

“Si Bouddha était là, il serait venu au secours des Rohingyas”



Qu'est-ce qui distingue le bouddhisme, la philosophie, d'une religion ?

C'est l'éternelle question ! Dans le bouddhisme, il y a une tradition philosophique très forte, avec des traités qui n'ont rien à envier à la *Critique de la raison pure* (d'Emmanuel Kant, NdlR), point de vue complexité, profondeur, système de logique, etc. Clairement, c'est une philosophie très profonde et très sophistiquée. Le bouddhisme, c'est aussi une pratique, un chemin de transformation, avec tout un aspect contemplatif. Il y a un côté rituel et religieux. Mais il ne s'agit pas de formules magiques qui demandent la santé ou la prospérité, ce sont des textes incroyablement profonds, avec des injonctions spirituelles agencées tout au long de la journée. C'est une sorte de pratique en commun avec un texte pour base. C'est plus qu'un rituel en latin que personne ne comprend.

C'est un long cheminement... N'importe qui peut-il devenir bouddhiste du jour au lendemain ?

N'importe qui peut épouser le bouddhisme, étudier la philosophie bouddhiste et utiliser certaines techniques. La pleine conscience, par exemple, est une pratique laïque qui fait partie de la boîte à outils du bouddhisme et qui peut être utile dans les hôpitaux ou dans les écoles. Mais le bouddhisme, c'est évidemment plus que cela, c'est un ensemble de visions du monde. On peut aussi approfondir sa propre religion avec certains as-

pects du bouddhisme, mais il vaut mieux garder sa propre tradition. Il ne s'agit pas de faire du tourisme spirituel. Lorsque nous sommes allés à la Grande Chartreuse, avec le Dalaï-Lama, il était très enrichissant mutuellement de voir comment les moines vivaient, pratiquaient l'oraison, mouraient. Le Dalaï-Lama dit toujours qu'il ne vient pas pour faire un bouddhiste de plus. Mais il y a des gens à qui cela a convenu, comme moi, qui suis parti de rien, n'avais pas de religion au départ.

L'essence du bouddhisme, c'est la compassion. Comment la cultiver vis-à-vis des êtres dont les actes ou les politiques causent énormément de souffrances – Xi Jinping, par exemple ?

J'avais rencontré un jour Jacques Attali, qui m'avait dit : “C'est stupide, cette compassion des Tibétains pour les Chinois, qui leur ont fait tellement de mal !” De quoi parle-t-on ? Il y a des jugements moraux à porter face à des dictateurs. Et puis il y a la compassion, qui vise à remédier à la souffrance quelle qu'elle soit, où qu'elle soit et quelles que soient ses causes. Un dictateur est une source de causes immense. Comment y remédier ? Il y a plusieurs façons. Si un attentat contre Hitler avait réussi, on peut dire que cela aurait épargné des millions de morts. Mais s'il y a

d'autres moyens, c'est aussi bien ! Si, avec la démocratie, le respect des droits de l'homme, des femmes, des enfants, on établit une culture dans laquelle un Bachar al Assad ne peut pas émerger, les choses évoluent différemment. Un dictateur fait beaucoup de mal parce qu'il est mû par la haine, l'avidité, l'indifférence, ou parce qu'il est psychopathe. Mais on peut souhaiter qu'un Donald Trump se mette à genoux et aille aider des patients pauvres dans des hôpitaux, au lieu de vouloir lui tordre le cou. Je

pense qu'il ne faut pas chercher à éliminer un dictateur, mais réfléchir à la manière de faire en sorte qu'il cesse d'être ce qu'il est : un tyran.

Comment réagissez-vous face aux moines bouddhistes qui, comme Wirathu en Birmanie, appellent à s'en prendre aux Rohingyas ?

Ils ne sont plus moines. Un moine qui tue, incite à tuer ou se réjouit d'un meurtre perd instantanément ses vœux. Si Bouddha était là, il serait venu au secours des Rohingyas. Tout ce qui crée de la souffrance, ce n'est pas du bouddhisme. En Belgique, il y a eu un scandale avec Robert Spatz (*chef d'une communauté bouddhiste, condamné à cinq ans de prison avec sursis, NdlR*). Il a créé beaucoup de souffrances. Sa secte, ce n'est pas du bouddhisme, point final.

“N'importe qui peut épouser le bouddhisme, mais il ne s'agit pas de faire du tourisme spirituel.”

“La pensée de la mort, c'est l'idée de donner un sens à sa vie”

En qui ou en quoi croyez-vous ?

