

Le bouddhisme occidentalisé *Un autre exemple de désintégration religieuse ?*



Marion
Dapsance

Le bouddhisme à l'occidentale et le christianisme culturel paraissent tous deux relever d'une même désintégration religieuse. Dans un cas comme dans l'autre, en effet, leurs porte-parole choisissent ce qui, selon eux, a le plus de valeur dans les traditions qu'ils exploitent. Et ce qui aurait de la valeur, dans les deux cas, c'est tout ce qui reste quand on a retiré « la religion ». Pour les adeptes du christianisme culturel, la religion du Christ devient intéressante quand on retire ses dogmes. Il reste des « valeurs » utiles pour la vie en société et éventuellement des motifs commodes pour le développement de l'art. Pour les partisans du bouddhisme occidentalisé, la « religion » dont on doit se défaire pour accéder à « l'essence du bouddhisme », ce sont les rituels et les complexes élaborations métaphysiques des écoles bouddhiques asiatiques. On accède ainsi à une pratique mentale, pure et nue (« la méditation ») qui garantirait le bien-être mental et émotionnel des personnes et, par extension, de la société tout entière. Cette pratique ancestrale dépouillée de ses oripeaux « moyenâgeux » sort ainsi de l'orbite de « la religion » pour se mettre sous l'égide de « la Science ». L'avenir d'une religion résiderait donc dans sa « laïcisation », quelque forme que cette dernière puisse prendre. La logique du bouddhisme à l'occidentale semble alignée sur celle du christianisme culturel. Est-ce pourtant bien le cas ?

La « méditation de pleine conscience » : une mode américaine issue des pseudosciences

Il est de bon ton, de nos jours, de « faire de la méditation ». On entend par là s'asseoir en tailleur sur le sol, le dos droit, le regard fixé devant soi ou bien les yeux fermés, en silence. L'objectif est d'atteindre une sérénité à toute épreuve. La personne entraînée à la méditation est censée parvenir à faire face avec détachement à tous les événements mentaux ou extérieurs qui se présentent à elle : pensées, émotions ou sensations désagréables, agitation, adversité, danger. La pratique de la « méditation de pleine conscience », comme on l'appelle aujourd'hui, consiste à s'habituer à regarder son esprit comme un grand ciel imperturbable, capable d'accueillir la pluie comme le soleil, les tempêtes comme le calme plat, les nuages de toutes sortes, sans jamais s'identifier à eux. Le pratiquant est un témoin qui ne juge pas, qui ne participe pas aux émotions qui le traversent. Il se tient pour ainsi dire à la limite de lui-même, développe patiemment ses capacités de concentration et d'équanimité, analyse pas à pas le fonctionnement de son esprit, gagnant ainsi en indépendance et en stabilité face aux mouvements du monde. Cet entraînement à la maîtrise de soi se passerait de tout enseignement. Il

suffirait, par la répétition et par l'imprégnation, de programmer son cerveau pour qu'il soit capable de s'ajuster automatiquement aux circonstances changeantes de son environnement. Cette programmation reposerait sur un fondement biologique commun à tous les êtres humains : la neuro-plasticité, fonction du cerveau lui permettant de reconfigurer ses connexions neuronales en fonction des exercices auxquels il est soumis. Toute personne pourrait ainsi, quelles que soient sa culture et ses croyances, reprogrammer ses neurones pour mieux contrôler ses émotions, réduire son stress et établir des relations plus harmonieuses avec son entourage. La science aurait même « prouvé l'efficacité de la méditation », et de nombreux savants s'en font aujourd'hui les porte-parole, quelles que soient d'ailleurs leurs spécialités (médecine, psychothérapie, biologie, philosophie, sociologie, etc.). L'une des instances principales qui regroupent aujourd'hui les chercheurs et les pratiquants de cette méditation s'appelle le *Mind and Life Institute*. Cette association à but non lucratif, fondée en 1990 par l'entrepreneur américain R. Adam Engle, le neuroscientifique chilien Francisco Varela et le 14^e dalaï lama, s'est donné pour but d' « unir la science et la sagesse contemplative pour mieux comprendre l'esprit (*mind*) et créer un changement positif dans le monde ». Pour faire émerger ce qu'elle appelle « une science contemplative » (autrement dit une pseudoscience), l'association finance des projets de recherches sur les effets de la méditation sur le cerveau, des conférences académiques, des publications et des conversations avec le dalaï lama et d'autres figures du bouddhisme tibétain¹.

