
Quels rapports aux normes religieuses bouddhistes observe-t-on chez des femmes converties à cette religion dans la lignée *Kagyüpa* entre la cinquantaine et la septantaine et quels effets cela a-t-il sur leurs conceptions du bonheur et de la liberté en Belgique en 2026 ?

Mémoire réalisé par
SUCIU Constantin

Promotrice
MARECHAL Brigitte

Accompagnant-mémoire
BAFFIER Paul

Lecteurs
CORNU Philippe, SAROGLU Vassilis

Année académique 2025-2026
Master en sciences des religions, à finalité approfondie

Table des matières

Remerciements	4
1 Genèse du projet	5
1.1 Réflexions menant à la question.....	5
1.2 Hypothèses liées à la question de recherche.....	8
A. Apports théoriques sociologiques, philosophiques et historiques	10
2. Approches scientifiques, et ancrages disciplinaires et panel	10
2.1 Arguments en faveur d'une approche socio-anthropologique et philosophique bouddhiste.....	10
2.2 La perspective abductive comme méthode, entre induction et déduction	11
2.3 Spécificités de la démarche en philosophie de la religion : focus conceptuels.....	17
2.4 Panel des interviewées et modalités de sa constitution	20
2.5 Présentations détaillées des interviewées depuis un tableau synoptique (qui synthétise certaines variables du panel) et une analyse verticale de chaque profil.....	22
2.5.1 Rose : D'un passé matérialiste à une aspiration vers le spirituel ou la voie du milieu des bodhisattva	24
2.5.2 Léa : Une aspiration à être humainement responsable	26
2.5.3 Lisa : L'acquisition de la connaissance, au cœur de son existence	26
2.5.4 Chloé : Une focalisation sur la voie spirituelle, sans formalisme.....	27
2.5.5 Aude : Une compréhension libre et souple du bouddhisme	28
2.5.6 Ama : L'évidence du spirituel comme voie conforme à une éthique	29
3. Balises conceptuelles	30
3.1 Les religiosités, différenciées du « religieux » et des « religions »	30
3.2 Enjeux sociologiques de la conversion : des adhésions comme voies spirituelles individuelles avant tout	32
3.3 Que veut dire la conversion pour le bouddhisme de manière traditionnelle ?.....	35
3.4 Apports conceptuels sur aux normes (et leurs rapports au religieux)	37
4. Contextualisations	39
4.1 Contextualisation sociétale liée au religieux contemporain	40
4.2 Redécouverte et adaptation des bouddhismes vers l'Occident au XXe siècle	43
4.3 Introduction des bouddhismes en Belgique	46
B. Apports des entretiens sociologiques couplés à la philosophie bouddhiste	47
5. Le bouddhisme, religion, philosophie ou autre ?	47
5.1 D'une vision philosophique à une appréhension éthique	50
5.2 Confusion de registres entre le religieux et philosophique	52
5.3 Le bouddhisme ni religieux ni philosophique, mais plutôt comme chemin spirituel	54
6. Divergences d'appréhensions portant sur les normes bouddhistes	56
6.1 De la nécessité d'adhérer aux normes bouddhistes	56
6.2 Du déni des normes : postuler leur relativité, pour tendre vers l'absolu	60
6.3 De l'oubli du normatif dans le bouddhisme, vision impensée.....	65
7. Des intériorisations différenciées de la tradition bouddhiste	69
7.1 Intérioriser les croyances, les émotions et les vérités	71
7.2 Passer par le corps et l'esprit pour concilier le soi pour soi	75
7.2.1 Une autre vue sur le passé et son caractère	76
7.2.2 Une clarté d'esprit différemment développée	77
7.2.3 Affiner son auto-définition et la désubstantialiser (le non-soi)	78
7.2.4 Sortir du relativisme face au vivant, et s'extasier.....	79
7.2.5 Des expériences étonnément peu décrites : l'absence de pensées, l'attention aux cycles spirituels et l'évocation du <i>Guru Yoga</i>	80
7.3 Des pratiques vécues diversement vers la compassion à visée universelle.....	81

8. La mobilisation récurrente de concepts expérientiels bouddhistes intériorisés : entre affiliations à la tradition et infinie pluralité de conceptions	83
8.1 Interprétations polysémiques du <i>karma</i>	84
8.2 L'équanimité comme un moyen d'éviter la souffrance	87
8.3 L'absence d'un « soi » et d'existence en soi des phénomènes comme une évidence	88
8.4 « L'impermanence » comme chemin vers la paix et la délivrance de la souffrance	90
8.5 Des concepts non partagés ; « vacuité », « Trois joyaux », « Quatre nobles vérités »	91
9. Les influences des adhésions au bouddhisme sur les valeurs, le bonheur et la liberté.....	94
9.1 Des valeurs qui se transforment	94
9.1.1 Entre continuité, reconnaissance et dépassement des valeurs par-delà l'affiliation au bouddhisme ..	95
9.1.2 De la nécessité de prendre soin des autres et de leurs souffrances	97
9.2 Des visions plurielles du bonheur, entre individus et collectivité	99
9.2.1 Le bonheur, au cœur de soi	99
9.2.2 Le bonheur, au cœur d'une dialectique entre attention de soi et des autres.....	102
9.3 Des conception de la liberté en marge de visions occidentales	103
9.3.1 La bouddhité comme seule voie d'accès possible à une liberté authentique	104
9.3.2 Libération des passions humaines.....	104
9.3.3 Illusions des libertés envisagées comme droits, comme mouvements et comme ancrés dans la matérialité.....	106
9.3.4 La liberté comme maîtrise et dépassement de soi.....	108
10. Conclusion	109
11. Bibliographie	120
12. Annexes	126
12.1 Questionnaire	126

Remerciements

Je tiens tout d'abord à grandement remercier Rose, Léa, Lisa, Chloé, Aude et Ama. Sans leurs accords et leurs confiances en cette recherche, elle n'aurait tout simplement pas pu voir le jour.

Ma gratitude va également à l'égard de ma promotrice, Madame Brigitte Maréchal. Elle a investi beaucoup d'énergie pour m'aiguiller en me disant, avec toute la franchise qui la caractérise, les éléments à revoir, corriger et approfondir. Je la remercie également pour les échanges pleins de sens qui ont alimentés ces réflexions lors de cette année. Merci aussi pour sa disponibilité et sa gentillesse.

Un grand merci va aussi pour Paul Baffier, spécialiste du bouddhisme tibétain (et plus encore). Paul m'a amené des considérations justes, riches et pleines de sens sur ces traditions complexes qu'il a su clarifier.

De même, je remercie ma mère, Pascale Farcy. Nos discussions ont donné un tout autre tournant à des présuppositions que j'ai pu affirmer. Merci aussi pour toutes ses relectures et corrections orthographiques.

Finalement, je remercie les personnes qui m'ont accompagnées, permis de m'amuser, de me détendre ou de pratiquer du sport durant l'écriture de ce mémoire. Je pense tout particulièrement et mes amis Antoine Mélis, Thomas Noack, Demba Clarence Cordier, Félicien Pitzsaer et David Lherbet (ainsi que sa compagne Julie). Je remercie tout particulièrement ma sœur, Pascalina Suciu, pour son soutien. Mes pensées vont finalement pour mon ex-compagne, Laetitia Rouffart.

1 Genèse du projet

1.1 Réflexions menant à la question

L'idée de ce questionnaire m'est venue suite à une conversion personnelle au bouddhisme. En effet, j'ai été étonné par le déploiement 'englobant' de cette tradition religieuse dans mon expérience personnelle. Dans un premier temps, je me suis détaché de la foi catholique. Ensuite, ma vision d'un consentement, au moins implicite, à un système normatif se transforma progressivement durant la découverte des enseignements de cette voie alors que je ne l'avais initialement pas envisagé. Au final, j'ai accepté de reconnaître que cette religion était comme une évidence pour moi.

Ceci m'a mené à me demander comment d'autres individus se positionnaient en regard de leurs vécus religieux. De même, un autre intérêt de cette recherche est de percevoir comment ils envisagent une conversion au bouddhisme et en quoi ce processus avait eu comme conséquences sur leurs existences.

De surcroît, l'entendement que j'avais sur certaines valeurs a été chamboulé. J'ai compris à quel point certains termes étaient intégrées dans une vision normative socialement construite. Par exemple, j'ai pensé percevoir la liberté comme un droit de se mouvoir et de s'exprimer. Mais le courant bouddhiste Dzogchen auquel je suis affilié considère, par exemple, la liberté comme une libération de tendances, qui permet notamment un affranchissement de souffrances¹.

Par conséquent, j'ai choisi de délimiter les valeurs de ce travail sur le bonheur et la liberté. Ces dernières me semblent en effet particulièrement centrales dans la société et abordées en particulier dans le bouddhisme. En plus, dans notre société dite 'séculière', il existe une prévalence pour le libéralisme, et des rapports tendus se donnent à vivre entre autorités et individualismes. La prédominance d'un bonheur et d'une liberté individuelle rendent les citoyens sceptiques à l'intérêt d'adhérer à des normes. Quant aux normes religieuses, en

¹ L'ouvrage suivant d'un grand maître de cette tradition, Longchenpa, est assez éclairant sur le sujet. Il aborde entre autres l'idée « d'autolibération des passions ». LONGCHENPA, La liberté naturelle de l'esprit, Éditions du Seuil, 1994, p. 115, traduit du tibétain par P. CORNU, p. 57.

particulier, elles sont d'autant plus stigmatisées qu'elles ont été ressenties et expérimentées par certaines personnes comme subies dans les vécus individuels.

Ces deux thématiques du bonheur et de la liberté sont dès lors devenues centrales à mon avis dans notre contexte occidental.

Comme ces deux thématiques du bonheur et de la liberté sont devenues centrales dans notre contexte occidental, il m'a semblé intéressant de me pencher sur les manières dont elles sont appréhendées et la façon dont des bouddhistes les conçoivent. En effet, bonheur et liberté sont liées à une perception d'une société de liberté de droits acquis sans limites et d'un bonheur pour sa seule petite personne. Lipovetsky avance la thèse d'une procédure de la « personnalisation ». Cette dernière correspond à une cassure de la « socialisation disciplinaire » ; elle renvoie de ce fait à l'organisation sociétale nouvellement souple basée sur l'exhortation des désirs et la sexualité, l'apologie de la familiarité et de l'ironie. En d'autres termes, le volet comportemental est moins régenté par une normalisation coercitive que par l'ouverture à une infinie possibilité de décisions personnelles. On remarque aussi de nouvelles valeurs comme l'invitation au divertissement et la mise en avant de « l'hédonisme ». On retrouve également une vénération de la « libération personnelle ». Par ailleurs, une vision imaginaire à tendance rigoureuse de la liberté se dissout au profit de la mise en exergue de l'intimité individuelle qui permet de se jouer des règlements sociétaux. D'autre part, il est progressivement apparu nécessaire de valoriser le « droit d'être soi-même » et de pouvoir posséder une jouissance extrême de son existence.²

Notre recherche questionne donc les visions contemporaines du bonheur et de la liberté sachant que celles-ci sont globalement envisagées comme plurielles et conçues comme étant des droits. Ils sont similairement favorisés de manière individuelle.

Dans une autre mesure et en l'état de la recherche, Pietropaoli détaille un long processus sociétal menant à l'émergence d'un individualisme occidental affranchi de plusieurs éléments. Il semble que le murissement de « l'autonomie » et du « développement personnel » soit en effet désormais arrivé une nécessité inégalée de faire advenir des voies de « libérations » individuelles, envisagées comme vitales. Le chercheur décrit notamment l'idée, voire le devoir, de se libérer de l'isolement, de la douleur et des contrariétés. Ceci s'observe notamment de nos jours dans le vœu de certains de se libérer du théisme, des êtres humains (il aborde

² G. LIPOVETSKY, *L'ère du vide, essais sur l'individualisme contemporain*, Paris, Gallimard, 1984, p. 8-10.

« l'esclavage » et les normes sociétales) et des « névroses mentales ». Mais en voulant s'en affranchir, ce même individu n'alimente-t-il pas des sociétés dont il veut par après s'en libérer. N'est-ce pas alors le chat qui se mord la queue, finissant par promouvoir sa propre disparition ? Dans une autre perspective, la libération du divin peut être aussi envisagée comme sécularisation (terme que nous définirons et remettrons en question dans la suite de ce travail).³

En résumé, ces considérations mettent en avant d'autres visions de la liberté, à savoir l'affranchissement de divers types d'afflictions et la libération d'une vision divine (que l'auteur associe à la sécularisation). Le premier élément est utile pour faire la jonction entre la nécessité de s'occuper de certains types de souffrances (de soi voire d'autrui) et les propositions bouddhistes pour s'y atteler. Nous verrons qu'il y aura de nombreuses voies de réponses présentées tant par la tradition que par les interviewées elles-mêmes. Le second point mène à mettre en avant les remises en question d'affiliation religieuses opérées par certains individus de nos jours. Cependant, il y aura pareillement lieu de considérer des réaffirmations actuelles de croyances tant individuellement que collectivement de nos jours.

Dans ce cadre, je ressens que le bouddhisme semble traiter et apporter des éléments tant conceptuels que liés à des pratiques et à des rites. Mais est-ce vraiment le cas ? Et si oui, de quelle manière ? L'image du bouddhisme paraît également plus souple que d'autres voies religieuses, permettant éventuellement une affiliation. Cependant l'individualisme semble prôner. Mais est-ce réel ? Et comment ces idées sont-elles perçues par des pratiquantes ? Est-ce que souplesse rime nécessairement avec adhésion aux normatifs ?

La question de ce mémoire est de ce fait la suivante : « Quels rapports aux normes religieuses bouddhistes observe-t-on chez des femmes entre la cinquantaine et la septantaine converties à cette religion dans la lignée *Kagyüpa* et quels effets cela a-t-il sur leurs conceptions du bonheur et de la liberté en Belgique en 2026 ? »

³ M. PIETROPAOLI, *L'individualisme et l'essor des égosystèmes, la société de l'extinction*, p. 1-3. et *l'essor des égosystèmes, la société de l'extinction*, p. 1-3.

1.2 Hypothèses liées à la question de recherche

Plusieurs hypothèses structureront mon travail.

Tout d'abord, la perception du bouddhisme n'est-elle pas empreinte de confusions tant il paraît compliqué de le catégoriser : religion, philosophie, les deux, aucun des deux ? Je pense que cette confusion sera perceptible de manière comparative concernant les femmes interviewées. En outre, la confusion ne serait-elle pas renforcée dès lors qu'il serait évoqué combien le bouddhisme mobilise des normes ?

Dans la même perspective, le rapport aux normes ne serait-il pas avant tout vécu de manière plurielle parmi les croyantes que je vais interviewer ? Posons même l'hypothèse qu'il y aurait autant de manières de se positionner en regard de ces normes bouddhistes qu'il y aurait d'acteurs impliqués.

Par ailleurs, nous posons que le processus de conversion transformerait les perceptions de ces femmes concernant les notions d'autonomie et d'hétéronomie. J'irais même jusqu'à penser que l'inscription dans le bouddhisme privilégierait le croisement de ces dimensions depuis un rapport visant à dépasser le dualisme inhérent à ces notions.

