

根

Racines

Magazine numéro 1 - Mai 2007



Bouddhisme: La religion du bonheur

Médecine Chinoise: Entre guérison et malversation

Interview: Mlle Christelle Joinet, diplômée de
massothérapie

4,60 euros



782225 848360

Editorial- Sur la route de l'Occident

À ceux qui apprennent le chinois... on leur dit toujours "vous avez raison c'est la langue de l'avenir !". D'ici quelques années devra-t-on tous s'y mettre ? La Chine s'est-elle à ce point développée pour que sa langue devienne le langage universel ? Ils sont plus d'un milliard sur la planète, et la plupart des grandes villes du monde ont maintenant leur "Chinatown" ... En France la communauté chinoise est arrivée par vagues. Aujourd'hui très présente, elle a su s'implanter en créant des communautés, comme dans le 13ème arrondissement de Paris. Mais nos nouveaux amis ne sont pas arrivés les mains dans les poches. Ils ont emporté une multitude de produits dans leur valise... Des articles "made in China" qui ont rempli notre quotidien. Scooter, oméga 3, riz, massage, vêtements, jouets... autant de produits qui envahissent désormais nos marchés, et avec lesquels il faut composer. Tout au long de ce dossier vous pourrez découvrir comment la Chine a su discrètement imposer sa culture et ses traditions.

Repères

Capital: Beijing

Le Régime politique: République populaire de Chine, créée en 1949, Hu Jintao en est le Président

Superficie: 9,6 millions de km² (17 fois et demie la taille de la France)

Population: 1,3 milliards d'habitants contre à peine plus de 60 millions en France

Langue: La langue officielle de Chine est le chinois mandarin. Seulement, la plupart des 55 ethnies minoritaires possèdent leur propres langues.

Espérance de vie: 71 ans

Monnaie: Le yuan. 1 euro = 9,40 Yuan

La médecine chinoise: une nouvelle tendance



En 5000 ans d'histoire attestée, l'acupuncture est probablement la plus vieille technique médicale pratiquée de façon continue sur la planète. Alors que la médecine occidentale cherche à traiter le symptôme, la médecine chinoise est plus préventive et cherche à comprendre les causes de la maladie. Les processus de guérison sont donc totalement différents.

La médecine chinoise traditionnelle est très rependue dans de nombreux pays européens, tel-que l'Allemagne où elle est reconnue par l'État. En France

c'est un autre problème, la majorité des médecins n'étant pas diplômés de médecine mais souvent reconvertis d'un métier très éloigné, l'État ne veut pas reconnaître cette profession. " J'étais banquier, explique William Testard, puis vers mes 35 ans ma vie ne me convenait plus. Je voulais me tourner vers les autres, avoir une profession indépendante sans trop d'années d'études. Alors j'ai passé mon diplôme de médecine traditionnelle chinoise certifié par les hôpitaux de Shanghai. " Dès la rentrée prochaine, seuls les médecins généralistes ayant décidé de se spécialiser bénéficieront d'un statut officiellement reconnu.

La France, pas encore prête

Et pourtant ils existent plusieurs écoles sur le territoire, et notamment en province. Des écoles qui proposent divers cursus possibles comme à l'école Shao Yang ou encore l'école franco-chinoise. En 2 à 6 ans, l'école délivre un diplôme de médecin chinois, pour environ 1300 euros par an qui, faute de mieux, sera toujours reconnu par les patients. Il est également possible de suivre des stages ou des formations de massothérapie. Les Assedic par exemple propose des formations de massothérapeute en six mois seulement. Tout doit être appris : l'anatomie (celle qu'apprennent les médecins généralistes français),



Table de massage dans un cabinet de massothérapie

le Qi et sa circulation, les plantes et ses actions thérapeutiques et les différentes zones réflexes qui, bien sûr, fonctionnent ensemble (à savoir qu'il y en a 350 dans chaque pied et pas moins de 700 dans les oreilles... et ce ne sont que les extrémités).