Thème

Ainsi conçue, cette pratique nous vient des États-Unis. Appelée tour à tour *Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression (MBCT)*, *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)* ou simplement *Mindfulness Meditation*, elle a d'abord été promue par Jon Kabat-Zinn, docteur en biologie moléculaire, adepte du yoga et d'une forme occidentalisée de la méditation *vipassana* originaire d'Asie du Sud-Est. Jon Kabat-Zinn fut également disciple de Philip Kapleau, journaliste américain devenu « maître » du bouddhisme zen et de Thich Nhat Hanh, moine bouddhiste vietnamien devenu icône du bouddhisme à l'occidentale. À la croisée de ces différents univers, Jon Kabat-Zinn développa dans les années 1970 une discipline hybride appelée d'abord *Stress Reduction and Relaxation Program* puis *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)*. Pour faire connaître cette « méditation de pleine conscience », Jon Kabat-Zinn ne se prévalut pas des traditions bouddhiques ou hindoues dont se réclamaient ses propres maîtres, mais de son diplôme de biologie moléculaire. Cette discipline n'a évidemment aucun rapport ni avec le bouddhisme ni avec l'hindouisme, mais le diplôme en biologie moléculaire de Jon Kabat-Zinn lui offrait le prestige de la science, supposément objective et donc à même d'imposer sa

méthode sur le vaste marché mondial des thérapies de l'esprit². Il suffisait de prouver, chiffres et diagrammes à l'appui, que « la méthode fonctionnelle », ce que n'ont cessé de faire depuis ses épigones, toutes nationalités confondues.

Les porte-parole de la « méditation » en France : entre médecine et religion

En France, les porte-parole les plus connus de la « méditation de pleine conscience » sont Christophe André, psychiatre et psychothérapeute ayant d'abord écrit sur la phobie, le trac, la timidité, l'estime de soi et le stress, et Matthieu Ricard, fils du philosophe Jean-François Revel, docteur en génétique n'ayant pas exercé sa profession de chercheur depuis 1972 et moine bouddhiste de tradition tibétaine, tous deux auteurs de nombreux ouvrages à succès sur la méditation comme méthode de bien-être³. Ces deux auteurs se sont accordés sur l'idée que la « méditation de pleine conscience », d'origine bouddhique, aurait des effets curatifs supérieurs à toute autre thérapie et à toute autre médication. Ils s'en sont faits les porte-parole reconnus, l'un en raison de sa formation et de son expérience médicales, l'autre en vertu de sa pratique confirmée du bouddhisme tibétain. Les deux auteurs ont surtout profité d'une médiatisation personnelle antérieure à leur intérêt pour la « pleine conscience », qui a favorisé non seulement la publication de leurs idées mais également leur accession au statut de « spécialistes de la méditation ». Christophe André et Matthieu Ricard partagent le même éditeur, s'écrivent mutuellement des préfaces, écrivent ensemble et quelque fois avec d'autres (lorsqu'il s'agit de promouvoir la méditation comme ferment de renouveau social, qu'il s'agisse des ouvrages écrits avec l'écrivain et philosophe Alexandre Jollien, traitant de la quête d'une « sagesse » à conséquences pratiques, qu'il s'agisse d'éducation « alternative » ou « bienveillante », avec la pédagogue Céline Alvarez, ou encore d'écologie avec Jean-Marie Pelt et Pierre Rabhi). Enfin, ils organisent des stages, des formations et répondent activement aux sollicitations de différents médias et organismes, tel le Forum économique de Davos. Promouvoir la pratique de la méditation n'est pas seulement pour eux une activité commerciale, c'est d'abord une mission : ils souhaitent généraliser sa pratique pour « transformer le monde ». Leur postulat est le suivant : si chacun transforme son cerveau pour le rendre capable de réagir de manière adéquate aux événements, alors, par effet boule de neige, le monde entier deviendra automatiquement meilleur.

2 Jeff WILSON, *Mindful America : The Mutual Transformation of Buddhist Meditation and American Culture*, Oxford University Press, 2014.

