

# Le merchandising de la spiritualité

Lyon, le 22 Novembre 2020



## Article inspiré d'une rencontre et de la lecture de Chogyam TRUNGPA

Sur les conseils d'une femme de grande sagesse, avec qui je partageais mon conflit intérieur entre mes ambitions (qui me poussent à avancer) et ma foi qui m'inviterait plutôt à faire confiance en la vie et laisser faire, j'ai lu Le livre « Pratique de la voie tibétaine : au-delà du matérialisme spirituel » de Chogyam TRUNGPA. (poche ed 2008 – livre écrit en 1976)

Eureka ! j'y trouve les mots qui me donnent le courage de pousser un cri au monde qui dirait : « Ne nous leurrions pas ! »

(Car bien entendu je suis comme beaucoup d'entre vous, tombée dans tous les travers du monde occidental)

Cet article est inspiré des idées transmises par ce grand philosophe.

## Au nom du bien-être, une entreprise de désacralisation de notre culture

Le positivisme et l'agnosticisme ont contribué au développement d'une mouvance du « bien être » et de déviations religieuses de type « New Age » dont les racines sont plus anciennes qu'on pourrait le croire : l'occultisme, le mouvement spirite, la recherche du paranormal au milieu du XIXe ont vidé l'homme occidental de sa foi mystérieuse pour se réfugier dans des concepts et s'arroger des pratiques sorties de leur contexte.

Cette entreprise continua avec la prolifération de techniques dites spirituelles ou de stages dont le but est d'introduire « des idées et de pratiques spirituelles » au bénéfice de notre développement personnel, notre santé, notre bien-être, voir de l'écologie : depuis les massages en tout genre, en passant par des thérapies mystiques ou quantiques, des voyages chamaniques, du channeling, du coaching spirituel, du tantra ... Comment s'y retrouver ? Quelle est la place du sacré dans tout cela ?

Je ne voudrais pas m'ériger en juge impitoyable de tout cet « univers » car dans la boue, il y a aussi des perles mais force est de constater le règne de la confusion.

## Chogyam Trugpa évoque une spiritualité gonflée par l'égo

Dans le Bouddhisme, l'égo (le mental) est considéré comme un piège car sa force est précisément de tout convertir à sa propre utilité, la spiritualité y compris. Un autre piège serait de vouloir détruire l'égo car en raisonnant ainsi nous ne faisons que **le renforcer en nous enfermant dans une dualité bon/mauvais**.

L'égo (le mental) n'est ni bon ni mauvais. Il est. Quand nous sommes identifiés à lui, nous raisonnons justement en bien/mal, utile/inutile, juste/injuste, normal/anormal, vrai/faux etc....

Dès lors que nous parlons dans les termes suivants : « C'est bien de méditer », « ça me fait du bien le yoga », « Il faut pardonner », « moi je fais un gros travail sur le féminin sacré » etc...il est important de se questionner sur notre intention véritable.

Trungpa insiste sur le fait que l'égo (le mental) s'érige comme une sorte de conseiller spirituel et comme nous avons foi dans son intégralité, son sérieux et sa sincérité, il nous est presque impossible de le contourner car il y va de notre propre honorabilité. L'égo s'arrange pour nous donner bonne conscience mais élève peu notre conscience et notre humilité face au chemin immense de s'élever spirituellement.

Cette distorsion de la spiritualité se nomme le « matérialisme spirituel ».

Pour Chögyam Trungpa, il n'y a aucune autre option que celle de « *pourfendre cette rationalisation du sentier spirituel et de nos propres actions et d'aller au-delà si nous voulons réaliser la véritable spiritualité.* »

## Les techniques spirituelles sont un moyen, pas une fin

Lorsque certaines techniques spirituelles sont pratiquées comme une sorte d'orthopédie mentale ou de recette pour se réconcilier avec soi ou son corps, leur visée est détournée de leur vocation première : un moyen pour être unis à la nature profonde de notre être, pour relier les plans de la lumière et de la matière, pour connaître le samadhi, le moksha, la connexion à une puissance qui nous dépasse et prend sa source dans l'amour (qu'on la nomme Dieu, Soi, Christ, Terre mère, Univers etc ...), et ainsi accomplir notre destin d'être humain, nous faire temple au service de tous et de tout.