En outre, nous formulons l'hypothèse que se convertir au bouddhisme influencerait sur les représentations de la force des normes bouddhistes dans des contextes autres que religieux, à savoir ceux du quotidien. Par exemple, les moyens de s'alimenter, les relations intra-individuelles, le sens, l'épanouissement dans le travail ... ne seraient-ils pas en effet tous appréhendés différemment d'avant la conversion ?

Concernant le bonheur, mon hypothèse est que l'adhésion au bouddhisme va avoir, pour ces femmes, un changement presque paradigmatique. De fait, elles passeraient d'une vision d'un bonheur occidentalisé (centré sur leurs individualités) à une nécessité d'œuvrer pour un bonheur commun. Cette affiliation serait effectuée tant en acceptant, refusant ou ne pensant pas un système normatif, qui modifierait néanmoins leurs imaginaires.

Par rapport à la liberté, on postule qu'elle ne sera plus vécue comme une nécessité de se mouvoir ou d'avoir des droits. Différemment, l'emphasis serait davantage placée sur l'éveil bouddhiste, qui découle d'une adhésion à cette religion.

Enfin, Donegani décrit les croyances comme démarrant les actes. Les confirmations individuelles de ces actes de croire ne reposent-elles donc pas sur leurs utilités envers les comportements ? Autrement dit, la croyance ne dépasse-t-elle pas l'ordre du vrai ou du faux, au profit d'une représentation de la réalité permettant l'action. N'y a-t-il dès lors cessation d'un quelconque besoin de confirmation par l'autorité ou par les institutions ?⁴

Parallèlement à ces propositions, cette étude examinera l'hypothèse selon laquelle ces femmes s'engagent dans une forme de spiritualité bouddhiste plus personnelle que collective. Leurs cheminements et expérimentations spirituelles ne les mèneront-elles pas à réenvisager et guider autrement leurs actes ?

⁴ J.-M. DONEGANI, « La sécularisation du croire : pragmatisme et religion », dans *Archives de sciences sociales des religions*, t. 169, 2015, p. 243.

A. Apports théoriques sociologiques, philosophiques et historiques

2. Approches scientifiques, et ancrages disciplinaires et pannel

2.1 Arguments en faveur d'une approche socio-anthropologique et philosophique bouddhiste

Afin de saisir la diversité de reconfigurations tant individuelles qu'institutionnelles des dispositifs religieux (et religiosités individuelles) de nos jours, nous prenons le parti de nous accorder sur une approche pluridisciplinaire en sciences des religions. Concrètement, nous allons mêler de la sociologie-anthropologie des religions avec la philosophie bouddhiste. Ce doublet permettra d'interroger des acteurs quant à leurs rapports aux normatifs et à leurs influences sur le bonheur et la liberté (notamment de la lignée *Kagyü* mais de même de l'ordre d'un bouddhisme plus général).

De manière introductive et sociologique, nous proposerons une description des enjeux contemporains d'observations du religieux en Occident. Un exposé de la diffusion du bouddhisme en Occident et en Belgique sera ensuite effectué. Des apports historiques permettront de présenter les trajectoires et enjeux contemporains.

Ce questionnement a un intérêt pour les sciences des religions. En effet, il pourrait permettre de voir comment certains acteurs, en particulier certaines actrices, ici, d'une société se positionnent en regard d'institutions religieuses émettant des normes. Cela pourrait aussi donner l'occasion de voir comment ces normes sont appréhendées, mais aussi d'envisager quelles conséquences pratiques l'adhésion et/ou le rejet ou autre ont sur les valeurs qui guident des actions morales dans la vie de tous les jours.

2.2 La perspective abductive comme méthode, entre induction et déduction

Déduction, induction et abduction constituent autant de démarches de recherches différentes pour élaborer le savoir (« question logique ») et pour répondre à des questionnements et enjeux liés du chercheur (concernant la « question épistémologique »).

Premièrement, l'abduction proviendrait de *l'Organon* d'Aristote (qu'il a nommé *epapogé*). Ce terme avait pour objectif de conjointre ses efforts vers la science, que le philosophe envisageait comme « connaissance vraie ».

Cette méthodologie a été reprise et modifiée par Peirce durant le vingtième siècle (milieu des années soixante). En bref, elle est liée à la nécessité d'insérer des propositions innovantes dans la science sachant qu'il existe une tripartition de méthodes (déductif, inductif et abductif) liées entre elles et s'alternant dans les étapes de la méthodologie scientifique. Ceci la distingue de l'induction, qui tend vers une sérieuse plausibilité.

Dans un premier temps et comme un moment spécifique, le « syllogisme déductif » en détaille ses spécificités : « Tous les hommes sont mortels, Tous les Grecs sont mortels, Tous les Grecs sont donc des hommes ». La finalité du mouvement est le « cas » (dernier élément) comme « croyance » en se basant sur les « prémisses » (deux premières propositions). Ceci la diffère à l'induction (qui tend vers une sérieuse plausibilité). Quant à l'abductif, il introduit un élément original.⁵

Pour reprendre les écrits de Peirce, l'abduction s'associe à une « suggestion qui nous vient comme un éclair ».⁶ Une autre manière de qualifier cette perspective est encore de l'appréhender comme une action sagace ou clairvoyante. Similairement, il s'agit d'assembler ce que l'individu n'aurait jamais songé à associer, ce qui mène au jaillissement d'une inspiration neuve.⁷

⁵ J. NUNEZ MOSCOSO, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », dans *Penser l'éducation*, t.33, 2013, p. 60-63.

⁶ C. S. PEIRCE, Projet d'édition Pierce (éd.), *L'essentiel de Peirce : une sélection d'écrits philosophiques*, t. 2, Bloomington, Presses universitaires d'Indiana, 1998, p. 227.

⁷ Peirce tient ces propositions lors de ses sept dernières conférences à Harvard. Sa thèse est d'appréhender le « pragmatisme comme logique d'abduction ». Pour ce faire, il va tenir trois arguments majeurs : tout ce qui surgit dans l'intellect provient d'abord et avant tout des sens, les appréciations sensorielles contiennent des notions générales et « l'inférence abductive » se confond dans le « jugement perceptif » sans réelle distinction visible. Ceci l'amène à affirmer que le pragmatisme survient par la suite et permet de discerner des pensées peu évidentes. Bien qu'autorisant « l'envolée de l'imagination », il est nécessaire que ce mouvement pragmatique mène à un « effet pratique possible ».

L'articulation entre sociologie du religieux, philosophie de la religion, normes bouddhistes, valeurs, bonheur et liberté semble inédit à l'égard de l'état de la recherche. Néanmoins, davantage de travaux rassemblent des réflexions croisées notamment issues de sociologie et de la tradition bouddhiste depuis plus d'une dizaine d'années⁸. Et une contribution se rapproche notamment de nos travaux, qui concerne la sociologie de la conversion au bouddhisme. Elle a été produite par Mathé en 2005. L'ayant découverte vers la fin de ce mémoire, cette recherche sera mentionnée dans la conclusion et comparée en regard de la nôtre.

Comme méthode, l'abduction reprend les trois phases envisagées comme procédé d'élaboration d'une « hypothèse explicative » inusitée auparavant. Autrement dit, « l'abduction suggère simplement que quelque chose peut être ».⁹ Ceci permet au procédé déductif de prédire le pronostic pouvant être opérationnalisé de manière inductive. Et ainsi, l'abduction fait relativiser l'incertitude observée par la mise en place d'hypothèses. En outre, cette procédure affine la recherche de terrain par une série de principes visant à saisir les enjeux qui y sont liés. Ceci a pour conséquence de réduire le domaine d'étude. De fait, les hypothèses prennent racine sur les observations menant éventuellement à les vérifier durant la méthode. Par conséquent, il s'agit de la seule manière de parvenir à des considérations inédites. Cette méthode fonctionne de pair avec l'incertitude. En effet, il y a remise en perspective d'évidences scientifiques par le cheminement explicatif.¹⁰

C. S. PEIRCE, Projet d'édition Pierce (éd.), *L'essentiel de Peirce : une sélection d'écrits philosophiques*, t. 2, p. 226-227.

⁸ Retenons surtout la recherche d'Immergut et de Kaufman sur la question du « soi ». En usant de concepts bouddhistes, ils parviennent à repenser le dualisme « moi-autre » basé sur l'interactionnisme symbolique. En effet, ils proposent « une sociologie du non-soi, pour analyser l'interaction sociale et comprendre les racines de l'angoisse sociale ».

M. IMMERGUT, P. KAUFMAN, « Une sociologie du « non-soi » : application de la théorie sociale bouddhiste à l'interaction symbolique », dans *Symbolic interaction*, t. 37, 2014, p. 264-282.

Notre mémoire rentre dans ce cadre étant donné que les descriptions philosophiques bouddhistes permettent de compléter, alimenter voire repenser des analyses et conceptions sociologiques.

⁹ J. NUNEZ MOSCOSO, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », p.63.

¹⁰ J. NUNEZ MOSCOSO, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », p.63-68.

D'une part, la déduction se conçoit comme la confirmation ou l'infirmerie, par une recherche « empirique », de constats scientifiques préétablis. Spécifiquement, l'idée est bien d'entamer une réflexion démarrante d'un point de vue général. Ensuite, on essaie de l'observer en regard d'une situation particulière. C'est Aristote qui aurait envisagé ces considérations le premier dans son ouvrage *l'Organon*. Il l'aurait nommée *apodeixis*. L'exemple notoire se conçoit selon un certain « syllogisme déductif » : « Tous les hommes sont mortels, tous les Grecs sont des hommes, tous les Grecs sont mortels ». C'est par une considération véridique appliquée à une observation « empirique », ayant un lien avec le premier élément, qu'il est possible d'en tirer un résultat.

On peut finalement considérer que l'innovation conceptuelle n'est pas réellement présente. En effet, l'objectif est d'observer si oui ou non un cas particulier s'intègre dans une théorie préexistante.¹¹

Avant d'entamer les entrevues, des propos théoriques seront amenés sur quelques éléments.

D'un côté, des apports conceptuels alimenteront les termes-clés de notre question. Il y aura un arrêt sur les notions de conversion (sociologiquement et selon le bouddhisme) et de normes (sociologiquement aussi). Une différenciation entre religieux, religions et religiosités sera aussi effectuée pour cerner au mieux notre angle d'approche dans la recherche.

D'un autre côté, des apports contextuels seront examinés du plus général au plus précis. Respectivement, il y aura une contextualisation générale du religieux de nos jours, puis une description de l'arrivée et de la modification des bouddhismes en Occident. Finalement, le cas spécifique des bouddhismes en Belgique sera décrit.

Après le temps des entretiens et de leurs analyses, une étape déductive sera mobilisée, depuis une approche plutôt philosophique. Elle visera à complexifier et à comparer des dires de pratiquantes envisagés au regard d'éléments traditionnels propres au bouddhisme. Des acceptions générales et spécifiques au bouddhisme tibétain seront usitées. Cette démarche philosophique sera utilisée dans les visions religieuses et/ ou philosophiques des pratiquantes ainsi que dans leurs visions des normatifs bouddhistes. Dans la même veine, elle sera employée lors de la partie liée aux incorporations et aux transformations émotionnelles. Par ailleurs, cette méthode sera employée lors de la description des influences potentielles des conversions sur les valeurs, le bonheur et la liberté des interviewées.

¹¹ J. NUNEZ MOSCOSO, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », dans *Penser l'éducation*, t.33, 2013, p.57-60.

D'autre part, le mouvement inductif s'incarne dans une recherche directement menée sur le « terrain ». Concrètement, l'objectif est de parvenir à collecter des données empiriques, puis de monter en généralité en dégagant des principes et suppositions explicitant ce réel. Également, la théorisation, présente dans la recherche « empirique », sera constatée « a posteriori » de la recherche concrète. Du point de vue épistémologique, cette approche est qualifiée de « subjectivité heuristique ». En somme, le scientifique collecte et interprète les faits ; l'empirisme se joue là et où les données sont rassemblées analysées. Cette collecte dégagera des théories par un cheminement de pressentiments à vérifier.

Par ailleurs, Aristote, reprenant le « syllogisme » précédemment décrit, mais cette fois « inductif », arrive à cette proposition : « Tous les Grecs sont des hommes, tous les Grecs sont mortels, tous les hommes sont mortels ». L'objectif est de parvenir à une « règle » (dernière proposition) au moyen d'une proposition originale (début de phrase) éprouvée dans la réalité (phrase du milieu). En se basant sur Aristote et Hume, il faut néanmoins pointer l'impossibilité de procéder à une généralisation de cette méthode par rapport à d'autres contextes. Peirce nuance toutefois ce constat en indiquant qu'il est faisable de parvenir à une règle par la répétition de cette méthode avec l'empirisme.¹²

Étant donné le petit nombre d'entrevues effectuées dans le cadre de ce mémoire, il ne faut pas considérer ce dernier comme prétendant à une forme de représentativité, mais bien plutôt avant tout comme une occasion permettant d'affiner et d'expérimenter une démarche abductive exploratoire.

Dans ce mémoire, le panel interrogé sera présenté ainsi que les raisons qui ont mené ce choix. D'ailleurs, les étapes de prises de contact et de mon positionnement dans ce cadre seront, explicitées au fur et à mesure du déploiement du projet sachant que je m'efforcerai de privilégier avant tout une posture d'étudiant universitaire.

Ensuite, après avoir clarifié le contenu du questionnaire constitué à partir de nos interrogations, nous allons interviewer six femmes dans deux centres bouddhistes tibétains de la lignée Karma Kagyü, à savoir le Kagyü Samye Dzung se trouvant à Bruxelles et l'Institut Nalanda également situé à la capitale belge. Quatre entrevues seront effectuées par centre.

¹² J. NUNEZ MOSCOSO, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », dans *Penser l'éducation*, t.33, 2013, p. 59-60.

Après ces observations de terrain, nous établirons une analyse verticale du profil général de chacune des personnes. Puis, les propos essentiels des femmes converties seront appréhendés depuis une analyse thématique propre à la sociologie et en regard des ressources théoriques choisies. Autrement dit, nous effectuerons un travail de comparaison entre les propos des auteurs scientifiques que nous avons lus et les interprétations individuelles des actrices questionnées. C'est ici que nous utiliserons les analyses verticales (définies plus tard dans le développement) et thématiques propres à la sociologie.

Spécifiquement, l'analyse thématique semble liée à un travail « qualitatif ». L'idée est de parvenir à examiner et synthétiser la retranscription écrite des entretiens par une classification en « thèmes ». Ces derniers permettent de répondre à ces questions : « Qu'y-a-t-il de fondamental dans ce propos, dans ce texte, de quoi y traite-t-on ? »¹³. Évidemment, la classification en divers thèmes des propos investigués devra être en concordance avec le questionnement initial. Autrement dit, il s'agit, de parvenir à regrouper des éléments liés à des thématiques similaires au sein d'un même espace de tableau alors que, dans l'écrit de l'entretien, ces éléments pourraient se trouver de manière disparate.