La France ne semble pas encore prête à accueillir cette médecine. Alors qu' " en 1978 l'Organisation Mondiale de la Santé avait publié un rapport reconnaissant officiellement l'acupuncture en tant que pratique médicale efficace et acceptée " (extrait tiré de Guérir, de David Servan-Schreiber), la France se referme. Ces dix dernières années, deux lois ont été appliquées qui restreignent les possibilités d'exercer des massothérapeutes. La première dit que seuls les médecins et les infirmières ont le droit de planter une aiguille, les massothérapeutes ne peuvent ainsi plus utiliser l'acupuncture en toute légalité. La deuxième concerne les thérapies par le magnétisme et la réflexologie. Les kinésithérapeutes, se sentant en danger avec l'apparition de cette médecine chinoise, ont acheté le "droit de la main", eux seuls ont le droit de toucher un corps dans le cadre d'une thérapie. Ces derniers peuvent désormais forcer un massothérapeute à fermer s'il se situe dans la même rue qu'eux.

Mais les ennuis ne se terminent pas là. Lorsqu'il décide d'ouvrir un cabinet et de pratiquer l'acupuncture, il est toujours difficile de trouver des aiguilles (2 boutiques à Paris). Plus étonnant encore, " en sortant de la consultation et jusqu'à ce que le client arrive à son domicile, on est responsable en cas d'accident, les aiguilles pouvant en être la

cause ..." nous confie Christelle Joinet, une massothérapeute de 35 ans qui exerçait à domicile il y a un an encore, mais qui a préféré arrêter vues les risques encourus. La seule possibilité qui leur reste alors est de

La médecine expliquée

La médecine chinoise reste encore, pour beaucoup d'entre nous, un mystère... Quand on en parle, on a plus tendance à penser potion que thérapie alors que les effets thérapeutiques sont incontestables. Qu'est ce qu'est réellement la massothérapie ? Explication de Christelle Joinet, diplômée de l'école franco-chinoise.

D'où vient la massothérapie ?

Depuis des millénaires, la massothérapie fait partie intégrante de l'art de guérir dans les civilisations chinoise, indienne et même amérindienne ! Cette méthode reconnaît l'existence d'une énergie vitale, un flux qu'on appelle le Qi (prononcé " chi "). La massothérapie favorise la libre circulation du Qi dans le corps et participe à l'élimination des toxines.

En quoi ça consiste ?

En fait le Qi circule dans tout le corps, son équilibre assure la bonne santé. Du coup tout disfonctionnement de cet équilibre correspond à un blocage de la circulation du Qi dans le corps.

Donc ce blocage peut avoir diverses origines (émotionnelle, psychologique ou physique) et il est à la source d'un processus pathologique qui va entraîner la maladie et le mal être.

J'utilise différents procédés pour y remédier : la médiation (qui régénère), la nutrition (qui introduit les constituants qui renouvellent notre corps et nos cellules), les herbes médicinales, l'acupuncture (la méthode la plus directe qui consiste à planter des aiguilles sur le Qi pour le rééquilibrer), la moxibustion (plantes brûlées qui dégagent une fumée que l'on passe au dessus des points de pression pour libérer le Qi) et la réflexologie (technique de massage-pression sur des " zones réflexes " pour guérir). L'acupuncture et la réflexologie utilisent le même cheminement, le même Qi, mais parfois je plante des aiguilles, et d'autres fois je préfère exercer une pression...

La relation avec un médecin et son patient diffère-t-elle de la médecine chinoise-occidentale ?

Déjà avant la thérapie, un premier entretien de psychanalytique permet de déterminer la thérapie. La médecine chinoise prend énormément en compte la personne. C'est pourquoi je passe au moins une heure par consultation avec mes patients. J'apprends à les connaître, à cerner leur mal être pour ensuite mieux les soigner. Une consultation va donc se diviser en plusieurs séquences : une phase d'observation de la personne, son comportement, (pour la classer dans une des quatre catégories : vent, feu, terre, eau) suivit du toucher pour déterminer les zones sensibles et à la fin un interrogatoire très varié pour que le patient se livre. Cette médecine est beaucoup plus personnalisée, plus à l'écoute en fait. Et puis il ne faut pas oublier aussi que la médecine chinoise est beaucoup plus préventive que chez nous.