Chögyam nous alerte en rappelant qu'il ne suffit pas de copier et de réaliser toutes les postures avec attention, tous les mouvements de tel ou tel type de pratique, tous les

rythmes respiratoires prônés, d'introduire dans nos assiettes un peu de « bio » et de légumes exotiques, d'être formateur en mindfulness pour être engagés dans une voie d'évolution spirituelle.

Il nous rappelle qu'une sagesse ancienne n'est pas quelque chose à « posséder » car en général les consommateurs des sagesse et des techniques spirituelles n'ont accès qu'à une bribe minuscule des courants de pensées orientales ou occidentales dont elles sont issues. Peu de personnes s'attardent sérieusement à la réflexion en profondeur que méritent ces sagesse antiques. Avides de recettes, si possible à effet rapide, les personnes en extraient les quelques concepts et pratiques qui leur procurent un confort.

Introduire quelques changements dans notre vie en prêtant plus d'attention à certains de nos comportements est salutaire et nécessaire dans nos sociétés mais cela ne fait pas de nous des spiritualistes engagés. Que nous nous sentions mieux grâce à une technique ou alimentation quelconque ne veut pas dire que nous menons une vie spirituelle intense.

Au contraire, le chemin d'évolution spirituelle peut s'avérer ardu et ennuyeux car il nécessite un niveau d'engagement supérieur à un atelier de broderie une fois par semaine : il est question de creuser un puit plutôt que de boire d'un puit à un autre.

Une fois de plus, je ne souhaite pas faire une critique sans aucune nuance de cette tendance. Mon intention est avant tout de rendre les propos de Chögyam Trungpa plus lisibles pour des lecteurs peu familiarisés avec la dureté du Vajrayana, la « voie indestructible » proposée par cet éminent Tibétain, qui est avant tout une voie d'excellence.

## Faut-il condamner ces mouvements ?

Assurément Non, car ce serait retomber dans le **dualisme** que nous tentons de dissoudre (et non pas de combattre !).

J'avoue que ma réactivité face à l'usurpation du mot « spiritualité », s'adresse plutôt aux usurpateurs de mon histoire de vie personnelle, et à une forme d'idéalisation de ma part pour ceux qui tentent de toute leur âme de faire un véritable chemin d'évolution. Voilà bien la preuve que mon évolution spirituelle a encore du chemin devant elle. Et c'est tant mieux !

Cette vulgarisation des techniques utilisées par les grandes voies spirituelles et cette diffusion souvent mal dosée des connaissances a une fonction positive : celle permet d'**ouvrir les esprits** et de **sensibiliser les personnes en quête de sens** aux différentes voies qu'elles peuvent emprunter.

Elles aident au quotidien des personnes, dont certaines pousseront sûrement la porte qui les mènera vers un autre plan de conscience. Elles permettent de calmer l'agitation du mental, de limiter les impacts du stress de nos vie extérieures trop remplies et de découvrir l'immensité de notre intériorité.

Les grands sages de demain sont certainement ceux qui sont en recherche aujourd'hui, et qui sait de quelle manière se fera leur premier pas sur le chemin de l'éveil !

*« Au début du chemin j'étais cru, au milieu j'étais cuit, aujourd'hui je brûle » Rumi, grand maître soufi du 13esiècle*

•



**Ecrit par Flavienne SAPALY**

Mob : 06.82.56.38.99

Mail : [flavienne.sapaly@humanart.fr](mailto:flavienne.sapaly@humanart.fr)

Coach Accréditée EIA EMCC

Superviseur Certifié CSA

Consultante formateur agréé expert ICPF et PSI