En outre, cette analyse a deux fonctions principales. La première est la détection, la seconde est l'information. Pour l'une, il s'agit de tendre vers l'exhaustivité de tous les éléments énoncés qui se rapportent à un même thème, qui peut être abordé de différentes manières, éventuellement contradictoires et/ou en tension. Pour l'autre, la fonction principale réside dans l'idée de pointer l'importance de certains thèmes sur d'autres à partir des propos des personnes interrogées. Une autre fonction est de voir les diversités de modalités d'appréhension de chacun de ces thèmes. Il faut ici se focaliser en amont sur les congruences ou divergences de points de vue au sein d'un même thème.¹⁴

¹³A. MUCCHIELLI, P. PAILLE, *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, Paris, Armand Colin, 2012, p. 231.

¹⁴A. MUCCHIELLI, P. PAILLE, *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, P. 231-232.

Voici un exemple de trois éléments du thème « liens aux normatifs » selon la vision de Chloé :

Rubrique	Sous-rubrique	Thème	Verbatim
Liens au normatif	Rapports fortement distanciés et même contestataires par rapport au normatif et aux conventions sociales avant la conversion au bouddhisme	Conception assez réfractaire aux normes	J'ai vécu ma jeunesse dans les années 68-70. Il y avait beaucoup moins de normes que maintenant, je dirais. Je suis assez rebelle, de toute façon. J'étais plutôt dans la mouvance post-hippie. (P.5 ;236-238)
		Distance par rapport à toute forme de pression sociale ainsi qu'à toute affiliation communautaire	Je n'ai jamais fait beaucoup d'attention à l'opinion des autres, des normes, comment m'habiller, comment faire ceci ou cela. Non. J'étais plutôt marginale. Marginale par rapport aux marginaux aussi, parce que je n'allais pas non plus, je n'appartenais pas à un groupe particulier non plus. (P.5 ;238-241)
		Existence individualiste et contestataire du normatif	J'étais assez individualiste et rebelle et non normée. (P.5 ;241-242)

2.3 Spécificités de la démarche en philosophie de la religion : focus conceptuels

« Mais peut-être ne saurons-nous pas bien ce qu'est le Bouddhisme aussi longtemps que nous serons dans l'obscur sur sa doctrine, sur sa « théologie » et sa philosophie, sur son dogme et sa métaphysique »¹⁵.

En complément de l'approche sociologique, la philosophie de la religion est pertinente dans notre démarche. En effet, elle viendra éclairer et questionner les réflexions sociologiques émises sur les expériences, les récits personnels, les chemins religieux et spirituels. En effet, cette approche philosophique va étayer, approfondir des concepts mobilisés par les pratiquantes interviewées. Lorsque les interviewées évoqueront des termes propres à cette tradition, une explicitation traditionnelle sera systématiquement proposée. Mais encore, ceci permettra une comparaison entre des dires philosophiques issus du bouddhisme et des compréhensions personnelles. Ces dernières seront soit plutôt directement inscrites dans le prolongement de la tradition (et ainsi dans des similarités), soit plus ou moins réinterprétées à la lueur de leurs existences personnelles. Le recours à la philosophie nous servant ici donc de balise pour situer leurs propos. L'objectif est d'observer comment une tradition est mobilisée dans des vécus individuels. Il ne s'agit pas de certifier qui a le mieux compris.

De surcroît, cette approche basée sur la tradition décrite au moyen de ses concepts est proche de celle de Garfield. En effet, ce dernier tend à démontrer l'utilité de s'aventurer dans une grande étendue de thématiques internes de la tradition bouddhiste. Cette démarche a, selon lui, de l'intérêt pour la philosophie occidentale.¹⁶

Là où les positionnements diffèrent, c'est dans l'usage effectué des textes de la tradition. Garfield en fait un examen scrupuleux philologique en complément de son approche philosophique. Ici, dans ce mémoire, il n'y aura pas d'appui sur des textes traditionnels en tant que tels au vu de la prévalence que j'accorde à la démarche sociologique sur celle philosophique.

¹⁵ L. DE LA VALLEE-POUSSIN, *Le dogme et la philosophie du bouddhisme*, Paris, Gabriel Beauchesne, 1930, p. 9.

¹⁶ J. L. GARFIELD, *S'intéresser au bouddhisme, pourquoi c'est important pour la philosophie*, New York, Presses universitaires d'Oxford, 2015, p. 12.

En effet, cette dernière est envisagée comme moins centrale et prédominante : ce qui m'importe, c'est de comprendre les postures des femmes interrogées sachant que les considérations philosophiques sont surtout mobilisées pour m'aider à alimenter, étoffer la compréhension leurs positionnements.

Il est à noter que, au fil de la recherche, on utilisera le bouddhisme au singulier pour alléger le développement. De même, la tradition au singulier sera régulièrement usitée pour la même raison. Il faut cependant retenir que ce travail développe un ensemble de traditions, qui ne cessent de s'adapter et d'évoluer. C'est d'ailleurs là tout l'enjeu de ce projet, c'est-à-dire de comprendre des appréhensions du bouddhisme selon des vécus de pratiquantes qui l'adaptent aux nécessités de leurs existences. Il s'agit donc de traditions vivantes.

Néanmoins, il est clair qu'il est plus approprié de parler des bouddhismes dans le contexte tibétain. En effet, il existe notamment une classification en trois *yanas* ou « trois grands stades de la voie ». Il s'agit de l'*hīnayāna*, du *mahāyāna* et du *vajrayāna*. Sans entrer dans moult détails, le premier stade se focalise sur la libération individuelle par la présentation des « quatre Nobles Vérités » (terme qui sera détaillé dans le point 8.5 de l'analyse). La figure idéale du premier *yana* est l'*arhat*. Ce dernier cherche une libération individuelle de la « souffrance. »¹⁷

Ensuite un trait fondamental de la présentation du *mahāyāna* est la focalisation sur le caractère vide de la réalité et de l'esprit, la vacuité. L'être idéalisé de ce stade est le *bodhisattva*¹⁸. Saisissant la tournure « illusoire » de toutes manifestations, il déploie une « infinie compassion » universelle.¹⁹

¹⁷ F. MIDAL, *La pratique de l'éveil de Tilopa à Trungpa, l'école Kagyü du bouddhisme tibétain*, Paris, Éditions du Seuil, 1997, p. 11-12.

¹⁸ Une traduction possible de ce terme est « être d'Éveil » ou « héros de l'esprit d'Éveil ». Il en existe deux types dans le mahāyāna. D'une part, le bodhisattva « d'intelligence graduelle » qui a d'ores et déjà emprunté la voie de l'Hīnayāna. Ayant atteint l'état d'arhat, il doit encore épurer les « obscurcissements cognitifs » durant son chemin dans les « dix terres ». D'autre part, il peut s'agir du bodhisattva « d'intelligence immédiate ». En résumé, il a pris les « vœux » de bodhisattva au commencement de son « chemin spirituel ».

P. CORNU, Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, p. 533.

¹⁹ F. MIDAL, *La pratique de l'éveil de Tilopa à Trungpa, l'école Kagyü du bouddhisme tibétain*, p. 14-15.

Le vajrayāna ou « véhicule adamantin » atteste que « l'éveil » ne consiste pas en quelque forme de possibilité que ce soit, mais qu'il se manifeste en tout temps, lieux et espaces. Par extension, cette posture permet de se libérer d'une conception dualiste de la réalité. En d'autres termes, accéder à la « pureté primordiale » ou « développer la vision pure » revient à atteindre ce véhicule dont la figure idéale est ici le *siddha*. Il s'agit d'un « maître dont l'accomplissement spirituel est si vaste et profond qu'il a un pouvoir sur le monde et les phénomènes ». ²⁰

Une autre division à retenir concerne les écoles. Il y a celles des *Nyingmapa*, des *Gelugpa* et des *Kagyüpa*. La dernière est celle des instituts où nous avons questionné les pratiquantes. L'école *Kagyüpa* (« *bKa bryud pa* » en tibétain, signifiant « lignée de tradition orale ») a été érigée au Tibet, par Marpa Lotsawa (1012-1097) après ses pérégrinations en Inde et ses échanges avec Naropa, un *mahasiddha*²¹ élève de Tilopa, instruits à la « vie errante de *yogi* tantrique ». ²²

Enfin, la terminologie préférée pour cette recherche est celle des termes tibétains en raison du centre d'attention sur le bouddhisme tibétain et la lignée *Kagyü*. Néanmoins, certains termes sanskrit ont été abordés par les interviewées. En fin de compte, nous les avons laissés en sanskrit et indiqués leurs correspondances en tibétain.

²⁰ F. MIDAL, *La pratique de l'éveil de Tilopa à Trungpa, l'école Kagyü du bouddhisme tibétain*, p. 17.

²¹ Ce terme se traduit par « grands accomplis ». Il est attribué aux « maîtres indiens du Vajrayāna » qui se sont présentés entre le VIIe et le XIIe siècle. Ils ont notamment constitué les « enseignements des tantras » P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*, nouvelle édition augmentée, p.350.

²² P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome III, le bouddhisme Vajrayāna*, Paris, Éditions Rangdröl, p. 308.

2.4 Panel des interviewées et modalités de sa constitution

Le parti est pris de se centrer sur deux temples de la même lignée et de ne pas faire une comparaison entre deux branches du bouddhisme. Vu le nombre restreint d'entretiens pour ce mémoire, il est nécessaire de diminuer le nombre de variables à considérer. De fait, l'objectif est de se focaliser sur le cœur de la démarche, c'est-à-dire les rapports aux normes. C'est ainsi pour cette raison que j'ai délimité aussi une tranche d'âge assez précise ainsi qu'un genre. En effet, ce mémoire concerne uniquement des femmes de cinquante à septante ans s'étant converties au bouddhisme.²³

Par ailleurs, le point de vue Chögyam Trungpa, grand maître du bouddhisme tibétain, m'a permis de renforcer la pertinence du choix de pratiquantes plutôt que de moniales ou de lamas. En effet, Trungpa tient comme thèse que la voie des yogis serait la plus optimale. Spécifiquement, il définit ce terme comme des « pratiquants laïcs qui se consacrent à la pratique de la méditation en la mêlant à leurs activités ».²⁴

Cette idée fait vraisemblablement référence à la manière dont le bouddhisme a ainsi pu préserver son héritage lors des anéantisements de temples et autres injustices durant le Xe siècle au Tibet.

Ce furent effectivement les yogis qui permirent de préserver le bouddhisme en ce temps, sachant que les événements liés aux persécutions récentes de la Chine envers le Tibet sont du même ordre. Afin de sauvegarder le « *dharma* », il est nécessaire de trouver une alternative aux monastères saccagés. Pour ce maître, il est par conséquent essentiel de valoriser le bouddhisme dans le « vécu dans l'expérience la plus directe et la plus nue de la pratique personnelle ».²⁵

Concernant les premiers contacts avec ces femmes, j'ai décidé de passer par la structure officielle pour les instituts me conseillent des pratiquantes converties avec lesquelles je puisse m'entretenir. J'ai fait ce choix de rencontre pour plusieurs raisons. D'une part, je souhaite être reconnu comme un étudiant universitaire effectuant un mémoire. Je viens dans le centre selon cette perspective avant tout. D'autre part, j'ai souhaité que les centres soient au courant de mes démarches et acceptent ma demande pour éviter tout malentendu et dérangement.

²³ Ce public cible est aussi un choix nécessaire pour garder une cohérence d'âge dans les entretiens. Sachant que j'ai par ailleurs perçu la présence majoritaire de cette tranche d'âge lors de différentes visites dans certains temples bouddhistes, il me semble que, pratiquement, c'est une des seules manières me permettant de mener six entretiens.

²⁴ F. MIDAL, *Chögyam Trungpa : une révolution bouddhiste*, Mayet, Éditions du Grand Est, 2007, p. 140.

²⁵ F. MIDAL, *Chögyam Trungpa : une révolution bouddhiste*, Mayet, p. 140.

Néanmoins, je suis conscient que cette manière de fonctionner comporte au moins un écueil. En effet, en demandant à la structure de me recommander certaines personnes plus que d'autres, les membres organisateurs pourraient avoir plutôt tendance à me conseiller de parler à des femmes qui donnent une bonne image de leurs temples. C'est pourquoi je n'ai finalement dialogué qu'à une ou deux femmes conseillées et j'ai demandé à celle-ci de me suggérer deux autres personnes cohérentes avec mon public cible.

Par un heureux hasard, mon ex-compagne me proposa d'assister à un enseignement dans le centre Nalanda. En arrivant sur place, je me rendis compte que c'était l'endroit que j'avais contacté pour y mener des entretiens. J'ai décidé d'aller parler, à la fin du cours, à la bénévole en charge des demandes externes. L'objectif était de séparer, du mieux possible, ma présence en tant que participant à cette séance de ma posture d'étudiant universitaire faisant une demande pour son mémoire. En discutant avec elle, elle me proposa de l'interviewer elle et sa collègue bénévole, étant donné qu'elles correspondaient au public cible. Dans cette description, nous pouvons observer une réadaptation à la première tentative de prise de contact. J'envisageais initialement de tout de même conserver la première méthode d'interaction pour le deuxième institut, mais, comme nous le verrons ci-dessous, je ne l'ai pas fait.

En ce qui concerne le changement de méthode envers Nalanda, j'ai envisagé de demander à ces deux dames (Rose et Léa) si elles ne connaissaient pas une femme de leur centre que je pourrais contacter pour la suite de mon travail. Et c'est ce que je fis. Rose me conseilla Léa (avec qui j'avais déjà échangé et qui avait accepté de répondre à mes questions). Léa me conseilla quant à elle Lisa, ce qui me permit de conclure les entretiens avec les pratiquantes de Nalanda. La manière de demander initialement pas suivie, j'ai voulu l'essayer pour le centre Samyé Dzong.

Pour le centre Samyé Dzong, j'ai voulu rester sur mon intention initiale de m'adresser à des personnes qui m'auraient été uniquement recommandées par l'institution elle-même. J'ai remarqué que passer par une demande plus formelle et par mail m'a pris beaucoup plus de temps que le processus dans l'autre institut. D'ailleurs, elle ne s'est pas avérée spécialement liée à mon vœu initial. En effet, le secrétaire représentant m'a directement conseillé trois femmes. En outre, par souci de facilités et de délai, j'ai fait les trois entrevues proposées dans la foulée et en deux semaines.

J'ai questionné respectivement (et dans l'ordre), Chloé, Aude et Ama. J'en ai conclu qu'il est plus aisé, dans la réalité et ses enjeux, de suivre le flux naturel des propositions/réponses plutôt que d'être obstiné à vouloir suivre des délimitations difficilement applicables.

Il faut pareillement mentionner que j'ai effectué les entretiens dans différents lieux. Malheureusement, ceci a eu des incidences sur la qualité de concentration (notamment celui dans le café) et la confiance de ces femmes (l'entretien d'Aude en ligne aurait pu être plus pertinent en présentiel pour qu'elle se sente plus à l'aise). Certains échanges se sont déroulés en ligne par appel (pour Rose et Aude), à la bibliothèque universitaire (Chloé), à domicile (Lisa), à l'Institut Nalanda (Léa) et dans un café (Rose).

2.5 Présentations détaillées des interviewées depuis un tableau synoptique (qui synthétise certaines variables du panel) et une analyse verticale de chaque profil

Avant toute chose, par souci d'anonymisation, je tiens à évoquer que les noms des interviewées ont été modifiés.