N'est-ce pas parfois des charlatans ?

Oui il y en a toujours et partout... Mais l'acupuncture fonctionne très bien pour une liste de pathologie très fixe. Après quand on s'y éloigne oui ça devient du n'importe quoi. Mais des études ont été menées qui montrent par exemple que l'acupuncture provoque deux fois plus de succès pour les inséminations artificielles. Une autre est complètement délirante, c'est une étude américaine qui prouve que 80% des fœtus qui se présentent par le siège arrivent à se retourner !! C'est fascinant non ? Il ne faut pas sous-estimer notre Qi...

Propos recueillis par Laure Bourru

travailler dans des hôpitaux en tant qu'assistant d'un médecin français, dans le cadre de l'accompagnement en fin de vie.

entre " 7000 et 8000 euros par mois "

Pourtant elle gagnait bien sa vie. "Je pratiquais des tarifs qui allait de la consultation gratuite pour les amis et la famille, et de 20 euros pour les gens dont l'intérieur était modeste jusqu'à 150 euros pour les plus riche". Elle pratiquait également des forfaits, entre 500 et 800 euros, pour un mois de remise en forme, de traitement particulier ou d'amélioration du système immunitaire. Des tarifs qui ne repoussent pas la clientèle... Elle touchait entre "7000 et 8000 euros par mois" avec une clientèle très européenne. " Un jour une jeune suisse est venue me voir, de passage chez un ami à Montparnasse je crois... et elle est venue en consultation. Après avec une copine elles prenaient régulièrement un aller-retour juste pour la séance. Ça marche réellement pas le réseau " nous raconte Mme Joinet avec amusement.

La médecine traditionnelle chinoise fait son bonhomme de chemin au travers de l'hexagone. Ne disposant d'aucune publicité, ces médecins quelque peu hors du commun se font connaître grâce au bouche à oreille. William Testard,



docteur en médecine chinoise, dites douces, à Paris : "Une fois j'ai reçu une famille de Camerounais venue en vacances. Ils ont été satisfaits et ont parlé de moi dans leur village en Afrique. Maintenant, dès qu'un de leurs amis vient en France, il passe par mon Cabinet !" Par contre, pas ou peu de clients chinois... ils préfèrent consulter un médecin chinois d'origine, d'autant plus que c'est une tradition qui se transmet, et que souvent il y a déjà un médecin dans les grandes familles. "Les chinois sont de nature très timide, ils ne viendraient pas d'eux même nous voir, surtout qu'ils connaissent déjà des chinois proches d'eux pratiquant cette médecine" raconte M. Testard.

de plus en plus de charlatans

A la grande différence de notre médecine traditionnelle, celle-ci se veut globale : "un mal à l'épaule sera soigné

par un médicament spécifique au mal d'épaule avec un médecin occidental. La médecine chinoise soignera l'ensemble du corps car tout est lié à l'intérieur "

explique William Testard. L'acupuncture par exemple guérit pour une liste de pathologie très fixe. Cela englobe tout ce qui est émotionnel, les dépressions, les migraines... "70 à 80% des gens qui venaient pour une migraine repartait guérit" s'est félicité Christelle Joinet.