3 Voir notamment : Christophe ANDRÉ, *Méditer, jour après jour : 25 leçons pour vivre en pleine conscience*, Paris, L'Icono-

claste, 2011, *Trois minutes à méditer*, Paris, L'Iconoclaste, 2017 et Matthieu RICARD, *L'art de la méditation*, Paris, Éditions du Nil, 2008 et *Cerveau et méditation : dialogue entre le bouddhisme et les neurosciences*, avec Wolf SINGER, Paris, L'Iconoclaste-Allary Editions, 2017.

Naissance de la « méditation » dans les milieux contestataires des années 1960

À lire attentivement leurs ouvrages, on découvre en effet que la « méditation de pleine conscience » n'est pas seulement une thérapie de l'esprit visant à soigner les personnes angoissées, agitées ou phobiques, mais un outil de transformation radicale et globale du monde. Le but visé par ces auteurs est d'ordre utopique : il s'agit ni plus ni moins d'établir une société parfaite où règneraient enfin l'harmonie, la paix, la justice et l'altruisme⁴. Il s'est ainsi passé pour la méditation ce qu'il s'est passé pour le yoga : nous avons glissé d'un contexte religieux et ascétique visant l'accession à un état transcendant (l'union à la divinité pour le yoga, la découverte définitive de la vacuité pour la méditation bouddhique) à un contexte psychothérapeutique à connotations politiques, centré sur la « technique » et visant l'amélioration du monde⁵. On aurait tort de croire que la « méditation » n'est qu'une gymnastique mentale idéologiquement neutre, comme le yoga ne serait qu'une gymnastique physique ne véhiculant aucune vision du monde. Le yoga fut popularisé dans les années 1960-70 par de jeunes Occidentaux aisés et éduqués qui souhaitaient une « contre-culture ». Il fut pratiqué de pair avec les grandes manifestations publiques en faveur de la paix, la pratique et la défense de « l'amour libre », l'usage de drogues. Ces dernières étaient utilisées comme des moyens d'« élargir sa conscience ». Ces jeunes en quête d'une culture nouvelle croyaient en effet qu'il était nécessaire de sortir des « cadres de pensées occidentaux » et étaient convaincus que la consommation de drogues pouvait les aider à y parvenir. La « méditation » d'origine hindoue, que l'on qualifiait alors de « transcendantale », fut ainsi adoptée comme une méthode de substitution, plus fiable, permettant d'accéder à des « états de conscience modifiés » sans les effets néfastes de la drogue. D'abord enseignée par des maîtres hindous, elle fut ensuite, pour des raisons essentiellement politiques (l'émigration de Japonais en Amérique après-guerre, l'invasion du Tibet par la Chine à partir de 1959), enseignée également par des moines zen et des lamas tibétains qui remplacèrent dans une large mesure les gourous venus d'Inde. Est-ce parce que ces maîtres bouddhistes furent plus actifs ou inventifs que leurs prédécesseurs hindous ? Parce qu'ils étaient plus « modernes » – c'est-à-dire moins connus – que ces derniers ? Ou encore parce que l'hindouisme laissait encore trop de place à la notion de divinité, que de nombreux *hippies* justement rejetaient ? Toujours est-il

Thème

4 Les titres de certains ouvrages collectifs sont à cet égard éloquents : Laurent MURATET et Étienne GODINOT, avec Matthieu RICARD, Christophe ANDRÉ, Stéphane HESSEL, AKHENATON, Jean-Marie PELT, Pierre RABHI et Jean ZIEGLER, *Un nouveau monde en marche*, Éditions Yves Michel, 2012, et Christophe ANDRÉ, Matthieu RICARD, Jon KABAT-

ZIN et Pierre RABHI, *Se changer, changer le monde*, Paris, L'Iconoclaste-Allary Editions, 2013.

5 Voir notamment la récente étude de Suzanne NEWCOMBE, *Yoga in Britain: Stretching Spirituality and Educating Yogis*, Equinox Publishing, 2019 et Véronique ALTGLAS, *Le nouvel hindouisme occidental*, Paris, CNRS Éditions, 2005.

que la méditation est restée centrale pour cette génération de révolutionnaires aisés (celle des Matthieu Ricard et des Jon Kabat-Zinn). Loin de n'être qu'une pratique psychothérapeutique personnelle, elle servit aussitôt de point de ralliement pour diverses entreprises de rénovation sociale, dans une veine assez proche des revendications *hippies*, quoique d'un abord plus sérieux. Médecine et psychothérapie, éducation, art, économie, monde militaire, monde des affaires, tous ces pans respectables de la culture occidentale devaient devenir « positifs » par la généralisation d'une « technique » éprouvée. Le caractère « positif » d'une action ou d'une pensée signifie essentiellement sa capacité à produire les effets recherchés. La marginalité et les provocations adolescentes ne sont plus au programme, mais l'utopie contre-culturelle reste de mise, avec la « méditation » comme principale arme de changement social.