Je vais ici présenter le panel de manière qualitative d'une double manière. D'une part, depuis un tableau synoptique qui permet de cerner en presque un clin d'œil les grandes caractéristiques du panel, notamment en termes d'âge et de durée d'adhésion dans le bouddhisme, de composition familiale, de professions et de niveau socio-économique ainsi que les modalités d'engagement dans l'institution. Il est notamment à noter combien la plupart sont plutôt aisées sur le plan socio-économique alors que leurs formations apparaissent assez variées ; la plupart sont aussi retraitées avec une moitié d'entre elles qui sont engagées dans les institutions. D'autre part, je présente une analyse verticale de chacun de mes entretiens en vue de présenter plus largement le profil de chacune des personnes interrogées. Il est ainsi alors possible de percevoir le « système de représentation et d'action » de la personne questionnée, notamment depuis une perspective diachronique.

Cette méthode donne par ailleurs à voir systématiquement des évidences sociétales explicitement mentionnées ou que le chercheur parvient à déduire. En résumé, ces informations donnent tant à voir une présentation des postures générales des unes et des autres qui permettent de « faire fermenter son matériau ».²⁶

Voici un résumé en une page de toutes les analyses verticales :

	Rose	Léa	Lisa	Chloé	Aude	Ama
Âge et occupations professionnelles	Dans la soixantaine (retraîtée)	Septante-et-un ans (retraîtée)	Dans la cinquantaine et au chômage	Dans la septantaine (retraîtée)	Soixante-trois ans (retraîtée)	Dans la soixantaine (retraîtée)
Durée de cheminement bouddhiste	Vingt-cinq ans	Depuis une vingtaine d'années	Cinq ans	Cinquante-sept ans	Trente ans	Huit ans
Situation familiale	Mariée, quatre filles, neuf petits-enfants et sa maman	Divorcée et a une fille	A un compagnon et une fille	Mariée et un enfant	Mariée pour la seconde fois et deux enfants	Célibataire
Profil socio-économique	À l'aise financièrement	À l'aise financièrement	À l'aise financièrement	À l'aise financièrement	À l'aise financièrement	À l'aise financièrement

²⁶ J. MARQUET, R. QUIVY, L. VAN CAMPENHOUDT, *Manuel de recherches en sciences sociales, 6^e édition revue et augmentée*, Paris, Armand Colin, 2022, p. 252-253.

Engagem ent dans le bouddhis me	Dans l'administratio n de Nalanda et Yeunten Ling Donne des séances de méditation à Nalanda	Donne des séances de méditation à Nalanda	Non	Volontariat à Samyé Dzong et traduction de textes de l'anglais au français	Non	Non
Emploi principal	Consultante de direction	Déléguée commerciale	Sécurité et bien-être au travail	Secrétariat	Direction de commerce biologique	Dans les institutions européenne s
Niveau d'étude	Master en informatique et en gestion	Non évoqué	Master en sciences de l'éducation	Études universitaire s de philologie germanique	Études secondaire s	Études universitair es linguistique s (français)

2.5.1 Rose : D'un passé matérialiste à une aspiration vers le spirituel ou la voie du milieu des bodhisattva

Rose est une femme actuellement retraitée depuis deux ans d'une carrière en consultante de direction, après avoir suivi un master en informatique et un de gestion. On peut noter qu'elle est à l'aise financièrement.

Par ailleurs, elle provient d'univers pluriels, à la fois russes où elle a vécu durant l'URSS, ce qui l'a conduite à suivre des cours d'athéismes. Elle est également baptisée au sein de l'orthodoxie, d'une mère juive et d'un père proche des jésuites. Elle a vécu au Burundi en raison du travail de son père. Elle a rencontré le bouddhisme à 40 ans et dit se rendre utile dans cette religion depuis. Spécifiquement, elle donne des ateliers de méditation et est dans l'administration de centre l'Institut *Nalanda* et de *Yeunten Ling*.

Sur le plan familial, elle est mariée et a travaillé avec son mari durant une grande partie de sa carrière. Elle garde ainsi régulièrement contact avec sa maman, qui est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Elle a eu deux filles d'une autre relation, tout comme son mari. Elles sont toutes quatre mariées et ne vivent plus avec Rose et son époux. Ils ont aussi neuf petits-enfants.

J'ai remarqué qu'elle parlait vite durant l'entretien. En outre, elle valorisait essentiellement son vécu personnel même si elle est bénévole au sein de *Nalanda* et aurait pu en parler comme représentante.

Par ailleurs, elle semble dans un processus évolutif de paix totale de l'esprit. Ceci me fait penser à l'étonnement qu'elle partagea que son état d'agitation peut se résorber par la méditation. En effet, au début de son cheminement religieux, elle voyait la méditation comme une relaxation mondaine et considérait le bouddhisme comme une philosophie.

J'ai observé qu'être utile était une réelle nécessité pour elle, sa famille et les personnes qu'elle accueille dans la découverte du bouddhisme. Elle a su répondre à ce besoin en suivant la voie des bodhisattva du mieux qu'elle peut.

Néanmoins, on sent que suivre cette tradition n'a pas été aisé dans le sens où elle a dû faire des compromis avec son mari. Par exemple, elle n'a fait une retraite que d'un mois au lieu de trois. Peut-être en eut-il été autrement, selon elle, si elle n'avait pas eu 'd'obligations' familiales.

On peut ainsi noter qu'elle est à l'aise financièrement.

Enfin, son rapport à la norme a connu une évolution. Elle est passée par une incorporation imposée de normes sociétales astreignantes de l'URSS à laquelle sa famille devait se conformer. Elle s'en est affranchie en quittant la Russie. Ensuite, elle a expérimenté un terreau de questionnements philosophiques hérités de son père. Ceci l'a conduite à finalement s'approprier des normes bouddhistes. Ces dernières, Rose n'a pas le sentiment de devoir les subir.

2.5.2 Léa : Une aspiration à être humainement responsable

Léa est une femme de septante et un ans qui s'est mariée deux fois et qui a eu un parcours professionnel double. D'une part, elle était dans le théâtre. D'autre part, elle a été déléguée commerciale afin d'éduquer 'responsablement' sa fille, c'est-à-dire selon elle pour pouvoir subvenir financièrement à ses besoins. Pareillement, elle s'est mariée deux fois. Par ailleurs, elle est porteuse de la sclérose en plaques. Durant l'échange, j'ai ressenti une grande tristesse de sa part lorsqu'elle parlait de son passé avec son ex-mari et son expérience avec le catholicisme.

Elle pratique également le *yoga* depuis cinquante ans. D'éducation chrétienne, notamment grâce à sa grand-mère polonaise, elle a essayé de rejoindre l' Église catholique. Cependant, elle s'est sentie culpabilisée quand elle a parlé de l'alcoolisme de son premier mari. Ensuite, elle a découvert le bouddhisme et la méditation dans un premier temps à l'Institut Nalanda. Là-bas, elle y a senti un appel et a été touchée. Il semble que le bouddhisme ait été d'un grand secours et soit un tremplin pour aller de l'avant.

Durant certains moments de l'entretien, j'ai senti qu'elle parlait au nom de l'institut qu'elle représente comme volontaire. Elle a tenu cette posture en parlant des séances de méditation qu'elle guide. Elle était pareillement dans la représentation en se positionnant sur des considérations sociétales, telles que la souffrance actuelle due aux guerres, à la fuite par les écrans et à l'addiction qui lui est liée.

2.5.3 Lisa : L'acquisition de la connaissance, au cœur de son existence

De prime abord, j'ai pu remarquer une forme de timidité chez Lisa lors de mes premières questions. Au fur et à mesure que nous avons mené l'entrevue (d'abord lorsque nous avons parlé de son parcours professionnel), elle s'est sentie plus en confiance et en a beaucoup parlé. Est-ce parce qu'elle était face à un étudiant universitaire et avait ce besoin de se sentir égale, étant donné que, jusqu'à ses 26 ans, elle n'avait pas mené d'étude secondaires.

En neuf ans, elle a finalement parcouru les secondaires, un bachelier d'éducatrice spécialisée et un master en sciences de l'éducation. Elle a fait différents emplois, notamment en sécurité et bien-être au travail. Malgré ses difficultés initiales, elle a réussi à se créer un parcours professionnel porteur. J'ai par ailleurs senti qu'elle était relativement à l'aise financièrement. Ceci est d'autant plus pertinent pour elle, étant donné ses difficultés à se sentir à sa place durant sa vie et à être reconnue.

Cependant, elle a témoigné d'une grande capacité à se remettre en question sur ses actes, ses paroles et ses pensées. Mais encore, j'ai senti un besoin d'évoluer auquel elle répond en suivant la voie bouddhiste. Mêmement, on peut noter qu'elle est mère d'une fille adulte, séparée du père et en relation avec un nouveau compagnon. Elle a peu évoqué son passé avant ses vingt-six ans, me faisant comprendre que c'est un sujet sensible.

2.5.4 Chloé : Une focalisation sur la voie spirituelle, sans formalisme

Chloé est retraitée d'une carrière en secrétariat, puis à la Commission européenne. D'autre part, elle a fait des études de philologie germanique. Il m'a semblé qu'elle n'avait pas de problèmes financiers à la suite de sa carrière, principalement en mi-temps. Néanmoins, le travail est plutôt envisagé comme plus à visées mondaines que donnant sens à sa vie.

Concernant le plan familial, elle est mariée et a un enfant. Elle a néanmoins du mal à concilier son cheminement et son rôle de mère, car son mari n'était pas pour son engagement de traductions de textes bouddhiste et de volontariat à *Samyé Dzong* à la base. Cependant, il a eu un échange avec son lama et elle a finalement perçu la sagesse de ce dernier face à aux provocations de son mari. Dans une autre mesure, elle éprouve des difficultés à allier sa valeur religieuse végétarienne et son rôle de maman cuisinière de viande pour ses proches.

Dans la même perspective, elle provient d'une famille non religieuse avec une mère qu'elle perçoit comme humaniste. Elle a été passionnée de bouddhisme zen puis actuellement tibétain vajrayāna. Elle adore le rock comme style de vie et comme musique.

Durant l'entrevue, je me suis senti mal à l'aise étant donné la réalisation spirituelle de Chloé. De fait, c'est une pratiquante très avancée sur sa voie spirituelle. Elle a percé à jour ma démarche, les enjeux de celle-ci et sa profondeur (voire parfois l'inutilité qu'elle semblait cerner de certains de mes questionnements). Son approche de longue date avec le bouddhisme est des plus originales. De fait, on peut noter une implication marginale envers les pratiques de cette tradition par une absence d'engagement dans les rites. Son focus est désormais plutôt envisagé sur l'approfondissement de sa propre vision et de l'utilité d'un engagement envers autrui.

2.5.5 Aude : Une compréhension libre et souple du bouddhisme

Aude est une femme retraitée de soixante-trois ans. Elle s'est mariée récemment à son compagnon, grand pratiquant bouddhiste du même institut. Ils se connaissent de longue date et elle a eu deux enfants dans la vingtaine avec lui.

Par ailleurs, elle a fait des études en histoire de l'art, mais n'a pas mené de carrière dans cette branche. On peut ainsi noter qu'elle est engagée dans le milieu artistique et dans le yoga. Son environnement a facilité son cheminement bouddhiste, même au niveau de son dernier travail dans le milieu écologique, qui était souple et tolérant, selon elle. Y ayant travaillé pendant vingt-cinq ans comme directrice, on peut supposer qu'elle est à l'aise financièrement. Cependant, au vu de son dévouement de mère, elle a eu peu de temps jusqu'ici pour arpenter la voie bouddhiste qu'elle parcourt désormais plus assidument depuis deux-trois ans.

Durant l'entretien, elle souhaitait surtout discuter avec moi et apprendre à se connaître réciproquement plutôt que de mener scrupuleusement l'entrevue. Néanmoins, elle s'est efforcée de répondre à mes questions. Cette idée est corroborée par l'appel que nous avons passé à échanger, à sa demande, une semaine déjà avant l'entrevue en tant que telle. C'est la seule interviewée qui m'a fait part de cette sollicitation préliminaire. Par ailleurs, Aude favorise une compréhension assez libre du bouddhisme, qui n'est parfois pas en accord avec les propositions bouddhistes majoritaires.

2.5.6 Ama : L'évidence du spirituel comme voie conforme à une éthique

Ama est une femme retraitée et divorcée. Elle est anglaise et vit à Bruxelles depuis trente-six ans. Elle provient d'une famille anglicane, ses parents l'ayant éduquée dans cette tradition religieuse. Elle a trouvé dans le bouddhisme un cheminement plus responsabilisant, ce qui a motivé son adhésion après un parcours dans l'anglicanisme. Elle mentionne ne pas avoir eu beaucoup de temps pour pratiquer le bouddhisme durant sa carrière très prenante. Elle a travaillé dans beaucoup d'emplois diversifiés. Cela lui a permis de mettre en pratique ses compétences linguistiques en français, anglais et espagnol. J'ai pu noter qu'elle était aisée financièrement.

J'ai remarqué durant l'entretien qu'elle a passé beaucoup de temps à questionner la vision qu'elle avait sur sa vie et ce que le bouddhisme lui a permis. Effectivement, elle a mentionné par pléthores de concepts donnant sens à son existence. Elle m'a semblé apaisée et dans l'introspection, me regardant très peu dans les yeux, mais maintenant plutôt le regard vers le bas.

En résumé, par rapport à toutes ces analyses verticales, il y a lieu de mettre en avant la pluralité des parcours individuels à la suite de cette analyse. En effet, les situations familiales sont extrêmement diverses, tout comme les professions exercées. Et puis, la durée de cheminement dans le bouddhisme est différenciée et va de cinq à cinquante-sept ans.

Retenons toutefois aussi que toutes les interviewées semblent à l'aise financièrement et que la plupart sont plutôt assez éduquées (quatre interviewées ont fait un master, une pratiquante a fini les études secondaires et une autre ne l'a pas mentionné). Trois pratiquantes sont par ailleurs engagées dans le bouddhisme, que ce soit en donnant des séances de méditation ou en effectuant des traductions, même si toutes n'ont pas endossé une posture de représentante institutionnelle.

3. Balises conceptuelles

3.1 Les religiosités, différenciées du « religieux » et des « religions »

Afin de saisir l'inscription de notre démarche sociologique alliant entretiens et analyses thématiques et verticales, nous nous voyons obligés de définir ce que pourrait recouvrir le terme de religiosité. Pour ce faire, nous nous alignons sur la position de Gauthier qui divise religieux, religion et religiosité.