Mais " Les chinois voient l'heure dans l'œil des chats " (Charles Baudelaire) ! On trouve désormais de plus en plus de charlatans sur le marché de cette médecine lointaine. Il est facile de dire qu'il faut attendre pour voir les effets... alors qu'ils doi-



vent être rapides. Pour l'acupuncture également, le nombre d'aiguilles plantées dans le corps "ne doit pas excéder les 7 ou 8, 10 pour des pathologies lourdes... Si vous stimulez trop de points, aucun ne l'est !". C'est pourtant plus crédible aux yeux des clients de planter 35 aiguilles au lieu de 7, tout comme de faire de grandes incantations alors qu'en rien ça n'agit sur le corps.

plus rien de thérapeutique

La médecine chinoise n'a pas trouvé sa place. Au-delà de ceux qui la pratique illégalement et de ceux qui la détournent pour s'enrichir, il y a aussi ceux qui s'en sont servis pour un tout autre marché. Tout ce qui vient de cette médecine a été pris en France mais pas pour un effet thérapeutique. Les drainages lymphatiques ont été utilisés pour supprimer la cellulite, les oméga 3 ont envahi nos rayons et notre vie, les soins bien-être et bain douche "aromathérapie" sont très prisés... à noter le changement de lettre, nouvelle appellation française qui a été acceptée pour ne pas aller à l'encontre de la loi, thérapie signifiant soigner, et les bain douche n'ayant plus rien de thérapeutique !

La France n'est peut-être pas encore prête à accepter cette autre médecine. Pourtant l'aide qu'elle pourrait nous apporter n'est pas à refuser, autant dans la connaissance des plantes que la maîtrise de l'énergie corporelle. ●

Laure Bourru

Le retard de la Chine...

Les aides sociales couvrent quasiment tous les français, chacun ayant une couverture médicale en cas d'imprévu. Pourtant, dans beaucoup d'autres pays il n'en est pas de même. Suite à sa forte croissance économique, la Chine tente de combler quelque peu son retard en la matière...

La création du système de sécurité sociale en Chine a commencé en 1950, presque 200 ans après la France (1781). Malgré de nombreuses réformes, telles les assurances chômage ou maladie créées en 1984, une différence conséquente perdure entre pauvres et riches. Durant des siècles, les paysans ont payés un médecin à l'année. Celui-ci les remboursait en cas d'interventions, rappelant le système des mutuelles françaises.

Aujourd'hui, la médecine chinoise est devenue la "médecine des pauvres". Bien que 108 950 000 des salariés soient couverts, "le principe de solidarité entre voisins ou amis permet à beaucoup de s'en sortir" explique le géopoliticien Pierre Picquart. Les personnes les plus riches ont optés pour une médecine plus en vogue pour la "nouvelle Chine" : la médecine occidentale. Des laboratoires souhaitent s'implanter dans les grandes villes, mettant fin à la pharmacopée (traitement par les plantes). Seul la région autonome du Tibet résisterait encore à l'invasion occidentale.

La sécurité sociale refuse tout remboursement

Contrairement à la Chine, la médecine traditionnelle chinoise est considérée comme un luxe en France. Les médecins pratiquant ces thérapies n'étant pas officiellement reconnus, la sécurité sociale refuse tout remboursement. La consultation variant à la tête du client, elle peut atteindre 150euros. Sans oublier les frais de traitement, à 40euros le flacon de plantes en poudre, il faut compter environs 150euros supplémentaires. Seuls des traitements utilisés à l'occidentale, le drainage lymphatique par exemple, servant à combattre la cellulite, sont en partie remboursés par quelques mutuelles (tel la MMA).

Ainsi, cette médecine innovante qui a déjà fait ses preuves n'est pas à la portée de tout le monde. Heureusement, un traitement n'est pas obligatoire. Certains médecins le considèrent même comme inutile.

Dans chacun des deux pays, la médecine étrangère s'impose. En France l'acupuncture devrait être reconnue, et donc remboursée, dès la rentrée prochaine, mais seulement pour les médecins généralistes s'étant spécialisés. Concernant la Chine, une telle évolution n'est pas prochainement envisageable pour la médecine occidentale. Les aides médicales ne recouvrant pas encore toute la population. ●

Stéphanie Benedicto

Chiffres & Données

La Chine et l'économie:

- 1 habitant sur 5 de la planète est chinois
- la Chine possède 752 millions de personnes actives
- 1 portable sur 3 vendus dans le monde vient de Chine
- Une nouvelle centrale électrique est créée chaque semaine en Chine
- Le coût horaire d'un ouvrier textile est de 15,10 dollars de l'heure aux USA, 22 fois plus qu'un ouvrier chinois.