Naissance de l'utopie révolutionnaire « bouddhique » au XIX^e siècle

Cette tendance à interpréter le bouddhisme comme un vaste programme de réforme sociale voire de révolution anarchiste ne date pas, cependant, des années 1960. Elle remonte au XIX^e siècle, et particulièrement au contexte de ce que les contemporains ont appelé « la Renaissance orientale ». Cette dernière consista, chez certains savants et notamment chez les indianistes, à renouer avec les « racines indo-européennes » de l'Occident, c'est-à-dire à faire fi de l'héritage « sémitique » (biblique), jugé néfaste. Il s'agissait de revenir à la vision du monde et au culte des grands ancêtres aryens. C'est dans ce contexte que le personnage du Bouddha fut découvert et immédiatement identifié comme un « sage hindou ». Sans Dieu créateur, sans Incarnation, sans l'espérance d'un salut proposé par un Sauveur, sans résurrection, le bouddhisme apparut à de nombreux intellectuels anticléricaux et francs-maçons comme le *nec plus ultra* de la « pensée aryenne », c'est-à-dire, selon eux, de la « rationalité ». L'un des propagandistes les plus connus de ce « bouddhisme rationnel » fut la voyageuse et écrivain Alexandra David-Neel (1868-1969). Intellectuelle intéressée dans sa jeunesse aux idées religieuses, elle devint athée et matérialiste au contact de groupes anarchistes vers l'âge de trente ans, tout en étant franc-maçonne et membre de la Société théosophique. Elle découvrit à la même époque le bouddhisme dans des livres et au musée Guimet et projeta sur lui la vision du monde anarchiste qu'elle s'était constituée à partir des écrits de Bakounine et de Stirner. Ce bouddhisme-anarchisme, dont elle fit l'éloge dans de nombreux livres était évidemment sans commune mesure avec les pratiques et les croyances religieuses qu'elle rencontra en Asie. Pour elle, les rituels pratiqués dans l'Himalaya ou en Indochine n'étaient rien d'autre que des « jeux d'enfants » destinés à asseoir le pouvoir des autorités religieuses sur la population. Seule comptait pour Alexandra David-Neel et les premiers propagandistes occidentaux des « sagesse orientales »

Marion
Dapsance

« la philosophie » que l'on y voyait alors et que l'on considérait comme « rationnelle » parce qu'athée. La « méditation » avait pour ces « convertis » occidentaux un autre sens : il s'agissait d'une réflexion méthodique sur ce que devait être une société juste, égalitaire et fondée sur la science⁶. Ce n'est qu'à partir des années 1950, avec les générations *beat* et *hippie*, que les pratiques de concentration zen et hindoue (appelées « méditation » alors qu'il ne s'agit pas de réfléchir) furent associées à la « philosophie » bouddhique et devinrent incontournables.

La « méditation » inconnue des bouddhistes asiatiques

L'idée que la « méditation » est une pratique bouddhique centrale, accessible à tous et visant l'amélioration de la santé mentale n'a rien de traditionnel. D'abord, la grande majorité des bouddhistes à travers l'histoire n'a pas « médité ». Seuls les moines et les ascètes avaient traditionnellement accès à la pratique de rituels, et ces derniers ne se réduisaient pas à cette pratique popularisée aujourd'hui, que l'on nomme aussi « méditation du calme mental » (*chiné* en tibétain) ou « de la vue profonde » (*vipassana* en pali). Pour les Tibétains, cette observation de l'esprit était surtout un préliminaire à la pratique de liturgies tantriques, incluant propitiation de démons, récitation de prières, confession de fautes, offrandes, absorption de diverses substances, prosternations, vénération du lama, visualisation d'union charnelle avec une déité. Les laïcs, à moins qu'ils ne soient yogis (« tantristes »), n'étaient pas autorisés à pratiquer ces rituels garantissant à plus ou moins brève échéance la sortie définitive du *samsara* (le cercle sans fin des renaissances). L'immense majorité des laïcs tibétains devaient (et doivent encore) se contenter de prières, de pèlerinages, de vénération de reliques et d'offrandes aux monastères afin d'obtenir une meilleure renaissance (comme moine). Le but recherché par tous les pratiquants, qu'ils soient ou non des professionnels de la religion, n'a en tout cas jamais été d'améliorer leur santé mentale en luttant contre le stress, l'anxiété et la dépression. C'est à vrai dire un contre-sens total que de proposer un rituel bouddhique pour obtenir ces résultats⁷. En effet, tout bouddhiste doit se convaincre que la vie est non seulement insatisfaisante et déplaisante mais même insupportable : c'est précisément la raison pour laquelle ils doivent rechercher à la quitter définitivement en sortant du cycle des renaissances. Le bien-être en ce monde n'est pas seulement impossible : le rechercher est une erreur fondamentale. Cette erreur provient de la croyance illusoire en la réalité d'un « moi », racine, selon les bouddhistes, de toutes les souffrances.

