



Deux romans de Michael Crichton, mort le 4 novembre 2008, vont être publiés aux Etats-Unis. « Pirate Latitudes » sortira en automne 2009. Un techno-thriller non terminé sera complété pour 2010. © JIM COOPER/AP.

Spiritualité / La méditation transcendantale, qu'est-ce que c'est ?

La controverse du mantra

MCCARTNEY, Starr, Sheryl Crow, Donovan ont joué pour enseigner la méditation transcendantale. Pourquoi ?

Samedi, New York. Les Beatles survivants, Ringo Starr et Paul McCartney jouaient ensemble, avec des tas d'autres vedettes, pour soutenir l'enseignement de la méditation transcendantale dans les écoles, une initiative du metteur en scène David Lynch. Le cinéaste américain a en effet créé une Fondation, la David Lynch Foundation for consciousness-based education and world peace, pour promouvoir l'enseignement de cette pratique dans les établissements d'enseignement américains.

Mais c'est quoi, cette pratique que David Lynch, les ex-Beatles, Sheryl Crow, Eddy Vedder, Ben Harper, Donovan ou Laura Dern supportent avec obstination ? Pour le savoir, retour au Maharishi Mahesh Yogi. Les plus anciens des lecteurs se souviendront de cette période foisonnante de désenchantement de l'Occident qui poussa des tas de jeunes gens sur la route de l'Inde et de Khatmandu.

Le Maharishi Mahesh Yogi, un élève du guru Brahmananda Sarasvati, avait créé le mouvement de la méditation transcendantale en 1957, une pratique inspirée de l'hindouisme, qui se présente comme une technique de relaxation profonde et de développement de la conscience. « La méditation transcendantale permet à l'esprit conscient de s'ouvrir au "réservoir" infini d'énergie, de créativité et d'intelligence

qui réside en chacun de nous », disait le Maharishi.

Un langage séducteur pour ces jeunes Occidentaux déboussolés. Les Beatles prirent l'avion pour l'Inde. Le chanteur Donovan les rejoignit. L'actrice Mia Farrow aussi. Leur célébrité rendit le mouvement du Maharishi célèbre dans le monde entier. La photo du guru figure d'ailleurs sur la pochette du fameux *Sergent Pepper's* des Beatles.

« Si nous avons 350 "yogic flyers" en Belgique, nous parvenons à l'"invincibilité" nationale » Stijn Vandenbosch

La technique ? Elle se pratique quotidiennement, lors de séances de 15 à 20 minutes durant lesquelles on répète mentalement un mantra, un mot qui est théoriquement secret et adapté à la personnalité. Cette répétition du mantra doit laisser l'esprit dans un état de conscience pure, sans aucune pensée. Ce qui, disent ses thuriféraires, procure les effets bénéfiques d'une réduction du stress et d'une amélioration des performances intellectuelles.

« On sait aujourd'hui que la méditation peut investir la totalité du cerveau. Et lui donner une unité, disait David Lynch au *Soir* en février 2007. On appelle ça l'expérience holistique. En cet océan de conscience pure, règnent le bonheur, la créativité, l'intelligence, l'énergie, le pouvoir. Et un



LE MAHARISHI Mahesh Yogi et Mia Farrow en 1968. © AP.

pouvoir irréal ! Et quand vous avez enfin expérimenté cela, vient le déclin. Quelque chose s'ouvre en vous. Les peurs et la dépression commencent à disparaître. Une expérience qui débouche sur le sentiment de paix intérieure. »

Les responsables de la méditation transcendantale en déduisent que l'enseignement de cette technique peut diminuer la criminalité en réduisant les peurs et assurer une meilleure paix dans le monde. D'où leur désir de l'enseigner partout dans le monde.

