



La spiritualité s'est affranchie d'une bonne part de son ancrage confessionnel. Ces pratiques laïques bousculent-elles l'approche des Eglises?

# Croire de ses propres ailes



Pour Giulio, «si la méditation était enseignée tôt, l'humanité s'en trouverait bien». KEYSTONE

Genève

Le Courrier  
1211 Genève 8  
022/ 809 55 66  
<https://lecourrier.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse journ./hebd.  
Tirage: 7'295  
Parution: 5x/semaine



Page: 14  
Surface: 88'042 mm<sup>2</sup>



UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116  
Référence: 76033793  
Coupage Page: 2/3

**DOMINIQUE HARTMANN**

**Pratiques** ► Cécile est une active. Son mental ne s'arrête jamais, son énergie est à l'avenant. La méditation l'a aidée à calmer le jeu, à «s'ancrer davantage dans le moment présent» et donc à s'ouvrir à son environnement. Elle précise n'avoir pas souvent accès à ces «expansions de conscience» où l'on se perçoit «sans séparation avec la nature, les autres, le monde». Pour d'autres, la pratique méditative vise à renforcer la confiance en soi, ou simplement à rechercher des sérénités. Que proposent les très nombreuses formes de spiri-

## «S'ancrer davantage dans le moment présent» Cécile

tualité laïque que la religion n'apporte pas? Les Eglises restent-elles inactives sur ce terrain?

«Je ne suis pas forcément plus agissante depuis que je médite, poursuit Cécile, 52 ans, mais plus efficace, car moins encombrée par mon mental.» Et «plus aimante». A 58 ans, Giulio pratique très régulièrement la pleine conscience depuis une dizaine d'années. «J'avais besoin de me faire du bien. La méditation m'a permis de me calmer, de devenir plus patient, plus conscient de mes états émotionnels, bienveillant.» Il est même convaincu que «si la méditation était enseignée tôt, l'humanité s'en trouverait bien». «Mon éducation catholique m'a transmis beaucoup de dogmes et de concepts», ajoute Cécile, «mais elle ne m'a jamais donné accès à une expérience

intérieure, à la paix». Quant à la figure du Christ, elle lui apparaît comme trop doloriste. Giulio, pour sa part, se définit comme fondamentalement non-religieux. «A vrai dire, je ne sais même pas ce que c'est.»

### Les Eglises aussi

Au Grand-Lancy (GE), la Maison bleu ciel propose elle aussi de la méditation, des rencontres, des retraites. D'inspiration chrétienne, celles-ci. Car depuis plusieurs années et dans tous les cantons, les Eglises ont commencé à revisiter la dimension spirituelle de leur tradition. Myriam Fonjallaz est l'une des chevilles ouvrières de cette structure de l'Eglise protestante de Genève: pour elle, la spiritualité chrétienne «cherche à se relier au cœur de la foi par d'autres pratiques que celles de la liturgie, du catéchisme». Les propositions concernent toutes les dimensions humaines – corporelle, intellectuelle, psychologique, relationnelle, etc. Cette approche incarnée, qui rompt avec la pratique souvent cérébrale des Eglises européennes, «peut correspondre aux aspirations de personnes qui se sont éloignées des Eglises chrétiennes traditionnelles, ou qui ne se reconnaissent pas ou plus dans leurs pratiques religieuses». Sur le site de la Maison, des témoignages évoquent eux aussi des réticences liées à des «vieilleseries moralisantes et des dogmes incompris», le sentiment d'avoir retrouvé «une communion avec les autres», d'être «désincarcéré de mon moi», etc.

### Ouvrir des portes

Les pratiques laïques inspirent à certains penseurs chrétiens un grand scepticisme, teinté de dédain. C'est le cas du philosophe Fabrice Hadjadj qui y voit une «religion de supermarché», où chacun se fabrique «sa petite idole» au lieu d'être «interpellé par quelque chose qui le dépasse». Cécile déplore ce type de jugement: «D'abord, parce que méditer est exigeant: je m'oblige, cela me demande de la discipline, de la constance.» Et puis, parce que «pour entendre une autre voix que la mienne, il faut bien faire silence. A mon avis, la méditation laïque peut être une voie vers la foi.» Elle souligne aussi la force du groupe. Dans son cas, la recherche d'un apaisement n'était pas seule en jeu: «J'ai eu besoin de me sentir reliée à quelque chose de plus vaste que moi. La méditation est une façon d'éviter que la porte de cet espace, qui n'est pas mon moi, se referme.»

A la question de savoir si une spiritualité sans dieu est possible, Myriam Fonjallaz répond autrement: «C'est une question délicate. Elle se pose différemment si l'on considère que chaque être humain recèle une part de divin au fond de lui.» Chargée des cours de spiritualité chrétienne de l'université de Genève, interrogée par Protestinfo, Mariel Mazzoco estime justement qu'en donnant plus de place à la spiritualité, les Eglises traditionnelles pourraient atteindre un public laïque. «Et si elles deviennent un lieu où se réactualise le spirituel, on évitera des dérives comme les sectes où un pseudo-mysticisme devient un enjeu économique et un business.» I



## SPIRITUALITÉS DANS L'ESPACE PUBLIC

Longtemps cantonnée au domaine privé, la spiritualité s'invite aujourd'hui dans l'espace public. Au CHUV, les traditionnels aumôniers font désormais de l'accompagnement spirituel, et les universités proposent des formations en spiritualité. Des programmes thérapeutiques naissent, basés sur l'impact de la méditation sur les addictions ou la dépression. Sous leur dehors inoffensifs, ces pratiques spirituelles peuvent néanmoins susciter des oppositions. « Cette dernière forme de méditation, au départ inscrite dans une tradition religieuse, est sécularisée, décrit le sociologue Philippe Gonzalez, spécialiste du religieux dans l'espace public. Sortie de son contexte rituel et symbolique, elle vient compléter un ensemble de thérapies dont le socle premier est la médecine contemporaine – qui tire sa légitimité de sa scientificité. » Un tout autre ancrage, donc. « Un tel usage laïque est parfois critiqué par des maîtres bouddhistes, qui voient dans la 'pleine conscience' un

dévoiement de la voie spirituelle qu'ils ont la responsabilité de transmettre. » De son côté, le Réseau évangélique suisse considère comme un cas d'objection de conscience légitime son désaccord contre des méditations en classe, inspirées du bouddhisme. Avec cette évolution, « la régulation se déplace des Eglises vers les institutions publiques », note le chercheur. Dans un canton laïque, certains pourront aussi être dérangés par des manifestations publiques de spiritualité. « Dans la mesure où aucune intention prosélyte n'est identifiée, la pratique ne sera sans doute pas incriminée », estime Philippe Gonzalez. Reste que la tradition spirituelle pourrait bien jouer un rôle aussi: si les démarches teintées de bouddhisme ont actuellement l'indulgence du public, « on évoquera rapidement l'emprise de la religion sur l'espace public au cas où quelques musulmans s'assembleraient dans un parc pour prier », relève le sociologue. DHN