Récapitulatif du boom économique en Chine

Depuis quelques années, la Chine connaît une croissance économique sans précédent. Grâce à une main d'œuvre quasi inépuisable, l'exportation ne cesse de croître. Non sans conséquence...

Ainsi, la Chine est aujourd'hui la 6ème économie mondiale, le 4ème exportateur (derrière les Etats-Unis, l'Allemagne et le Japon) avec un pourcentage de 5,1 en 2002 (en égalité avec la France). D'ailleurs, elle est le 10ème client de l'hexagone. Les échanges entre les deux pays s'étant fortement accrus ces dix dernières années, avec, en 2000, l'introduction par la Chine de 265 projets techniques en France, d'une valeur de 660 millions de dollars. C'est donc dans le commerce extérieur que réside la plus forte modernisation économique (+ 35% en 2004). Une exportation qui continue d'augmenter avec la tassement des importations et la diminution des frais de douanes.

Seulement tous ces changements entraînent des effets négatifs : les échanges internationaux sont assurés par des entreprises étrangères ayant investi dans les secteurs industriels les plus performants. L'Etat progresse dans la restructuration des entreprises, mais cela engendre un coût social élevé.

Un autre frein pourrait stopper cette croissance : la pollution qu'elle engendre. L'industrialisation réduit les espaces cultivables et contamine les eaux douces. Enfin, la facture énergétique est de plus en plus élevée. La Chine est le 2ème exportateur mondiale de pétrole.



La chine aux milles merveilles



Aux portes de Paris existe un lieu de rendez-vous privilégié pour la communauté chinoise : la Chinagora.
Petit coin de détente en plein centre de Maison Alfort...

Une intégration réussie

Cela fait longtemps que l'on croise des chinois dans nos rues, mais ils sont de plus en plus à quitter leur pays d'origine pour venir s'installer dans l'hexagone. Bien qu'ils se soient établis dans presque tout Paris, un quartier en particulier les rassemble : le 13ème arrondissement.

Rêvant d'une vie meilleure où la pauvreté ne serait plus qu'un lointain cauchemar, nombreux sont les chinois à avoir tout quitté pour accomplir le "rêve européen". Attirés par le rayonnement économique et culturel de la France, cela fait plus de 2000 ans que les premiers sont arrivés.



Caissière du quartier chinois

L'aspect romantique de la France plait énormément aux chinois, c'est d'ailleurs pour cette raison qu'il la préfère aux USA "explique Pierre Picquart, géopoliticien spécialisé dans les relations France-Chine. "Ils sont désormais nombreux, à Paris notamment, avec plus de 175 000 personnes d'origine chinoise".

Lorsqu'on se promène dans le quartier chinois parisien, on se sent comme dépaycé, tout paraît d'origine.

Les enseignes arborent de jolis caractères asiatiques, rarement traduits. Des publicités directement importées façonnent le paysage, du supermarché "Tang" au coiffeur "Dragon rouge". Le centre des Olympiades abonde de commerçants chinois, à croire que tous s'y sont regroupés. Immanquablement, on y retrouve un grand nombre de restaurants typiques. L'allée qui mène à ce lieu est peuplée de familles, hommes, femmes et enfants qui semblent, malgré leur intégration visible, être toujours en phase avec leurs traditions.



Chinois aux Olympiades

"Je suis arrivée ici en 1997 avec toute ma famille, ça n'a pas été évident d'économiser pour le voyage mais nous ne regrettons pas de l'avoir fait" témoigne Yang Li, 22 ans étudiant en communication à Paris. "C'est vrai que je fréquente beaucoup de français, notamment durant les cours, mais dès que je rentre je retrouve nos traditions que mes parents m'ont fortement transmises".