Le modèle en trois niveaux « religieux, religion et religiosité » s'observe respectivement de manière « macro, meso et micro ». Le religieux peut être usité pour aborder les éléments liés à la façon dont le sociétal interagit avec « l'altérité ». Caillé dit qu'il s'agit de « ce qui gère la frontière avec le dehors : avec l'altérité, l'invisible et l'infini ».²⁷ Il est en outre nécessaire de percevoir le religieux comme dépassant l'institutionnel sociétal des religions elles-mêmes pour parvenir à l'envisager dans d'autres sphères du social. Il est néanmoins considéré qu'il s'agit d'éviter d'absolutiser cette notion de « religieux » en tous lieux, mais bien plutôt de le mobiliser pour donner à voir du rapport au non-visible et à l'altérité dans des déroulements sociaux.²⁸

Relative au niveau plutôt meso, la religion peut être décrite comme d'autres sphères, telles la culture, la pédagogie ... La religion se décline avec un spectre d'autonomisation et de conceptions institutionnelles variées, sachant toutefois que la reconnaissance ou non de la singularité des religions dépend largement des conceptions véhiculées au sein de chaque société considérée. Selon Weber, sa vision d'une « arène plurielle » des religions se conçoit comme un affrontement entre « différentes axiologies, des orthopraxies et des hétéropraxies, des orthodoxies et des hétérodoxies en perpétuelle mutation et réinterprétation ».²⁹

En dernier lieu, la religiosité prend racine sur la dimension « vécue » se rapportant aux interprétations personnelles, au volet comportemental, et à la sphère « expérientielle ». On peut observer, dans certaines dispositions individuelles, des formes de distances vis-à-vis des institutions prescriptives.

²⁷ F. GAUTHIER, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, p. 178.

²⁸ F. GAUTHIER, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, p. 172-178.

²⁹ F. GAUTHIER, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, p. 180.

Et cet aspect de la « religiosité » est aussi indistinct des modalités vécues et des déterminations sociales. Autrement dit, l'affiliation se fait dans une société donnée avec un lexique spécifique à cette société et selon une plus ou moins libre assimilation personnelle. De facto, la religiosité se donne à voir dans les vécus et les fonctions apportées par le religieux aux individus.

Également, la religiosité s'observe dans les compétences narratologiques produisant du « sens ». Weber parle de « significations subjectives », construites par les individus, c'est-à-dire le lien qui est établi entre le sens et les actes. Ainsi, ce concept désigne l'ascendance des « doctrines religieuses » plus ou moins assumées sur le volet comportemental.

La division en trois termes « religiosité, religion, religieux » est enfin complexe à observer séparément ; en effet, ces « trois niveaux sont interreliés par un flux de processus de création et de structuration mutuels »³⁰ ; il s'agit donc de privilégier l'analyse des rapports entre eux.³¹

En fin de compte, nous voyons que le focus sur les religiosités va au plus près des expérimentations personnelles des pratiquants d'une religion. Il y a tout autant nécessité d'inscrire ces individus dans des sociétés particulières pouvant avoir des influences sur leurs actions individuelles. En addition, la religiosité exprime l'articulation entre libre interprétation et influences doctrinales sur les individus. Ces tensions mènent à questionner les influences de dires religieux sur des considérations personnelles.

En outre, il importe de considérer l'expérimentation du religieux comme fondement important de la croyance. Autrement dit, l'action liée à la croyance revêt une importance toute particulière pour se relier au fond doctrinal. Néanmoins, Lamine va jusqu'à dire que « le « croire en acte » est avant tout relationnel (...). Il doit permettre de décrire ce à quoi les gens tiennent lorsqu'ils disent qu'ils sont religieux ».³² Pour complexifier ces dires, elle s'appuie sur Dewey³³ et son concept de « valuation », rassemblant les aspects de raison et d'émotions des actions.

³⁰ F. GAUTHIER, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, p. 181.

³¹ F. GAUTHIER, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, p.178-181.

³² A.-S. LAMINE, « Expérience, idéaux et participation sociale, penser le religieux avec Dewey », dans *Théorèmes*, t. 13, 2018, p. 1.

³³ Dewey, est plus philosophe que sociologue dans son analyse du religieux. L'auteure décèle une position pragmatique bénéfique à l'analyse de l'observation contemporaine du volet 'actes' lié aux traditions religieuses.

La chercheuse porte son travail sur la compréhension de « l'expérience et la socialisation » vécues des personnes pieuses en n'oubliant pas de mentionner aussi toutes les fluctuations, le doute et les transformations inhérents aux croyances.³⁴

En abordant les dires des interviewées, notamment via le prisme de leurs intériorisations, on verra que ces dimensions de pratiques corporelles et spirituelles sont tout particulièrement décrites dans le bouddhisme. Elles sont même inhérentes à un modèle traditionnel lorsque les pratiquants suivent ces voies spirituelles. Il s'agit du triptyque écoute, réflexion et méditation. Les trois dimensions considérées ensemble (ou séparées) permettent d'envisager les allers-retours divers entre croyances, pratiques et régimes de vérités.

3.2 Enjeux sociologiques de la conversion : des adhésions comme voies spirituelles individuelles avant tout

Dans cette partie, des contributions sociologiques du religieux seront usitées pour appréhender ce qu'est la conversion religieuse. Il y aura une différenciation de ce terme avec l'adhésion, terme qui sera finalement préféré pour cette recherche. Ensuite, une description quasi dogmatique du bouddhisme, issue de la tradition, permettra de cerner les éléments habituellement considérés comme nécessaires pour attester des affiliations de facto plurielle au bouddhismes dans le cadre de notre panel. Finalement, le principe de la triple prise de refuge comme attestant d'une conversion officielle dans le bouddhisme sera décrite et interrogée en comparaison avec les pratiques des personnes questionnées dans le cadre de ce panel.

Nous ne prenons pas ici appui sur une vision théologique de la conversion comme appréhension du divin ou comme « illumination ». Différemment et, selon Nock, une différenciation entre « conversion et adhésion » s'avère, en effet, pertinente.³⁵ De facto, le premier terme renvoie à une orientation renouvelée de l'âme, mettant en avant le passage d'une certaine insensibilité, ou d'une piété passée, à une piété innovante. Le second concept aborde quant à lui plutôt l'éventualité participative à du communautaire et à des rites en n'optant pas nécessairement pour l'adoption d'une existence foncièrement différente.³⁶

³⁴ A.-S. LAMINE, « Expérience, idéaux et participation sociale, penser le religieux avec Dewey », p. 1-2.

³⁵ A. D. NOCK, *Conversion : l'ancienne et la nouvelle religion, d'Alexandre le Grand à Augustin d'Hippone*, Oxford, Presses universitaires d'Oxford, 1933.

³⁶ D. A. SNOW, R. MACHALEK, « La sociologie de la conversion », dans *Revue annuelle de sociologie*, t. 10, 1984, p. 169.

Cette division est pertinente au vu de la pluralité observée d'affiliations possibles dans le bouddhisme en tant que voies spirituelles individualisées intégrées dans une tradition communément partagée. On verra que la triple prise de refuge, conversion officialisée, est très peu citée par les interviewées. C'est pourquoi le terme d'adhésion apparaît plus adapté à notre objet de recherche. De fait, il permet de rendre compte de la fluidité des décisions individuelles de suivre des croyances, des rites et des pratiques bouddhistes.

En outre, les réflexions de Bobineau sur 'l'individualisme confinitaire' permettent aussi de penser de manière plus complexe les spécificités des adhésions au bouddhisme des pratiquantes questionnées. Effectivement, il évoque l'ancrage contemporain dans une troisième modernité où il y a bien des revendications subjectivistes y compris depuis des affiliations communautaires. Celles-ci se fondent selon lui sur les spécificités de communautés avec lesquelles les individus éprouvent un lien. Ces particularités peuvent notamment être de l'ordre du religieux. D'ailleurs, il faut mettre en évidence le caractère « choisi et testé » de ces adhésions communautaires.³⁷

Ces aspects de reconnaissances identitaires, via les caractéristiques propres au bouddhisme, se donneront à voir lors de cette recherche. Entre autres, les valeurs personnelles décrites par les pratiquantes se sont quasi toutes rattachées aux valeurs émises par cette tradition. Au-delà du caractère décisionnel décrit par Bobineau, où importe désormais la dimension du choix posé par les un(e)s et les autres, retenons aussi surtout les aspects de reconnaissances en ce qu'il existe bel et bien un lien entre les questionnées et la tradition bouddhiste. De plus, les équivalences qu'elles établissent entre leur liberté et leur bouddhité ou encore les adhésions qu'elles formulent en lien à l'idée que leurs identités n'existent pas séparées du reste du monde sont aussi inspirées du monde bouddhiste.

En résumé, il y a ainsi deux volets selon ces considérations. D'une part, on retrouve les aspects d'évidences de la prise en compte des individualités et du nécessaire lien à envisager au bouddhisme selon plusieurs thématiques. D'autre part, en considérant les adhésions des unes et des autres, on constate que se sont opérées des sélections individuelles de pratiques adaptées à celles-ci ; elles sont à concevoir comme étant plus qu'une obéissance à tous les éléments religieux émis par des institutions.

³⁷ O. BOBINEAU, « La troisième modernité ou « l'individualisme confinitaire » », dans *Sociologies, théories et recherches*, 2011, p. 15.

Décider d'adopter ce concept d'adhésion dans le cadre de cette recherche est d'autant plus adapté au bouddhisme que ce dernier n'a pas de caractère prescriptif légal envers les membres de la communauté, notamment concernant la question de l'adhésion. Par conséquent, on comprend que la voie spirituelle est privilégiée en regard des rapports entretenus aux institutions religieuses (bien qu'existantes dans le bouddhisme) et à l'ordre social.³⁸

Dans une autre mesure, certains éléments sont nécessairement communs à la tradition bouddhiste. On retrouve notamment la certitude en « la vérité des quatre sceaux »³⁹, qui permet d'appréhender le bouddhisme comme un « dogme » *ad minima*. Ceci permet de différencier un « bouddhiste d'un non-bouddhiste ». On retrouve également quelques éléments de « doctrine » tels que la « coproduction conditionnelle », le « karma » et les « renaissances successives ». Nécessairement, il s'agit d'y adhérer pour se dire bouddhiste. De même, on notera une appréhension se rapprochant de l'orthopraxie dans cette religion. Concrètement, la « foi » se conçoit dans une assurance envers une « vision » (celle de Bouddha) qu'il faudra reconnaître lors de la « pratique spirituelle ».⁴⁰

En addition, le religieux et le spirituel possèdent notamment deux fonctions essentielles lors de la conversion. D'une part, certaines religions procurent des balises amenant à se convertir de manière approuvée. Des rites spécifiques, des motivations et des croyances participent de cette validité.⁴¹

Selon notre approche, le bouddhisme propose la triple prise de refuge comme rite de conversion officiel (détaillé dans le point suivant). Cependant, comme nous le verrons lors de l'analyse de terrain, la conversion des pratiquantes interviewées est moins de l'ordre d'une validation communautaire que d'une reconnaissance évidente que cette tradition est proche de leurs valeurs, conceptions du monde et individualités.

³⁸ P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome I, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019, p. 23.

³⁹ Ces quatre sceaux sont résumés comme suit : « Tous les phénomènes conditionnés sont impermanents ; tout ce qui est conditionné est souffrance ; tous les phénomènes sont dépourvus de soi ; le *nirvāṇa* est apaisement » P. CORNU, « Le bouddhisme : en dehors de l'éthique, quel dialogue possible ? », dans T. MARIE-COURAU, A.-S. VIVIER-MURESAN, N. BRISSON, P. CORNU, A. DUPLÉIX, P.-A. HADDAD, H. DE LA HOUGUE, F. MACHADO, Y. MATTA, F. MOOG, M. NOKKARI, A. PANDARAKAPPIL, A.-M. RELINEN, B.-M. ROQUE, J.-L. SOULETIE, P. TONDE, L. VILLEMEN (éds), *Dialogue et conversion, mission impossible ?*, Paris, Desclée de Brouwer, 2012, p. 101.

⁴⁰ P. CORNU, « Le bouddhisme : en dehors de l'éthique, quel dialogue possible ? », p. 100-101.

⁴¹ L. R. RAMBO, « Théories de la conversion : comprendre et interpréter les changements religieux », dans *Social compass*, t. 46, 1999, p. 264.

En fin de compte, il n'y a pas lieu de réduire l'ambition de se convertir à juste des seuls désirs et à des expérimentations spirituelles intenses. Le religieux est une sphère de la vie à part entière. En ce sens, elle possède des expériences particulières propres, de l'ordre de la cognition ou de l'affection.⁴² Cette idée induit la nécessité d'aborder le volet incorporation dans notre raisonnement.

Ceci permet de saisir quelles conséquences spécifiques l'adhésion et l'arpentage de la voie bouddhiste ont sur les pratiquantes. Nous verrons notamment des influences conséquentes d'ordre émotionnel.

3.3 Que veut dire la conversion pour le bouddhisme de manière traditionnelle ?

Avant d'aborder les analyses thématiques des interviewées, il semble nécessaire de décrire ce qui pourrait s'apparenter à un phénomène de conversion selon la tradition bouddhiste. Ceci nous permettra d'appréhender plus finement les trajectoires de chacune de ces femmes et de saisir les mouvements de déconversion, reconversion en provenant d'une autre tradition, etc.

Communs à toutes les diversifications bouddhistes, un rite paraît s'apparenter à une conversion. Il s'agit de la *prise de Refuge*, synonyme « d'acte d'aller vers le Triple Refuge ». Il pourrait également être qualifié de « profession de foi » selon les dires de Cornu.⁴³ Cette pratique spécifique indique le départ dans le chemin bouddhiste.

Dans ce contexte, la « confiance » est fondamentale, car triple. Sans hiérarchisation, elle est d'une part accordée envers le *Bouddha* (tib. *sang'rgyas*), tant comme « être pleinement éveillé » que comme « principe de l'Éveil ». D'autre part, elle concerne le *Dharma* (tib. *chos*) qui peut être compris comme l'ensemble d'instructions et leurs applications dans les pratiques. Enfin, il y a l'affirmation d'une confiance envers la *Sangha* (tib. *dge 'dun*) ou « communauté vertueuse ».

Néanmoins, il faut comprendre que ce rite est avant tout un choix intériorisé, conséquence d'une évidence à suivre le *Buddhadharma* comme « voie spirituelle ». Complémentaire à ces considérations, l'humain exécutant ce rite intègre un groupe d'êtres se trouvant dans la même optique. Autrement dit, « il devient bouddhiste parmi les bouddhistes ».⁴⁴

⁴² L. R. RAMBO, « Théories de la conversion : comprendre et interpréter les changements religieux », p. 264.

⁴³ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?* Paris, Éditions du Seuil, 2013.

⁴⁴ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, p. 76.

Concrètement, le rite de la prise de Refuge permet de simplifier l'insertion du nouveau membre dans le groupe et rend visible cette décision. Le converti en devenir se met à genou et énonce à trois occurrences la « Formule du *Triple Refuge* ». Il place une « offrande » et une « mèche de cheveux » lui est découpée. Cela signifie la renonciation au samsara.⁴⁵

Finalement, certaines prescriptions jointes au contexte sont énoncées par l'initiateur de ces protocoles.⁴⁶

Par ailleurs, il est recommandé de réitérer solitairement les formules sur une base journalière, et si est possible le plus souvent « avec une intention ferme, confiante et claire ». Ceci s'explique par « l'impermanence » des manifestations et parce que l'esprit peut avoir tendance à omettre ses promesses. Des intégrations de ces phrases sont pareillement observables au début de certains rites en groupe, comme la récitation de « textes sacrés » ou à certaines occasions spéciales.⁴⁷

Il est stimulant de constater les interférences qui s'opèrent entre intérieur et extérieur au sein de cette conversion. C'est un intérieur qui se donne à voir au sein d'une communauté extérieure, mais dont les membres vivent également cette intériorisation. Qui plus est, nous pouvons retenir le caractère de répétition, permettant une installation de cet engagement dans le temps, le rendant particulièrement important dans le bouddhisme.