Je crois au potentiel qui est en nous. Je l'appelle la nature de Bouddha, qui est en chaque être comme il y a de l'huile dans chaque grain de sésame.

Pensez-vous à la mort parfois ?

J'espère ! La mort est inévitable, son heure est imprévisible. Il ne s'agit pas de vivre une vie morbide, mais d'évoquer la mort pour éclairer la vie. Il y a un enseignement très fort sur l'impermanence et la mort dans le bouddhisme tibétain. On dit par exemple que, quand on expire, on doit se sentir incroyablement fortuné d'inspirer à nouveau. Chaque instant est précieux. L'idée est de se dire que je ne veux pas dilapider ma vie en vain comme quelqu'un qui a de la poudre d'or qui file entre ses doigts. Cela rejoint ce que disait Sénèque : ce n'est pas que nous ayons beaucoup de temps, c'est que nous en gaspillons beaucoup. La pensée de la mort, c'est l'idée de ne pas gaspiller son temps et de donner un sens à sa vie.

Qu'y a-t-il après la mort ?

Ahaaa ! Comme dit le Dalaï-Lama, je suis très curieux de voir ce qu'il va se passer ! Ici ça paraît “ouf”, mais en Orient on pense qu'il y a des vies successives. La question, du point de vue philosophique et scientifique, est : est-ce que la conscience est, oui ou non, 100 % réductible aux mécanismes du cerveau ? Les meilleurs neuroscientifiques vous diront qu'on le pense. Mais on ne peut pas dire que c'est le

cas, parce qu'on ne le sait pas vraiment.

Vous croyez donc en la réincarnation...

J'en ai beaucoup discuté avec des amis scientifiques. Qu'est-ce qui permettrait de changer le paradigme dominant ? Ian Stevenson, de l'Université de Virginie, a étudié très sérieusement, d'un point de vue anthropologique, des centaines de cas prétendus de réincarnation dans le monde entier : des enfants de 4-5 ans qui donnaient des détails de leur vie antérieure. Pour une vingtaine de cas, il n'arrive pas à expliquer autrement le degré de précision du récit de ces enfants que par le fait qu'ils se souviennent effectivement de quelque chose. Des amis neuroscientifiques, qui ont lu son livre *Vingt cas suggérant le phénomène de réincarnation*, me disent qu'ils n'ont aucune idée de la manière dont cela aurait pu se faire. Gardons donc la question ouverte.

Dans un autre registre, vous avez été le témoin de cas de télépathie dans votre vie...

J'ai été témoin à plusieurs reprises qu'on lisait dans mes pensées ou dans celles d'autres personnes. Il était inconcevable d'avoir d'autres façons de connaître ce que je pensais ou ce que d'autres personnes pensaient. Je peux vous assurer que je ne mens pas. Je n'ai pas rêvé, je n'ai pas fumé la moquette et je n'étais pas dans un état second ! Je ne cherche pas à prouver quoi que ce soit. Mais je ne vais pas m'autocensurer. Je raconte ce que j'ai vécu, je ne cherche pas à convaincre.

“J'ai été témoin à plusieurs reprises qu'on lisait dans mes pensées ou dans celles d'autres personnes. Je peux vous assurer que je n'ai pas fumé la moquette !”

Du côté de chez Proust

Quelle est votre vertu préférée ?

La bienveillance.

La qualité que vous préférez chez un homme ?

La bienveillance.

Chez une femme ?

La paresse.

Votre principal défaut ?

La diligence peut-être.

Votre rêve de bonheur ?

Devenir une meilleure personne pour mieux me mettre au service des autres.

Quel serait votre plus grand malheur ?

Être dominé par la haine.

Votre auteur préféré ?

Un auteur tibétain qui s'appelle Longchenpa, c'est-à-dire “le grand espace”.

Votre compositeur préféré ?

Jean-Sébastien Bach.

Que détestez-vous par-dessus tout ?

La mauvaise foi et l'indifférence à la souffrance des autres.

Quel est le don que vous auriez aimé avoir ?

Atteindre la connaissance et l'Éveil ultime.

Comment aimeriez-vous mourir ?

Conscient, lucide, en méditation, en pensant à mes maîtres spirituels.

Quelle est la faute, chez les autres, qui vous inspire le plus d'indulgence ?

L'énervement.

Avez-vous une devise ou une phrase qui vous inspire ?

Se transformer soi-même pour mieux transformer le monde.