"une attitude discrète"

Lors des premières mouvances d'immigration, la culture chinoise étant aux antipodes de l'occidentale, ils ont été confrontés au racisme. De nature discrète ils ont su se regrouper entre eux afin de conserver leur mode de vie et quelques repères. "Aujourd'hui l'intégration des chinois en France connaît une nouvelle évolution. Les jeunes arrivent mieux informés et n'ont plus aucune crainte à afficher leurs différences, même s'ils conti-



Entrée des Olympiades

La Chinagora



nuent à se réunir essentiellement entre eux. Il conserve malgré tout une attitude discrète, caractéristique de l'Asie" raconte Pierre Picquart.

Au cours des millénaires les chinois ont toujours su s'acclimater aux conditions de vie qui leur était imposées. C'est ainsi qu'ils ont réussi à s'intégrer sans remous en France. Malgré le fait qu'ils arrivent en masse depuis la fin de la seconde guerre mondiale, ils n'ont jamais été la source d'un quelconque conflit avec la population française. Aimables "voisins" ils font désormais partis de notre quotidien.

Stéphanie Benedicto, Laure Bourru



Dorian Dora, 7,20 euro le kilog

Moniale ou une vie de dévotion

Les moines bouddhistes sont nombreux à travers le monde, et notamment en France où cette philosophie s'est épanouie. Mais parmi ses adeptes ont rencontré également des femmes... les moniales. Rencontre d'Élisabeth Drukier.

Bouddhisme : nom masculin, originaire du nord-est de l'Inde, le bouddhisme est l'une des principales religions du monde. Son principe repose sur l'enseignement de Bouddha qui signifie "Celui qui a reçu la lumière".

En France de nombreuses personnes, poussés par la curiosité et le besoin de nouvelles formes de croyance, se sont déjà initiés au bouddhisme, grâce notamment à des centres. On y propose des enseignements, des retraites et des méditations comme dans celui de Kalachakra (Paris-10). Élisabeth Drukier, présidente du centre Kalachakra, est l'une des ces moniales, une de celles qui ont décidé de consacrer leur vie au bouddhisme.

Dans une salle en longueur, reposante et exotique, une cinquantaine de personnes se sont retrouvées pour la méditation guidée. C'est dans de cette ambiance détendue qu'Élisabeth Drukier accompagne la réflexion. Aujourd'hui cette femme de 58 ans nous guide vers une méditation analytique. "Se connaître soi-même pour être à même d'aider les autres, regarder en soi... c'est ce pourquoi on médite". Sa voix est calme et agréable, elle nous invite à analyser nos actions de la journée afin de "reconnaître nos états d'esprits indésirable et pouvoir les transformer". Aucun bruit ne vient perturbé ce moment, si ce n'est le passage des voitures dans la rue adjacente et le gazouillis des oiseaux.

Assise en tailleur devant l'autel, Élisabeth Drukier a

adopté la position du lotus. Elle est vêtue d'un habit de moine traditionnel prune. C'est un petit bout de femme qui aborde un sourire accueillant. Pendant une heure l'assemblée va l'écouter, les yeux fermés ou penchés vers le sol, ils vont suivre mentalement le chemin qu'elle leur indique.

Issue d'une famille juive non pratiquante, cette ancienne hippie a "trouvé une signification à la vie" lors d'un voyage en Inde et au Népal. Elle y découvre le bouddhisme, auquel elle se convertit

dès l'âge de 25 ans. Malgré les réticences de son entourage et l'incompréhension de sa famille, elle y consacrera toute sa vie.

Les yeux pétillants et le sourire aux lèvres elle affirme qu'elle n'a "aucun regret et aucun manque". Pourtant la moniale n'a connu que cette vie. Bénévole dans le centre elle en est devenue la directrice et n'a jamais travaillé ailleurs. Très humble, elle ne vit que pour le bouddhisme. Le centre "Kalachakra ne fait pas de bénéfices, tout l'argent collecté est redistribué pour les frais de fonctionnement". Ces derniers servent à payer les salaires et le loyer des locaux.