Thème

6 Sur la généalogie de ce bouddhisme à l'occidentale et sur Alexandra David-Neel, voir mes deux ouvrages : *Qu'ont-ils fait du bouddhisme ?*, Paris, Bayard, 2018, rééd. Gallimard 2019 et *Alexandra David-Neel, l'invention d'un mythe*, Paris, Bayard, 2019.

7 Comme le rappelle notamment Gananath OBEYKESERE, professeur d'anthropologie émérite de l'Université de Princeton et bouddhiste d'origine sri-lankaise, cité par Robert H. SHARF, « Is mindfulness Buddhist? (and why it matters) », *Transcultural Psychiatry*, Vol. 52 (4), pp. 470-484, 2015.

frances en ce monde. C'est de cette illusion du « moi » que doivent se défaire les bouddhistes. Ils doivent réaliser que ce qu'ils pensent être (ce que nous appelons chez nous « une personne », cet être unique aux traits bien établis et à l'existence bien concrète) n'est en réalité qu'un mirage, la réunion temporaire et accidentelle de différents composés (*skandha*, agrégats) appelés à se désintégrer au fil du temps. Rechercher le confort de cet être qui n'a aucune réalité consistante revient alors à nourrir un fantôme. Ce qu'il faut au contraire, c'est comprendre qu'il n'y a là qu'un fantôme. C'est cette compréhension qui conduit à la libération définitive du *samsara*. En prétendant lutter contre le stress et l'anxiété, les promoteurs de la « méditation de pleine conscience » vont ainsi à contre-courant des principes de base du bouddhisme traditionnel. Ils entretiennent le goût pour le *samsara*. Le contact intime avec l'incertitude face à la vie, avec le sentiment de peur ou d'inconsistance, que ces savants appellent « le stress », n'est pas pour les bouddhistes une découverte qu'il faut fuir ou éviter. Au contraire, ce « stress » est au fondement de la pratique : il doit inciter le bouddhiste à persévérer dans sa quête de la libération. Les réactions psychologiques auxquelles devaient d'ailleurs conduire les textes bouddhiques étaient précisément l'inverse de celles qu'annoncent aujourd'hui les promoteurs de la « méditation » : la contemplation du monde et de l'existence humaine ne devait provoquer que l'envie d'en sortir, autrement dit un dégoût profond et un stress aigu⁸.

Marion
Dapsance

Conflits entre la « pleine conscience » et les bouddhismes asiatiques

Certains spécialistes du bouddhisme, asiatiques et occidentaux, ont manifesté leur scepticisme à l'égard de la « méditation de pleine conscience » utilisée comme thérapie⁹. Ils sont cependant peu nombreux. La plupart des intellectuels occidentaux intéressés par le bouddhisme et, ce qui est plus étonnant, des maîtres asiatiques, ont en effet accueilli avec enthousiasme cette mode antibouddhique de la « méditation ». Nombreux sont ainsi les moines tibétains qui participent aux activités du *Mind and Life Institute* et des autres organismes de ce type. Nombreux sont aussi les maîtres bouddhistes qui proposent, en Occident et en Asie même, des cours de « méditation » thérapeutique pour laïcs de toutes origines. On trouve ainsi en Europe et aux États-Unis des communautés monastiques, des « centres zen » et des « centres du dharma » dirigés par des maîtres venus de Thaïlande, du Vietnam, du Japon ou du Tibet, qui proposent à leurs membres des cours de « méditation » conçus sur le modèle américain.