Sage préoccupation ? Peut-être. Mais aucune étude scientifique digne de ce nom n'a jamais pu conclure à l'efficacité de la technique. Et puis, pour de nombreux spécialistes des mouvements sectaires, la Méditation transcendantale est une secte. Des rapports officiels, en France et en Allemagne, confirment. Aux Etats-Unis, le Cult Awareness Network a dénoncé le mouvement comme une secte. En 1979, une décision de justice a même jugé que la méditation transcendantale enseignée dans les écoles publiques était incom-

patible avec les lois américaines sur la laïcité.

Partout dans le monde, le mouvement Maharishi, qui apparaît sous plusieurs étiquettes, commercialise des compléments alimentaires ayurvédiques, crée des centres de remise en forme, possède des parcs d'hôtels de luxe, promeut l'agriculture biologique. Et dit qu'il peut sauver le monde. En lévitant.

Car, osent-ils, la pratique de la méditation permet de devenir un « yogic flyer », un lévitant. Ridicule ? Stijn Vandenbosch, le directeur national des programmes de la Méditation en Belgique, y croit : « Si nous avons 350 "yogic flyers" en Belgique, nous parvenons à l'"invincibilité" nationale », dit-il sur le site de la Méditation. L'invincibilité ? Un état où le pays est dans une grande sérénité politique, économique et sociale. Mais personne n'a jamais vu ces fameux lévitants. Ni en Belgique ni ailleurs. ■

JEAN-CLAUDE VANTROYEN

Le site de la Méditation transcendantale : www.globalgoodnews.com

Le mouvement est bien installé en Belgique

Alors, secte ou pas secte, ce mouvement pour la méditation transcendantale ? « Il ne nous appartient pas de poser un jugement », répond-on prudemment au Centre d'information et d'avis sur les organisations sectaires nuisibles, le CIAOSN. Le Centre possède quand même un document de travail sur le mouvement, daté du 25 juin 2002. Mais surtout, il prépare actuellement un avis qui sera rendu public d'ici un mois ou deux. C'est que le Mouvement, sous l'égide de plusieurs associations, comme Maharishi Global Financing Research, Stichting Maharishi Global of World Peace, Maharishi Institute of Vedic Science, est implanté en Belgique et a souvent manifesté son intention de s'étendre.

Leur vitrine en Belgique se trouve 60, rue Archimède, à 1000 Bruxelles, dans le quartier européen. On y donne des conférences, des cours de chant et de cuisine védiques, de jyodisch, l'astrologie védique, de lecture de pouls, qui est la base du diagnostic de la médecine ayurvédique.

Stijn Vandenbosch est le directeur national des programmes de méditation en Belgique. Lucien Mansour est le « raja » de Belgique, une sorte d'administrateur pour une région géographique. Il l'est aussi pour le Liban, le Luxembourg, le Congo, le Gabon, la Dominique et Haïti. Il semble cependant que toutes

les décisions se prennent à Vlodrop, aux Pays-Bas, près des frontières allemande et belge. C'est dans cet ancien couvent franciscain, où résident quelque 500 personnes, qu'est décédé le Maharishi Mahesh Yogi, en février 2008. Nous avons tenté d'avoir des informations auprès de l'antenne belge. Sans réponse. Nous avons laissé des messages. En vain.

La Méditation avait un stand dans un récent Salon de l'éducation à Namur. Il a tenté de s'implanter dans d'autres endroits en Belgique. A Plombières, à Nil, à Woluwe-Saint-Lambert. Chaque fois, les communes ont refusé. Pour des questions d'urbanisme. C'est pour cela qu'Olivier Maingain, bourgmestre de Woluwe, a demandé l'avis du CIAOSN.

Mais quelle est l'importance de l'organisation en Belgique ? « Anecdote », répond Henri de Cordes, président du CIAOSN. On estime que quelques dizaines de personnes ont reçu la formation d'enseignants et que quelques milliers ont été initiés aux techniques de méditation transcendantale. Des initiés qui, le plus souvent, relâchent ensuite les liens avec le mouvement, se contentant d'exercer leur méditation deux fois vingt minutes par jour. « C'est un mouvement qui se caractérise par un degré d'adhésion très faible », nous affirme un observateur.

J.-C. V.