Enfin, ces considérations mettent l'accent sur l'aspect engageant de la triple prise de refuge. Effectivement, il ne s'agit pas de réciter certaines formules de manière robotique, mais plutôt de constater que certains concepts clés de la philosophie religieuse bouddhiste se doivent d'être pris comme croyances pour l'individu rejoignant une communauté. Et ces croyances ne sont pas quelconques. Elles ont un aspect englobant, c'est-à-dire que concrètement, si l'on croit en des renaissances successives, on croit à fortiori en une vision qui dépasse la vie, qui comprend la mort et en une hypothèse qui explique ce qui pourrait se passer après la vie et la mort.

⁴⁵ Ce terme peut se traduire par « l'errance » ou « cercle vicieux ». Il s'agit du « cycle des existences conditionnées » et se comprend comme une succession de « renaissances » incluses dans divers « domaines et conditions d'existence » selon la « rétribution » des actions de l'être.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p.504.

⁴⁶ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, p. 77.

⁴⁷ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, p. 77.

En résumé, la conversion n'est pas l'unique voie d'adhésion à une tradition religieuse. De même, il peut y avoir des adhésions sans participations à tous les rites et pratiques proposées. Bien que la triple prise de refuge semble importante au sein du bouddhisme, elle n'a pas été mentionnée une seule fois lors des entrevues. Cependant, tous les éléments conceptuels reliés à ce quasi-dogme ont été traités par nos interlocutrices, même s'ils ne l'ont pas tous été par chacune d'entre-elles individuellement.

3.4 Apports conceptuels sur aux normes (et leurs rapports au religieux)

D'après l'encyclopédie générale de Lebaron, une norme est un « comportement ou une pratique auxquels les comportements ou les pratiques d'un individu sont tenus de se conformer et qui lui sert donc de référence »⁴⁸. Le normatif social se détache du législatif, car n'est pas prescrit par du « droit ». Les normes se situent sur différentes échelles, du plus régional au plus universel. Ce concept s'intègre tant dans le fonctionnalisme que l'interactionnisme. Pour la seconde approche, les normes sont élaborées à l'intérieur même des individus et à cause des « interactions sociales ». Elles sont par conséquent instables et peuvent en tout temps évoluer. Selon Parsons, le normatif dépend de « valeurs » et il influence les actes personnels. Les normes sont, qui plus est, communiquées par la « socialisation ». De facto, elles dirigent le volet comportemental vers une voie précise.⁴⁹

Ces définitions mettent l'accent sur les aspects de balises propres aux normes. Il y a ainsi focalisation sur les caractères sociaux et individuel, mouvant, des normes qui apparaissent conditionnantes pour les individus. Ceci permet d'envisager cette dimension de l'existence comme un processus évolutif dans cette recherche menant à comparer des visions normatives avant, pendant et après une adhésion religieuse.

Par rapport aux desseins qui sont habituellement accolés au religieux, on retient qu'il propose notamment de faire parvenir le vrai et de répondre au sens de l'existence. Une autre ambition des traditions est également celle de délimiter un corpus de conventions régulant la morale communautaire et individuelle sachant que ces « principes et normes » ont tendu à s'uniformiser avec l'éthique du religieux. Dans une certaine mesure, ils ont été d'autant plus vitaux qu'ils étaient associés à des formes de transcendances.

⁴⁸ F. LEBARON, Les 300 mots de sociologie, Paris, Dunod, 2014, p. 158.

⁴⁹ F. LEBARON, Les 300 mots de sociologie, p. 158.

Tous ces postulats théoriques diffèrent néanmoins d'observations contemporaines. Le religieux n'est en effet plus d'emblée considéré comme le vrai sans hésitations de la part de certains individus dans certaines sociétés. En outre, la morale religieuse n'a plus, dans certains contextes, d'aspect exhaustivement normatif tant dans son oralisation que dans son exécution. L'éthique qui a vocation à se muer en décisionnel dépend désormais toujours davantage de la situation, avec des formes de concurrences et se confine dans les différents domaines auquel elle appartient. Dû aux caractères innovants et mobiles des connaissances, les démonstrations du bon et du mauvais, du vrai, du convenable et de son contraire ne font que se démultiplier.

Le citoyen, vivant des expériences colorées d'indétermination, doit constamment s'adapter. Mais le problème est que, pour résoudre ses indécisions, l'individu doit choisir (et ce, dans la morale) en se basant sur des « vérités universelles et intemporelles » de moins en moins opérationnalisables pour lui.⁵⁰

Du fait de la démultiplication des offres religieuses, un effet de doute s'installe davantage qu'avant chez certaines personnes. Ce tâtonnement (qui n'est pas universel) s'explique par les rivalités qu'il peut y avoir entre propositions éthiques, renforcées par des expériences où l'individu doit prendre une décision. Mais encore, le religieux, dans certaines situations et pas toutes, peut tendre à ne plus pourvoir un système normatif cohérent de règles et applications. Ceci peut mener à de la confusion pour l'humain en son for intérieur.

En lien à ce mémoire, le rapport au normatif est observé comme n'étant pas d'emblée un référent clair. De facto, les six femmes questionnées témoignent de positions ambivalentes sur leurs rapports aux normes selon une typologie en trois points. Les modalités de prise en charge du normatif sont de facto assumées, déniées ou encore impensées.

Cependant, les normes ne peuvent être réduites à des considérations strictement coercitives. Pour ce faire, il faut compléter ce terme avec celui de normativité. Ramognino l'envisage comme une « accumulation de connaissances et de savoirs qui libèrent des contraintes environnementales et permettent l'inventivité ». ⁵¹

⁵⁰ K. DOBBELAERE, L. VOYE, « Réflexion et éthique : de la règle autoritaire à la contextualisation réflexive des normes », dans *Revue européenne des sciences sociales*, t. 126, 2003, p. 151-152.

⁵¹ N. RAMOGNINO, « Normes sociales, normativités individuelle et collective, normativité de l'action », dans *Langage et société*, t. 119, 2007, p. 35.

En ce sens, les normes apparaissent comme des aboutissements de résolution de problématiques opérées entre des individualités. De fait, ce « savoir social » est partagé entre diverses individualités et ne s'élabore continuellement que par des consolidations lors des « routines ».⁵²

Cette vision 'encapacitante' des normatifs va à l'opposé d'une représentation subie par des individualités des normes externes. Ceci mène à envisager que l'affiliation au bouddhisme (et à son volet normatif plus ou moins consenti et plus ou moins envisagé) permet un étayage de conceptions du monde de manières tant théoriques que pratiques.

Ce dernier point ne semble néanmoins pas réellement explicité dans la vision de Ramognino mais est bien perceptible dans les visions des pratiquantes. Un exemple pertinent est celui de Lisa qui a arrêté de fumer à la suite de réflexions personnelles de la notion d'attachement proposée par la tradition bouddhiste.

4. Contextualisations

Cette partie est divisée en trois temps et se pense en entonnoir.

Premièrement, il y a une contextualisation générale du religieux de nos jours sachant que le religieux se transforme, entre autres, notamment suite aux effets de la différenciation fonctionnelle des sphères, de la sécularisation et de la pluralisation des offres. Il peut ainsi être perçu comme divisé, voire affaibli, même si les croyances se réaffirment aussi dans certains contextes. Enfin, le religieux peut contribuer aux démocraties selon certaines conditions.

En second lieu, il y aura une contextualisation quant à l'arrivée du bouddhisme en Occident et ses enjeux, axée sur les interactions entre Orient et Occident, sachant notamment que la Seconde Guerre mondiale aura elle-même des conséquences sur l'émergence de l'intérêt pour la tradition bouddhiste..

Troisièmement, l'arrivée des bouddhismes en Belgique sera exposée, notamment autour de l'émergence de chercheurs universitaires, de l'influence de grands maîtres érigeant des Instituts et des conséquences de la prise du Tibet par la Chine.

⁵² N. RAMOGNINO, « Normes sociales, normativités individuelle et collective, normativité de l'action », p. 35.

4.1 Contextualisation sociétale liée au religieux contemporain

La sécularisation peut être définie comme une perte d'emprise sociale du religieux sur les sociétés ; elle est souvent pensée comme l'achèvement d'un procédé de l'histoire au cours duquel de nombreux domaines des sociétés se sont extraits de l'ascendance du religieux et du « sacré », entre autres l'artistique, le législatif et la politique. Dans ce cadre, l'autorité du religieux s'estompe quant à la connexion qu'il avait établi entre les humains et l'univers. La religion se de facto de plus en plus « désinstitutionnalisée » et le « pluralisme » ainsi que le « subjectivisme » s'imposent voire sont mis sur un piédestal en tant que valeurs sociétales majeures. Le pluralisme de points de vue sur le religieux permet de saisir la tendance libérale d'une société voulant donner accès à l'antagonisme des valeurs et à la liberté comportementale.⁵³

Ces acceptions permettent de cerner comment le religieux n'a désormais plus ce caractère totalement normatif et englobant dans nos sociétés européennes, mais se retrouve d'une certaine manière relativisé. En ce sens, même la pluralité individuelle s'observe de manière croissante et c'est bien là où notre sujet prend place. En effet, nous focalisons notre objet sur des religiosités particulières et diverses d'un fait religieux récent en Occident, le bouddhisme.

Cependant, des nuances se voient opérées par certains chercheurs actuellement. Elles concernent la vision unique de la sécularisation comme effacement progressif voire complet du religieux. Spécifiquement, Portier et Dieckhoff, entre autres, mettent désormais plutôt en avant la « polarisation des sociétés ». Ce terme veut observer l'assemblage d'un double « processus d'effacement et de réaffirmation de la croyance »⁵⁴ contemporanément. De fait, il est envisageable d'exister sans croyances et sans divin. Inversement, il y a une proclamation renouvelée de croyances religieuses. Ces dernières s'observent tant sur le plan de l'individu que de manière communautaire, allant parfois jusqu'à solliciter une validation juridique de propositions religieuses aux États.⁵⁵

⁵³ J.-M. DONEGANI, *La liberté de choisir : pluralisme religieux et pluralisme politique dans le catholicisme français contemporain*, Paris, Presses de la fondation nationale des sciences politiques, 1994, p. 337-338.

⁵⁴ A. DIECKHOFF, P. PORTIER, « Introduction, la religion recomposée », dans A. DIECKHOFF, P. PORTIER (éds), *Religion et politique*, Paris, Presses de sciences po, 2017, p. 12.

⁵⁵ A. DIECKHOFF, P. PORTIER, « Introduction, la religion recomposée », p. 12-13.

Retenons que la sécularisation n'est certainement donc pas un processus linéaire et abouti, mais qu'il doit plutôt être saisi comme nuancé et en tension. Concernant notre sujet d'étude, les femmes interviewées affirment de manière individuelle des affiliations à une tradition bouddhiste, que ce soit concernant des croyances envers des aspects doctrinaux et des descriptions philosophiques. Elles témoignent d'une pluralité de rapports à la tradition bouddhique.

Selon Dobbeleare, il convient de s'attarder sur la théorie de la différenciation fonctionnelle des sphères. Ceci permet de complexifier la notion de « sécularisation » d'un point de vue sociologique. Concrètement, il faut appréhender la religion comme un « sous-système » à côté d'autres sous-systèmes tels que « l'économie, la politique, la science et l'éducation ». La sécularisation ne serait par conséquent, selon l'auteur, qu'un effet de cette théorie. Ces sous-systèmes sont à la fois égaux par leur nécessité dans la société et différents, car ils ont leurs spécificités propres.⁵⁶

Similairement, comme nous l'avons vu dans la partie liée à la conversion, retenons que le religieux possède des singularités propres par rapport à d'autres dimensions de la société. C'est bien ces différences que nous voulons mettre en avant en nous questionnant sur les rapports aux normes et les évolutions de valeurs de femmes converties. Ce mémoire met surtout l'accent sur des religiosités contemporaines même si celles-ci ne peuvent être pensées indépendamment des cadres et contextes dans lesquelles elles s'inscrivent.

Bien qu'il y ait un effacement assez global du religieux dans les sociétés européennes, ce dernier ne peut pas moins continuer à apporter de l'aide aux personnes de nos jours, ne serait-ce qu'en lui fournissant un principe de vie. Rosa parle de « résonance » qu'il oppose à « l'aliénation ». Il définit ce dernier terme comme un « mode particulier de relation au monde des choses, aux personnes et à soi-même dans lequel il n'y a pas de réactivité, c'est-à-dire pas de connexion intérieure significative »⁵⁷. Comme l'énonce Rosa qui évoque les sociétés contemporaines, le religieux y déploie bien ces capacités saisissantes qui permettent aux individus de faire advenir autre chose dans leurs existences, de les rendre vibrantes. Les religions semblent n'en être qu'une (et pas l'unique) voie d'accès.

⁵⁶ K. DOBBELEARE, « La portée conceptuelle de la sécularisation », dans P. B. CLARKE, *Le manuel d'Oxford de sociologie de la religion*, Oxford, Presses universitaires d'Oxford, 2009, p. 600-601.

⁵⁷ H. ROSA, « L'idée de résonance comme concept sociologique », article publié le 9 juillet 2018, en ligne sur le blog : <https://globaldialogue.isa-sociology.org/articles/the-idea-of-resonance-as-a-sociological-concept> (consulté le 15 avril 2026).

Dans une autre mesure, une dynamique supplémentaire et non négligeable des sociétés contemporaines face au religieux est qualifiée depuis le terme de « l'indifférence ». Observée de nos jours, elle est même « indifférentisme », comme pour signaler une dimension idéologique de ce mouvement socio-culturel en cours. Selon cette théorie, le religieux est pourtant pensé comme étant trop immense pour être restreint à un contexte particulier. Ceci mène certains acteurs (même le pape Pie IX, le premier) à envisager l'accès au « salut éternel » via n'importe quelle voie religieuse. Toutes y mènent, selon lui.⁵⁸

Différemment, cette indifférence peut aussi s'envisager comme conséquentielle avant tout du « subjectivisme contemporain ». En effet, les questions du vrai se trouvent accordées individuellement, sans recours à une société coercitive ni à quelque collectivité qui soit.⁵⁹

Nous verrons que la plupart des interviewées ont opéré des transformations en partant de vérités individuelles sans lien communautaires ou en se soustrayant de leurs communautés religieuses. Elle convergent toutes vers une reconnaissance consciente, ou non, avec des acceptions traditionnelles bouddhistes. Ces trajectoires mènent ces actrices à alimenter leurs schèmes de pensées et leurs valeurs à la lueur d'une tradition religieuse. Dans ce cas précis de notre recherche, il s'agit du bouddhisme tibétain de la lignée *Kagyü*. Autrement dit, cette indifférence ne s'observera (chez la majorité des interviewées) qu'au début (ou juste avant) d'un processus d'adhésion.