8 Ce que rappelle le bouddhologue américain Donald LOPEZ dans plusieurs de ses ouvrages, notamment *The Story of Buddhism*, New York, Harper Collins, 2002 et dans *The Scientific Buddha: His Short and Happy Life*, Yale University Press, 2012.

9 Citons notamment le bouddhologue et tibétologue américain Donald S. LOPEZ, le bouddhologue et philosophe franco-américain Bernard FAÛRE, le bouddhologue et sinologue américain Robert H. SHARF et Gananath OBEYKESERE.

Un cas original est celui de l'engouement récent pour la *maindofurunesu* au Japon. Le terme de *maindofurunesu* (マインドフルネス) est la translittération de *mindfulness* en *katakana*, le syllabaire utilisé pour transcrire en japonais les mots d'origine étrangère. L'appropriation de cette expression américaine, laissée telle quelle en langue japonaise pour en souligner l'exotisme alors que d'autres mots, plus traditionnels, auraient pu être employés (tels *zazen*, 座禅 ou *meiso*, 瞑想), révèle la conscience qu'ont les Japonais de la nouveauté et de l'étrangeté radicales de cette pratique¹⁰. Mais, de manière générale, les maîtres bouddhistes venus d'Asie parlent de la « méditation » sans aucune prise de distance, comme si sa légitimité ou son orthodoxie allait de soi. Comment expliquer que des porte-parole d'une religion très ancienne s'associent aux inventions récentes de quelques hippies devenus scientifiques ? N'est-ce pas là contribuer à la dissolution de leur foi, porter atteinte à l'intégrité de leur doctrine ? Que se passe-t-il donc réellement dans cette « rencontre du bouddhisme et de l'Occident », si souvent saluée comme l'avènement d'une ère nouvelle¹¹ ? Deux hypothèses peuvent être ici considérées.

Utilité de la confusion entre la « méditation » et les pratiques religieuses asiatiques

Thème

Tout d'abord, une certaine confusion peut être utile à l'implantation en Occident des écoles bouddhistes asiatiques – écoles qui rapportent des revenus à leurs dirigeants et aux diasporas asiatiques sous forme de dons et de règlements d'inscriptions divers. C'est particulièrement le cas aujourd'hui pour le bouddhisme tibétain qui s'implante en masse dans les pays développés au moyen de stratégies de développement comparables à celles de grandes entreprises¹². La rencontre qui se fait entre Occidentaux demandeurs de « mieux-être » et Asiatiques pourvoyeurs de rituels est souvent fondée, dans ces centres, sur des malentendus productifs qui rappellent, toutes proportions gardées, ce qui a pu se passer entre colons européens et Indiens d'Amérique entre le XVII^e et le XVIII^e siècles. On peut en effet parler de ces « centres » comme de *middle ground*, de milieux intermédiaires où deux parties interagissent sans s'entendre exactement sur le sens de ce qu'ils font

10 Je m'appuie ici sur les travaux non publiés de Karen JENSEN, titulaire d'un *master's degree* en sciences religieuses de l'Université de Columbia, notamment son étude « Looking at Zen and Mindfulness in a Japanese Magazine », 2017, et son mémoire de *master*, « The Meaning of Maindofurunesu », Université de Columbia, New York, 2018.

11 Voir l'enthousiasme lyrique de Frédéric LENOIR dans *La rencontre du bouddhisme et de l'Occident*, Paris, Fayard, 1999 et l'ana-

lyse que j'en fais dans « "La rencontre du bouddhisme et de l'Occident" dans la sphère médiatico-académique française : une sotériologie théosophique », *Revista dell'Associazione Nazionale Universitaria Antropologi Culturali*, Juin 2015. Signalons que Frédéric Lenoir a emprunté le titre de son livre au Cardinal Henri de LUBAC, qui l'utilisa le premier en 1952.

12 Voir mon premier ouvrage, issu de ma thèse de doctorat en anthropologie, *Les dévots du bouddhisme*, Paris, Max Milo, 2016.

ensemble¹³. Tous font de la « méditation », mais chaque partie met sous ce terme des réalités bien différentes. La confusion sur la notion de « méditation » permet ainsi, paradoxalement, le développement du bouddhisme en Occident. Concrètement, les maîtres asiatiques proposent souvent la « méditation » comme produit d'appel (on la pratique quelques mois, un an ou deux tout au plus), avant de réorienter les disciples vers des pratiques traditionnelles (tels les rituels tantriques, pour les « centres du dharma » tenus par des tibétains)¹⁴. Pour les maîtres, la « méditation » n'est alors rien d'autre qu'un « moyen habile » (sanskrit *upaya*), pédagogie ou ruse employée pour convertir à la doctrine véritable.

