans que nous puissions les voir
- Ce que nous tenons pour acquis à l'instant présent est **volatile**
- ...et sera probablement oublié tandis que notre vie évolue...

Comment ?

- Rédaction
 - d'une lettre pour soi-même dans le futur
 - comme si vous vous adressiez à votre meilleur(e) ami(e)
 - Capturez un témoignage du présent ainsi que vos attentes pour le futur
 - Etablissez une vraie connexion avec votre "futur moi"
 - Soyez amical et divertissant
 - Conseils
 - Décrivez votre réalité le plus fidèlement possible**
 - Concentrez-vous sur la situation présente
 - Veillez à être suffisamment explicite pour se faire comprendre par son "futur moi"
 - Liste de questions utiles à se poser
 - Enveloppe à sceller et y indiquer l'adresse d'envoi
 - Type de message
 - Lettre, e-mail
 - Mind Map
 - Dessin
 - Enregistrement audio/vidéo
 - ...
- Stockage puis envoi
 - Date d'ouverture
 - à 1 ou 2 ans
 - anniversaire
 - retraite
 - mariage
 - ...
 - choisir non pas un délai mais un événement précis
 - un rituel de capsules temporelles
 - à intervalles réguliers
 - à écrire à chaque nouvel an ou pour votre anniversaire
 - Autres options
 - Répondre à sa lettre après l'avoir lue
 - pour relire les divers dialogues entre plusieurs anciennes versions de nous-même
 - Envoyer à un autre destinataire
 - à ses amis
 - à ses propres enfants
 - à des membres de sa famille
 - lettre post-mortem
 - ...