Par-delà ces considérations qui se rapportent aux transformations sur le plan des personnes, il importe aussi de voir, avec le philosophe Habermas, qu'est soutenue l'idée de l'utilité du religieux dans les sphères publiques et les démocraties, c'est-à-dire donc au niveau socio-culturel et même politique. Il met cependant l'emphasis sur l'importance de voir advenir trois modalités singulières d'immixtions du religieux, qui passeraient par les principes de « coopération, de faillibilité et de traduction ». Le deuxième élément, la faillibilité, met en exergue l'idée d'alimentations réciproques des dires de tous, croyants et non croyants. En fin de compte, il y a lieu d'envisager que les propos religieux se composent notamment de « contenus civilisateurs » tant ceci peut, selon lui, tendre à dépasser certains « déraillements de la société ».⁶⁰

⁵⁸ J.-M. DONEGANI, « La sécularisation du croire : pragmatisme et religion », p. 230-231.

⁵⁹ J.-M. DONEGANI, « La sécularisation du croire : pragmatisme et religion », p. 231.

⁶⁰ P. PORTIER, « Démocratie et religion, la contribution de Jürgen Habermas », dans *Revue d'éthique et de théologie morale*, t. 277, 2013, p.45-46.

Appliqué à notre objet, nous constatons que le bouddhisme est susceptible de rencontrer ces exigences. Comme nous le verrons dans la partie sur le bonheur et les valeurs, il tend à être envisagé par nos interviewées comme inclusif. Ce dernier terme se comprend comme un ensemble de vœux et de comportements pratiques et éthiques tournés vers le bien de tous les êtres (même si cette idée est diversement envisagée). Un accent fort sera similairement mis sur l'utilité diverse de prendre soin de la souffrance d'autrui.

En résumé, bien que le religieux s'estompe et se différencie d'autres sphères sociétales, il ne reste pas moins des réaffirmations de croyances tant individuelles que communautaires, qui visent à aboutir à des reconnaissances juridiques du religieux à l'égard du politique.

De plus, le religieux est performatif au niveau des individualités et de leurs religiosités. En effet, il possède cette valence émotionnelle permettant aux individus de faire advenir d'autres éléments dans leurs vies. Par ailleurs et lié à notre questionnement sur le bouddhisme, ce dernier mène à étayer des questionnements sur les questions du vrai, opérées par des acteurs en recherche de sens.

Pareillement, les religions pourraient être des outils pertinents pour repenser des sociétés marquées par des failles et des problèmes. Nous tenons comme thèse que le bouddhisme permet de tendre vers le bonheur du bien commun et la prise en charge de la souffrance par certains pratiquants.

4.2 Redécouverte et adaptation des bouddhismes vers l'Occident au XX^e siècle

Complémentaire à ces thèses, il est essentiel d'aborder la dissémination bouddhiste tibétaine au XX^e siècle, entre la fin des années 1960 et le début des années 1970. Pour Lenoir, deux tonalités vont se dégager. Premièrement, des Occidentaux voyagent jusqu'en Inde, rencontrent des lamas⁶¹ et se forment auprès d'eux. Ces derniers viendront en Occident pour construire des centres et s'adapteront aux besoins de leurs élèves. Deuxièmement, des lamas, commissionnés par leurs chefs de lignées, iront en Occident afin d'apprendre l'anglais et le savoir vernaculaire. Il en découlera pléthores de demandes des pratiquants occidentaux.

⁶¹ Ce terme semble prendre racine dans l'expansion du *Vajrayāna* au 8^e et au 11^e siècle au Tibet. En tibétain « bla-ma », lama signifie « maître ». Au XIX^e, les « spécialistes occidentaux », étonnés de la portée des lamas au Tibet, iront jusqu'à qualifier le bouddhisme de ce pays de « lamaïsme ». Il faut surtout noter que le lama comme maître est fondamental au *Vajrayāna*.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, Éditions du Seuil, Paris, 2006, p.359.

Ceci permettra l'édification d'instituts.⁶² Un exemple quasiment paradigmatique de cette première trajectoire est celui de Mathieu Ricard. En effet, ce dernier est parti à l'âge de vingt et un ans à Darjeeling en Inde pour se former auprès de Kangyour Rinpoché puis de Dilgo Khyentsé Rinpoché.⁶³

Préalablement, c'est la Seconde Guerre mondiale qui a énormément influencé la recherche et l'intérêt pour le bouddhisme. De fait, certains membres de la jeunesse occidentale, constatant la dévastation produite par leurs pays, se sont tournés vers des manières différentes de réfléchir et d'exister.⁶⁴

C'est dans ce contexte que la Beat Generation a émergé aux États-Unis. Ce mouvement a donné à voir le bouddhisme comme vecteur d'impulsion dans le combat face à l'hégémonie en place. Parallèlement, pléthores d'individus vont commencer à arpenter un chemin spirituel dans le *Zen*, le *Theravāda* ou le bouddhisme tibétain. Ceci aura pour conséquence de voir émerger des académiciens « pratiquants » bouddhistes, une première en Occident.

Ils auront comme vœu d'élaborer et de développer des traductions de textes cohérents et adaptés à la société. En fin de compte, un passage s'est opéré d'un vœu « d'objectivité scientifique » strict à des modalités de dissertations différentes. Autrement dit, l'intérêt est moins porté sur la rigueur (même si elle est totalement présente) que sur la profondeur, la diversité et la richesse du contenu bouddhiste. Il a alors émergé « toute une littérature de commentaires et de manuels, de rituels et de guides contemporains, ainsi que d'enseignements d'auteurs contemporains ».⁶⁵

Il est fort intéressant d'appréhender les actions permettant de voir émerger le bouddhisme durant le siècle dernier, tel que les richesses théoriques, conceptuelles et pratiques amenées par des primopraticiens occidentaux ou des maîtres venus s'établir dans les pays européens et aux États-Unis. De même, nous attirons l'attention sur l'évolution de la recherche scientifique de certains académiciens voulant donner plus de sens à leurs religions.

⁶² F. LENOIR, *La rencontre du bouddhisme et de l'Occident*, Paris, Albin Michel, 2011, p.291.

⁶³ Plus de détails sont disponibles dans ses mémoires : M. RICARD, *Carnets d'un moine errant*, Paris, 2021, Allary Éditions, 2021.

⁶⁴ F. MIDAL, *Quel bouddhisme pour l'Occident ?*, Paris, Éditions du Seuil, 2006, p. 255.

⁶⁵ F. MIDAL, *Quel bouddhisme pour l'Occident ?*, 2006, p. 256.

Un enjeu essentiel pose question durant cette période : la plus grande diversité de lignées d'enseignements ainsi que de temples se trouve en France, mais on ne retrouve quasi aucun travail académique dans les instituts français. La recherche sur le bouddhisme se retrouve isolée dans les « départements de langues orientales » des universités françaises de cette époque.⁶⁶

Il est stimulant d'observer que l'arrivée du bouddhisme dans les pays occidentaux modifie profondément la manière d'appréhender l'étude de cette religion dans le cadre académique et pose de sérieuses problématiques, notamment en France.

Le réel problème est le suivant : « Il n'existe pas en France de possibilité d'étudier le bouddhisme en confrontant les doctrines et en faisant un travail de recherche sérieux ».⁶⁷ Notons que cette affirmation peut certainement se comprendre pour tout individu voulant acquérir des connaissances sur le bouddhisme. Elle date cependant de 2006. Depuis la parution de cet ouvrage, divers instituts de formations ont vu le jour. *L'Institut Khyentsé Wangpo*⁶⁸ en est un bon exemple.

En résumé, l'arrivée des bouddhismes en Occident n'a pas été linéaire. Néanmoins, son adaptation a été favorisée par des maîtres, des pratiquants et des chercheurs académiques. En lien avec ce projet, certaines pratiquantes (notamment Lisa) attestent de certaines difficultés de se former et de suivre cette tradition ainsi que de suivre un maître. Peut-être que les enjeux de ce dernier siècle a eu des répercussions sur l'accès aux bouddhismes en Occident.

⁶⁶ F. MIDAL, *Quel bouddhisme pour l'Occident ?*, 2006, p. 256-257.

⁶⁷ F. MIDAL, *Quel bouddhisme pour l'Occident ?*, 2006, p. 258.

⁶⁸ *Institut Khyentsé Wangpo*, en ligne : <https://institut.khyentsewangpo.org/> (consulté le 16 octobre 2025).

4.3 Introduction des bouddhismes en Belgique

En Belgique, le bouddhisme s'est implanté plus tardivement que les autres pays européens. Concrètement, il y a eu tant d'instituts d'études et de pratiques qu'un essor d'experts universitaires des universités de Louvain et de Gand s'est développé (spécifiquement Louis de La Vallée-Poussin, Sylvain Lévy ou encore Étienne Lamotte).

Retenons ainsi une appétence relativement minoritaire entre 1918 et 1940 liée au groupe *Les amis du bouddhisme* provenant de Paris. En effet, le premier essai d'instauration d'une congrégation bouddhiste dans le plat pays pourrait être lié à Robert Linssen, auteur *Zen*, dans les années 1960. Il s'en est suivi divers développements de plusieurs pays d'Asie, notamment la création de la *Maison du Bouddhisme* à Schaerbeek par Lama Rin'chen en 1961. Cette édification a intégré spécifiquement l'école tibétaine *Ljan'na* de la lignée réformée *Gelukpa*.⁶⁹

Corollairement aux pérégrinations en Inde de certains Occidentaux durant les années 60 citées précédemment, un autre évènement favorisa la propagation bouddhiste vers l'Occident. Il s'agit de l'évasion de dizaines de milliers de Tibétains en Inde, au Népal et au Bhoutan à la suite de l'invasion militaire du territoire tibétain par la Chine en 1959. Bien que désastreux, cet épisode a facilité les échanges. Au surplus, il a permis l'envoi de moines de l'école *Kagyü* vers les pays d'Occident. Concrètement, des institutions furent instaurées. L'exemple le plus parlant de cette période est le centre *Karma Samten Ling* à Anvers datant de 1974 conduit par Akong Rinpoché.⁷⁰

D'autres instituts de l'école *Karma Kagyüpa* ont progressivement vu le jour au fil du temps. De fait, l'Institut *Yeunten Ling* a débuté en 1983. Il est considéré comme un lieu d'apprentissage et de pratiques bouddhistes du *Vajrayāna*. Mais encore, l'*Institut Nalanda* (signifiant 'générosité illimitée') à Bruxelles, a pour proposition d'étudier le bouddhisme dans toute sa diversité, les « mille visages du bouddhisme », depuis 2001. Le centre *Kagyü Samyé Dzong* existe quant à lui depuis 1977.⁷¹

⁶⁹ B. DE BACKER, « Bouddhismes en Belgique », dans *Courrier hebdomadaire du CRISP*, t. 23, n° 1768-1769, 2002, p. 22.

⁷⁰ B. DE BACKER, « Bouddhismes en Belgique », dans *Courrier hebdomadaire du CRISP*, t. 23, n° 1768-1769, 2002, p. 24.

⁷¹ B. DE BACKER, « Bouddhismes en Belgique », dans *Courrier hebdomadaire du CRISP*, t. 23, n° 1768-1769, 2002, p. 30-31.

En conséquence, il y a une pluralité d'efforts, sur plusieurs échelles pour faire perdurer paisiblement le bouddhisme en Occident. L'arrivée du bouddhisme en Belgique en constitue un bon exemple. *De facto* sont impliqués le monde universitaire, des auteurs se focalisant sur le bouddhisme et des lamas ainsi que des maîtres venus d'Orient (notamment du Tibet).

B. Apports des entretiens sociologiques couplés à la philosophie bouddhiste

5. Le bouddhisme, religion, philosophie ou autre ?

En se basant sur nos analyses thématiques à partir des entretiens menés, l'idée est ici d'investiguer comment le bouddhisme est perçu par ces femmes. Est-ce une religion ou bien une philosophie, voire autre chose ? Quelles lignes de tensions apparaissent ? Est-ce qu'elles convergent ou divergent ? Est-ce qu'individuellement, les pratiquantes sont cohérentes au fil de leur interview ? De fait, l'emphase sera mise sur l'évolution (ou non) de la vision du bouddhisme au fil de l'adhésion. De fait, une attention sera mise sur les moments avant l'adhésion, durant l'évolution dans cette tradition et aujourd'hui. En d'autres termes, il s'agit d'intégrer la variété de ces concepts dans un processus.

En nous référant à des dires scientifiques, nous nous alignons sur la perspective de Cornu pour affirmer que le bouddhisme est foncièrement non théiste. En effet, cette tradition nie la possibilité d'un Dieu fondateur ou planificateur. Une description de la réalité est privilégiée. Il s'agit de la « loi impersonnelle de la coproduction conditionnelle (tib. *rten cing 'brel bar 'byung ba*) ». Selon cette conception du réel, l'émergence et la dissolution des manifestations phénoménales ne sont qu'un conditionnement de conjonctures passées. Cette création de phénomènes donne également lieu à d'autres élaborations de manifestations dans un procédé continu. Le *karman* (tib. *las*) est également le concept permettant de ne pas accorder une vision théiste de l'existence. De facto, cette coproduction conditionnelle inclut « l'esprit des êtres » dans l'élaboration des modalités de leurs vies. Idem, la possibilité de dieux n'est à envisager que de manière impermanente.

En effet, les dieux sont dans des stades d'êtres plus élevés que ceux des humains. Mais encore, ces dieux sont à différencier des bouddhas. Ces derniers sont des êtres éveillés qui ont connu une libération et transcendent les catégorisations samsariques. On peut ainsi les ranger dans la catégorie « supra humain » ou supra dieu ».⁷²

Dans le bouddhisme, le divin n'est finalement pas absolu et créateur. Il est coincé dans le cycle de renaissance successive et est dans un degré supérieur à celui de l'humain. Indubitablement, les dieux ne sont pas des bouddhas.

Cependant, on peut accorder une réalité philosophique au bouddhisme. Il faut émettre la condition de l'adapter à ses aspects d'analyses concernant l'essence de la réalité et les liens entre le spirituel et le mondain. Effectivement, il existe pléthore de démonstrations philosophiques, telles que le *Madhyamakasatra* ou le *traité sur la voie médiane* de Nāgārjuna. De manière contemporaine, il est fait usage de concepts pour clarifier des affirmations qui peuvent être diversement comprises dans différentes écoles bouddhistes. L'Occident peut être tenté d'affirmer que la philosophie orientale ne se dégage pas de son intérêt pour l'esprit et ses convictions religieuses. Ceci pourrait mener à la distinguer de la philosophie occidentale qui cherche la « rationalité pure ». Néanmoins, il ne faut pas oublier que les questionnements concernant l'essence des manifestations de l'existence, la matérialité des choses ou les « lois de dépendance » ont été traitées dans ces deux sphères culturelles. S'il fallait distinguer la philosophie occidentale de l'orientale, on pourrait cependant dire que la première s'attarde sur le vœu de connaître le globe en examinant les objets de l'univers. La seconde s'en détache dans le sens où il y a recherche de la personne qui observe elle-même que sa vision n'est que relative et qui veut s'en affranchir. De surcroît, « la connaissance est subordonnée au but essentiel de la pratique, c'est-à-dire la préoccupation sotériologique de l'atteinte de l'Éveil et la libération de la souffrance »⁷³.