La « pleine conscience » comme simple variante régionale de la religion bouddhique

On peut aussi expliquer ce soutien étonnant des maîtres asiatiques à la « méditation de pleine conscience » par le fait que les doctrines et les pratiques bouddhiques ont toujours été très variées. Ont été considérés « bouddhiques » par les observateurs occidentaux des phénomènes culturels aussi disparates que les rituels tantriques impliquant des dieux et des démons, les « pèlerinages-marathons » effectués au Japon par certains moines, la lecture des vies du Bouddha, la récitation en boucle d'un mantra, le culte des reliques, l'auto-momification, la libération d'animaux, les prières pour les défunts, etc. Ce que l'on appelle chez nous « le bouddhisme » n'a pas de doctrine clairement établie ou, du moins, ne dispose d'aucune structure centralisée ayant le pouvoir de dire une fois pour toute ce qu'est et n'est pas le bouddhisme, ce qui est acceptable et ce qui ne l'est pas en matière de bouddhisme. Il n'y a aucun magistère. Il n'y a aucun dogme au sens où nous l'entendons dans l'Église catholique. Personne ne sait d'ailleurs si le Bouddha a réellement existé¹⁵, encore moins en quoi aurait consisté son « éveil ». Le mot « bouddhisme » n'existe d'ailleurs dans aucune langue asiatique. Ce que l'on constate, c'est que les communautés pratiquant les rituels cités précédemment se réfèrent toutes au personnage (historique, mythique ou mystique) du Bouddha. Le reste – théories sur « l'éveil » et sur le déploiement de l'univers, rituels, lois, modes de vie – tient surtout à l'invention de tel ou tel auteur et aux contextes variés dans lesquels les enseignements du Bouddha se sont propagés. Le syncrétisme occupe ainsi dans le bouddhisme une place importante. Il n'est

Marion
Dapsance

13 Richard WHITE, *The Middle Ground: Indians, Empire, and Republics in the Great Lakes Region, 1650-1815*, Cambridge University Press, 1991.

14 Sur la réorientation de la « méditation » vers des pratiques religieuses traditionnelles, voir mon livre, *Les dévots du bouddhisme*, op. cit.

15 Voir l'article de synthèse de David DREWES, « The Idea of the Historical Buddha », Paper presented at the XVIIth IABS' Congress in Vienna, 2014, *Journal of the International Association of Buddhist Studies*, Vol. 40, 2017, 1-25.

donc pas étonnant que la « méditation » se soit acclimatée sans trop de difficultés aux cultures occidentales. Du moment que la référence au Bouddha reste de mise, au moins discrètement, personne ne peut déclarer hérétique ou déviante cette « méditation de pleine conscience ». Ni la question de l'intégrité doctrinale ni celle de l'orthodoxie ne semble donc se poser dans ce contexte.