Le bouddhisme séduit, les mœurs changent. En sortant du travail, une petite partie de la

population s'arrête désormais dans l'un de ces centres pour se relaxer et décompresser. Ces personnes ne se ressemblent pas, il n'y a ni d'âge moyen, ni de type "classique". Toutes les catégories sociales professionnelles sont représentées, chacun se respecte et tous méditent ensemble. ●

Laure Bourru



Elisabeth Drukier

Racines- 123 rue de Crimée, 75019 Paris. Tél. 01 56 79 55 12.

Fax rédaction 01 56 79 55 50 Fax publicité 01 53 79 55 42 mail: info@racines.fr

rédactrice en chef: Stéphanie Benedicto Chef de rubrique: Laure Bourru Le maquettiste:

Stéphanie Benedicto Photographe Laure Bourru Journaliste Stéphanie Benedicto, Laure Bourru

Imprimer en Belgique

Bouddhisme, toute une philosophie

Loin des immenses montagnes des contrées chinoises, une philosophie grandit doucement en France. Le bouddhisme a réussi à s'implanter dans un pays avide de bien-être et de zen attitude.

Afin d'évacuer un quotidien stressant, des problèmes psychologiques dès le réveil, de plus en plus de personnes cherchent un moyen de se séparer de leurs souffrances. Ainsi, les adeptes du bouddhisme sont chaque fois plus nombreux à se réunir dans de petites salles aux quatre coins de Paris. Alors d'où vient cette tendance ? Pour mieux comprendre, il faut remonter aux origines du bouddhisme. Né en Inde au 6ème siècle, il eut quelques difficultés à perdurer en Chine. Aujourd'hui, il fait parti des trois religions principales du pays (avec la taoïsme et le confucianisme). Qualifié de religion, parfois de philosophie, le bouddhisme est encore plus complexe : "tout d'abord cela dépend de la définition qu'a chacun de ces termes. Pour moi, c'est une philosophie appliquée, donc une religion. En effet on possède des rituels religieux tel la prosternation devant les différents bouddhas ou encore la prière..." explique Jean-Pierre Alonso, ancien président du centre de méditation Kadampa Bodhitchitta, Paris 20ème.



Dordjeshougen - Bouddha protecteur, aide les pratiquants

guide spirituel, la compréhension de l'application du bouddhisme est quasiment impossible. L'unique principe de sa transmission réside en " la lignée ". Peu importe de quelle manière on apprend le bouddhisme,

le plus important n'est pas comment le qualifier mais comment l'apprendre" continue-t-il.

Plus de 84 000 enseignements possibles

Pourtant apprendre le bouddhisme n'est pas chose aisée. Bouddha aurait délivré 84 000 enseignements suivant ses rencontres, ses discussions... Ce qui signifie que sans

du moment que notre maître spirituel tire lui-même son enseignement d'un autre maître, remontant ainsi jusqu'à Bouddha en personne. Ainsi, chaque adepte est relié à un être spirituel supérieur, ayant quitté le "Samsara" (cycle de réincarnation dans la douleur) pour atteindre ce stade de méditation suprême. Il y a plusieurs "lignées" possibles dans les pays bouddhistes. Au Tibet par exemple il en existe quatre différentes.

Jean-Pierre Alonso, devenue lui-même enseignant au sein de son centre, affirme que la méditation la plus répandue est la tradition Kadampa, perpétuée par le maître spirituel Aticha. "Aticha a su transmettre une version simple de l'enseignement spirituel, c'est pourquoi nous avons décidé de traduire tous ces livres en français. Chose que nous sommes les seuls à faire."

Aujourd'hui le bouddhisme s'est énormément répandu et il est désormais possible d'assister à une méditation dans un centre, dans chaque quartier de Paris. Depuis quelques années, les français ont besoin de s'évader, sortir de leurs angoisses quotidiennes. "Nous avons surtout des femmes d'une trentaine d'années, plutôt cadre moyen. Mais tout le monde peut venir à son aise, l'entrée est libre. Evidemment les personnes ayant des problèmes financiers sont trop préoccupées pour trouver le temps de venir au centre" explique J.P Alonso. Le coût de la séance influe aussi sur le profil des personnes qui y assistent. En effet, variant entre 10 et 40 euros, les deux heures de méditation hebdomadaire deviennent



Prajnataramita - Bouddha féminin symbole de sagesse. Mère de tous les Bouddhas



Mandjou shri - Bouddha de la sagesse (le plus représenté)

vite coûteuses.

Ainsi, Paris a vu pousser en son sein une nouvelle communauté, qui, étrangement, n'est pas composée majoritairement d'asiatiques. Une à plusieurs fois par semaine, ils se réunissent en méditations guidées par un moine (ou une moniale), et apprennent de leurs erreurs.

Afin d'approfondir leur spiritualité, des retraites (séjour de méditations entre bouddhistes) sont organisées en proche campagne ou au cœur même de la capitale. Le plus grand centre européen de retraite se trouve à seulement quelques centaines de kilomètres de Paris : le Temple Zen Denshinji de Blois (41). Durant ces quelques jours, les bouddhistes se retrouvent et partagent leurs sentiments et leurs angoisses. Les matinées sont essentiellement consacrées à la méditation interne : "silence absolue obligatoire afin de se trouver confronté à soi-même". C'est aussi un moyen de s'évader du train-train quotidien, un retour aux racines.

Des universités existent en ligne

Pour ceux qui ne prennent pas le temps d'aller dans un centre, le bouddhisme est devenu présent sur internet. Sur la toile le nombre de liens concernant cette philosophie et son apprentissage est impressionnant. L'exportation de cette religion est telle que des universités ont éclos en ligne. Il est désormais possible de connaître tout les principes fondamentaux. L'Université Bouddhique Européenne (UBE) organise des cours interactifs, qui recommenceront en octobre 2007. En seulement deux ans, et 480euros (tarif réduit pour les

demandeurs d'emploi et les étudiants), vous saurez tout sur le bouddhisme !

Très peu de français connaissent la Chine, voir même l'Asie en général, et pourtant la tradition continue de fasciner. En quelque sorte le bouddhisme devient une mode en France. Ainsi, beaucoup se tournent vers une méditation interne, cherchant à faire le bien autour de soi afin de tendre vers la sagesse. Certains iront même jusqu'à effectuer des retraites au Tibet.

L'explosion de la Chine est donc économique, mais aussi culturelle. Elle a su implanter une de ses religions en France. Peut être est ce le fait que le bouddhisme ne soit pas vraiment considéré comme une religion, avec toutes ses obligations et dogmes, ou alors qu'il laisse plus de liberté aux adeptes... En tout cas, une chose est sûre, "les petites salles ne feront que s'agrandir d'année en année !" ●

Stéphanie Benedicto



Temple bouddiste de Ierab Ling dans l'Hérault

A ne pas manquer !

Afin d'entrer dans le monde du bouddhisme au travers d'une expérience originale, rendez-vous au festival annuel organisé cet été en Angleterre. Du 20 juillet au 4 août, le Vénérable Guéshé Kelsang Gyatso, maître de méditation accompli mais aussi enseignant bouddhiste, transmet à ses disciples comment découvrir le sens de la vie au travers de la tradition Kadampa.

Ouvert à tous, pour des prix allant de 50 livres (soit environ 74euros) à 200 (soit 296euros), le festival réunit chaque année entre 2000 et 3000 personnes.

NKT festivals - temple Manjushri KMC
Conishead priory, Ulverston.
Cumbria. LA12 9QQ. England.

CONTACT : +44 (0) 1229 584 029
ukfestivals@kadampa.org
Site web : www.kadampa.org/festivals