Conclusion : Du bien-fondé des dogmes et de leur inscription dans la culture

Que peut-on en tirer comme enseignement, relativement au problème du « christianisme culturel » ? Quelles sont les différences entre ce dernier et le bouddhisme acclimaté à l'Occident sous forme de « méditation » ? Dans les deux cas, il s'agit d'une sélection partisane, d'un prélèvement effectué sur un ensemble religieux, qui lui font perdre sa cohérence et sa signification profonde. Dans la « méditation de pleine conscience », le sens même de la pratique est renversé : on cherche à rendre le monde confortable, alors qu'il faut y échapper. Chez certains défenseurs de la « culture chrétienne » dont on aurait évacué les dogmes, le Salut proposé par le Christ, à laquelle ladite « culture » essayait pourtant de participer, n'a plus non plus aucun intérêt. Les deux cas semblent ainsi parallèles. On choisit l'accessoire en rejetant l'essentiel. Pourtant, une différence notable se fait jour quand on écoute attentivement les discours des divers protagonistes. Si les défenseurs du « christianisme culturel » savent et admettent publiquement qu'ils effectuent une sélection dans l'héritage chrétien, il semble que les porte-parole de la « méditation » ne soient pas aussi conscients de faire un choix. Les militants occidentaux paraissent convaincus que cette « méditation » est authentiquement bouddhique, et que la science ne fait que l'étudier avec d'autres outils. Quant aux enseignants asiatiques qui la proposent à leurs ouailles, rien n'indique qu'ils soient conscients de son caractère innovant (pour ne pas dire hérétique) – à part peut-être dans le cas subtil de la *maindofurunesu*. Cela s'explique, nous l'avons vu, par le fait que la confusion sur le sens même de la pratique concourt au succès du bouddhisme en Occident et par l'absence d'autorité doctrinale dans le monde bouddhique. La souplesse d'interprétation, la part belle faite à l'invention et la tendance au syncrétisme jouent ainsi en faveur de l'implantation du bouddhisme dans le monde, tout en portant gravement atteinte aux idées premières de cette tradition. Dans le cas du christianisme, en revanche, ces idées premières demeurent un noyau intangible (dogmes, vérités de la foi). Les rejeter implique un choix qui ne peut être que conscient – d'abord parce qu'il existe une institution capable de définir, de protéger et de continuer à proclamer ce noyau intangible (l'Église), ensuite parce que ces vérités de la foi ont été matérialisées pendant des siècles dans divers domaines de la culture (architecture, arts plastiques, littérature, musique,

Thème

droit, art militaire, relations hommes-femmes, économie)¹⁶, si bien qu'il a très longtemps été impossible de les ignorer. Le bouddhisme, quant à lui, ne dispose pas de dogmes protégés par une institution. Les idées clés qu'il avance (*dharm*a, *nirvana*, état de *buddha*) ne sont même pas définies et ont donné lieu à diverses interprétations, parfois radicalement opposées, suivant les contextes dans lesquels cette religion s'implanta. Dans le cas particulier du bouddhisme en Occident, l'acculturation confine à la dissolution, parce que ce « bouddhisme » ne s'accompagne d'aucune sorte de culture, la « méditation » étant présentée comme une « science ». En conservant ce qu'ils pensent être la belle enveloppe du christianisme (la culture à laquelle ce dernier donna naissance), les partisans du « christianisme culturel » conservent malgré tout l'empreinte des dogmes dans le tissu social, empreinte qui sera peut-être réactivée plus tard. En revanche, en conservant uniquement ce qu'ils pensent être « l'essence » du bouddhisme, les partisans de la « méditation » éradiquent à la fois ses idées fondamentales et son empreinte culturelle, se condamnant à plus ou moins long terme à stériliser tout à fait le bouddhisme. L'avantage de la tradition chrétienne, tant spirituelle que « culturelle », réside ainsi dans sa lucidité. Ses dogmes clairement définis et préservés, son inscription dans la culture, lui garantissent une certaine lisibilité. Le bouddhiste a beau méditer, voit-il vraiment bien clair ? S'il ne sait pas précisément ce que sont les fondements de sa foi, s'il ne les voit pas incarnés (ni ne les incarne lui-même) dans la société qui l'entoure, comment peut-il espérer faire la lumière sur sa propre existence ?

Marion
Dapsance

Marion Dapsance, née en 1981, est docteur en anthropologie de l'École Pratique des Hautes Études (Paris). Elle a enseigné l'histoire du bouddhisme en Occident à l'Université de Columbia (New York) et l'anthropologie à l'Institut Catholique de Paris. Elle est l'auteur de trois livres sur le bouddhisme en Occident : Les dévots du bouddhisme, Paris, Max Milo, 2016, Qu'ont-ils fait du bouddhisme ?, Paris, Bayard, 2018, rééd. poche Gallimard, 2019 et Alexandra David-Neel, l'invention d'un mythe, Paris, Bayard, 2019. Elle prépare actuellement un ouvrage sur l'histoire de la dévotion au Sacré-Coeur et a publié un récit autobiographique intitulé Je m'appelais Kaoutar. Des fleuves du paradis à la source de vie, Les Un-pertinents, 2020. Elle vit en Italie avec son mari et ses deux enfants.

16 Sur ce point, voir le superbe livre de William SLATTERY, *Comment les catholiques ont bâti une civilisation*, Paris, Mame, 2020 (édition originale américaine :

Heroism and Genius: How Catholic Priests Helped Build, and Can Help Rebuild, Western Civilization, Ignatius Press, 2016).