En résumé, pour appréhender le bouddhisme comme philosophique, il ne faut pas l'observer selon des critères occidentaux. Concrètement, pour l'appréhender, l'accent doit être mis sur la primordialité des concepts, de la pratique sur le savoir et l'importance relative de l'observation de l'existence.

⁷² P. CORNU, Introduction à l'histoire des religions tome I, cours général sur l'histoire et les sciences des religions, Paris, Éditions Rangdröl, 2021, p.166.

⁷³ P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome I, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019, p. 19.

En ce qui concerne une vision spéculativement religieuse, les acceptions de Saint Augustin et Lactance ne semblent pas correspondre au bouddhisme. De fait, ils définissent la religion par le terme « religare » qui met en exergue une nécessité d’obéir au divin au moyen de rites. La vision de Cicéron muée par le terme « *relegere* » ne s’applique pas non plus de manière pertinente. En effet, le bouddhisme ne se réduit pas aux idées de prendre soin méticuleusement ni de « revoir ».

De surcroît, le bouddhisme, en parlant du *Dharma*, n’aborde pas la nécessité d’une relation avec un être divin. Il décrit plutôt une relation qui doit s’élaborer avec son « intériorité » propre. En revanche, la définition du religieux de Durkheim, dans *Les formes élémentaires de la vie religieuse*, comme « système solidaire de croyances et de pratiques (...) qui unissent en une même communauté morale tous ceux qui y adhèrent » semble quelque peu rencontrer certaines dimensions du bouddhisme.

Néanmoins, il faut interpréter les croyances en les couplant avec une « confiance », une « évidence » en la pédagogie du Bouddha. Cette confiance sera à expérimenter immédiatement pour en certifier la valeur. Le terme de communauté fait référence à la *sangha*, l’équivalent du terme grec *ekklesia*. Il faut comprendre que la communauté des bouddhistes ne possède ni centre strict ni hiérarchisation communément reconnue. Dit autrement, le Dalaï lama n’est pas similaire au pape du Vatican. Il est plutôt le dirigeant étatique du Tibet depuis le XVII^e siècle. Ceci fait de lui le garant du religieux dans ce pays.⁷⁴

Finalement, le bouddhisme s’avère religieux, mais selon des adaptations propres. Il y a bien des croyances, des pratiques, une communauté et une conviction en la parole du Bouddha. Néanmoins, il n’y pas de hiérarchisation organisée comme dans le catholicisme romain. Par conséquent, aucune juridiction religieuse n’est observable en Occident. Dans une autre mesure, le modèle de voie individuelle liée à l’esprit s’intègre dans cette tradition religieuse.

Concrètement et selon les analyses thématiques, opérées à partir des entretiens récoltés, une tripartition des postures s’observe. En effet, Rose et Léa sont passées d’une vision philosophique à une conception religieuse. D’autre part, Lisa, Chloé et Aude attestent de positions (voire d’une ambivalence pour Aude et une confusion de registres pour Lisa) concernant leurs visions du bouddhisme entre philosophique et religieux.

⁷⁴ P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome I, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019, p. 21-23.

Une troisième option se rapporte à celle de considérer le bouddhisme comme ni religieux ni philosophique. En effet, Ama préfère nommer le bouddhisme par la notion de chemin.

5.1 D'une vision philosophique à une appréhension éthique

Premièrement, Rose a été étonnée de découvrir, a posteriori, une pratique méditative surtout envisagée comme déstressante et un intérêt pour la morale bouddhiste.

« Mais en attendant, j'écoutais aussi les lamas, j'entendais les enseignements, je lisais, je m'instruisais de plus en plus. Et puis, je suis arrivée tout doucement à comprendre aussi l'aspect éthique de bouddhisme. Mais ce n'était pas la première chose qui m'avait intéressée, en fait. Je ne recherchais pas ça au début (P.7 ;314-317) ».

En effet, avant de plonger dans cette voie spirituelle, le bouddhisme a d'abord été associé à la méditation et à une philosophie non normative. Spécifiquement, elle répète cette idée en disant que son adhésion s'est produite pour répondre à des questionnements philosophiques.

« Mais je n'ai pas approché le bouddhisme comme une religion dès le début. Ce n'était pas ça. C'était une pratique méditative et une philosophie. (P.7 ;323-325) ».

Malheureusement, Rose a été la première à avoir été interviewée. Je n'avais pas saisi la ligne de tension qu'il pouvait y avoir entre les différentes perceptions de ce qu'est le bouddhisme. Par conséquent, je n'ai pas eu l'occasion de lui demander sa vision contemporaine. Néanmoins, au vu de ses dires durant l'entretien, j'ai pu déceler que sa vision pourrait s'apparenter à une reconnaissance du bouddhisme comme religieux. Cependant, ce n'est purement qu'une hypothèse. De fait Rose aborde qu'elle n'avait pas rencontré de religion auparavant en Russie. Par conséquent, elle n'a pas su de quelle manière les croyances pouvaient émerger. Parallèlement, elle exprime sa confiance progressive à l'égard d'un enseignement bouddhiste qu'elle peut expérimenter.

« Ce n'était pas du tout une habitude familiale. Je n'avais pas connu une autre religion avant. Je n'étais pas croyante. Je n'avais pas d'autre religion. Donc, la notion de croire sans comprendre m'était totalement étrangère. Donc, en fait, je croyais à des choses que je pouvais expérimenter moi-même. (...) J'ai commencé à développer la confiance dans le bouddhisme, même pour des choses que je ne comprenais pas, en ayant expérimenté que ce qu'on m'avait dit s'est révélé correct, de par mon expérience. (P.8 ;332-340).

De manière générale et selon Léa, nous pouvons dire que le bouddhisme a d'abord été appréhendé comme philosophique, puis religieux.

En effet, les enseignements bouddhistes et la méditation ont d'abord été perçus comme philosophiques. Cette idée est répétée plus tard dans l'entretien lorsque Léa décrit sa première visite à Nalanda. À ce moment-là, elle voyait le bouddhisme comme philosophique et surtout pas religieux, par crainte. Ensuite, un passage d'une vision du bouddhisme de philosophique à religieux fut justifié par l'acceptation de croyances et par son aspect communautaire. Cette vision s'est d'autant plus modifiée qu'elle a été confrontée à des dires scientifiques.

« (...) ce n'est pas une philosophie, c'est une religion. Pourquoi c'est une religion ? Parce qu'il y a des choses qu'il faut croire. Il y a des croyances qu'on ne peut pas vérifier. Les terres pures, les ... Donc il faut à ce moment-là savoir qu'il y a donc ces croyances qu'il n'y a pas dans une philosophie. (P.9 ;388-391) ».

Elle perçoit aujourd'hui le bouddhisme comme religion non théiste et voie vers l'éveil. Cette idée est étayée par une interprétation croyante de réincarnations du Bouddha.

« Simplement, c'est une religion qui n'est pas théiste, pas de Dieu, mais c'est une religion. Après ça, donc de dire, tiens bon, le Bouddha, il a eu l'éveil, mais il n'a pas eu l'éveil sur une vie. Il est revenu, il était déjà Bodhisattva, donc il faut y croire. Et on revient aux croyances. Alors on se dit, oui, il met la main, il touche la terre pour lui dire, je ne suis pas un dieu, je suis un être humain, mais il a tout ce parcours de Bodhisattva derrière lui. Donc toutes ces choses-là disent, oui, c'est une religion. (P.9 ; 394-400) ».

Similairement, Rose et Léa sont passées d'une vision philosophique à religieuse. Pour Léa, les arguments principaux sont l'évidence de croyance (que d'une certaine manière Rose aborde même), la présence d'une communauté et l'aspect non théiste du bouddhisme (exemplifié par la pratique de *Chènrézi*⁷⁵).

⁷⁵ De son nom sanskrit *Avalokitésvara* ou *Lokesvara*, *Chènrézi* est un « grand bodhisattva » lié à la compassion. Il est le plus estimé au sein du Mahāyāna. Au Japon, nous pouvons retenir qu'une version féminine de ce bodhisattva s'est développée sans recours à une argumentation textuelle. Il s'agit de *Guanyin*, qui sera reconnue comme « mère protectrice » pour tous les êtres en souffrance. Elle permet la « fertilité » et protège des aléas de la vie. P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 60.

5.2 Confusion de registres entre le religieux et philosophique

Deuxièmement, pour Lisa, il y a encore des positions ambivalentes quant à la nature du bouddhisme. De fait, on peut interpréter une mauvaise réception, selon ses dires, d'un enseignement scientifique menant à penser que le bouddhisme n'est pas religieux. Effectivement, elle atteste que les soubassements bouddhistes ne sont pas identiques à d'autres religions.

« Maintenant j'ai suivi les cours de Philippe Cornu, donc il fait bien la distinction entre c'est en même temps une religion et ça n'en est pas une, notamment du point commun qu'on retrouve dans les religions et dans le bouddhisme, avec des process identiques, mais après les fondements ne sont pas les mêmes. Et fondamentalement, on s'en réfère à quelque chose et après à un dieu, et dans le bouddhisme on n'est pas du tout sur cette logique-là. (P.10 ;447-452) ».

En effet, comme vu précédemment et selon des considérations scientifiques, on peut qualifier le bouddhisme de religion non théiste. Nous pouvons pareillement noter que sa perception des bouddhismes s'est complexifiée à travers le temps en suivant une formation. De manière hypothétique, c'est peut-être ce qui a causé un flou de ce qu'était réellement le bouddhisme.

Si l'on regarde ses appréhensions du passé, elles sont doubles. D'une part, elle perçoit une vision d'abord philosophique du bouddhisme en raison d'une éducation péjorative du religieux. D'autre part, Lisa a conscience d'avoir été incitée socialement à stéréotyper le bouddhisme et à l'associer à une technique de bien-être.

Dans cette même partie, pour Chloé, le bouddhisme est à la fois religieux et philosophique. En effet, il est philosophique pour trois arguments. On peut déceler une vision d'abord philosophique du bouddhisme avant de percevoir le besoin de le pratiquer. Cette vision est restée philosophique, y compris au départ de sa reconnaissance évidente d'un lien à cette tradition. Le bouddhisme est considéré comme philosophique étant donné son caractère non théiste. Le caractère non théiste est mentionné au moins trois reprises. L'une d'entre elles précise, les divinités étant en même temps logothéiques et transcendantes. Mais encore, sa vision est non théiste au vu de la description des êtres en potentiel.

« Alors, au niveau du bouddhisme, le bouddhisme n'est pas théiste. Comme dans le Vajrayāna, il y a plein de divinités, mais ces divinités, ce n'est pas qu'elles sont symboliques, elles existent et n'existent pas, c'est subtil, mais c'est aussi des manifestations de formes d'énergie spirituelle, finalement de nous-mêmes. (P.3 ;122-125) ».

Chloé nuance son propos, mais de manière moins détaillée que pour l'argumentation philosophique et non théiste. Effectivement, elle perçoit le bouddhisme comme religieux pour ses caractéristiques liées au culte, au divin, aux pratiques et aux rituels.

La dernière pratiquante pouvant appartenir à la catégorie 'vision ambivalente du bouddhisme' est Aude. De fait, elle oscille entre vision philosophique et religieuse, étant donné ses aspects de rites et de pratiques.

De même, elle dit que le bouddhisme est non théiste car tourné vers l'éveil potentiel en tous les êtres. Cette vision est étayée par l'idée que c'est un chemin sans description substantielle d'un soi individuel. On peut dire que le but est d'avoir une vie individualisée.

On peut cependant remarquer des incohérences quant à l'intégration de la méditation dans le bouddhisme. Plus précisément, une confusion de registres s'opère entre méditations équivalentes au *yoga*. La pratique méditative est envisagée comme pratique non religieuse, tout en faisant partie de religions.

« Oui, si tu penses à la méditation par exemple, c'est pas religieux. C'est une pratique de méditation ou de *yoga*, c'est pas spécialement religieux. Ça fait partie... Je pense qu'il y a des *yoga* dans plusieurs différentes traditions, il y a des méditations, des contemplations dans différentes traditions religieuses. (P.10 ;422-425) ».

Entre autres, pour Aude, la méditation n'est pas intégrée au bouddhisme mais est certes pratique. Elle propose finalement un accès libre de méditations à tous, peu importe qu'ils soient pratiquants d'une religion ou pas. En revanche, elle invite à demander des conseils de maîtres bouddhistes.

Si l'on compare les trois pratiquantes, la vision philosophique est majoritairement restée pour Chloé en arpentant cette voie spirituelle. Différemment et, selon Lisa, il y a conception du bouddhisme comme moins philosophique que religieux. Et puis, bien qu'Aude oscille entre vision philosophique et religieuse, elle semble plutôt mettre en avant les aspects religieux. Cette dernière aborde ceux liés aux rites, au non-théisme et à des concepts propres à la tradition bouddhiste. Cependant, on pourrait dire que ce dernier point pourrait ainsi être intégré dans une vision philosophique.

Dans une autre perspective, toutes trois abordent l'idée d'un non-théisme. Cependant, même si Lisa ne dit pas clairement le terme, elle sous-entend l'idée d'un non-théisme dans cette citation : « Et fondamentalement, on s'en réfère à quelque chose et après à un dieu, et, dans le bouddhisme, on n'est pas du tout sur cette logique-là. (P.10 ;450-452) ».

En d'autres termes, elle est moins explicite que les deux autres. La différence notable est que Chloé le mentionne à trois occurrences en mettant en exergue la potentialité de l'absolu en tout être. Aude en parle moins souvent (une fois) mais attire l'attention sur l'éveil en tout être et la nécessité du chemin pour y parvenir.

5.3 Le bouddhisme ni religieux ni philosophique, mais plutôt comme chemin spirituel

La dernière catégorie, à savoir la vision ni philosophique ni religieuse, est celle d'Ama. Pour elle, le bouddhisme n'est ni religieux ni philosophique. Il n'est pas religieux, car c'est une voie spirituelle. Par ailleurs, le bouddhisme comme ensemble de pratiques est privilégié en regard d'une vision religieuse.

En outre, Ama dit que ce n'est pas une religion, mais un chemin spirituel en raison d'absence du divin, comme vu lors de la partie où elle abordait les *yidams*⁷⁶. Ce dernier terme peut être perçu comme une vision non théiste différente du théisme anglican. Toutefois, Ama évoque l'absolu dans son entretien. On peut, en fin de compte, observer des difficultés à opérer un passage d'une vision théiste à des considérations non théistes.

⁷⁶ Il s'agit d'une émanation divine sélectionnée dans le bouddhisme tantrique tibétain.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 729.

Les *yidam* sont liés à la conceptualisation des « trois racines ». De fait, dans le bouddhisme *vajrayāna*, ces trois éléments fondent le « refuge intérieur essentiel ». Elles sont respectivement le maître, le divin désigné (*yidam*) et la « messagère de l'espace ». De manière détaillée, le second élément est à envisager semblable au *dharma* dans l'optique vajrayanique. Il est à envisager comme « archétype » d'une vision éveillée et trouve sa possibilité de réalisation dans tous les êtres. Le divin est le « moyen habile » transcendant les actions relatives. Les *yidams*, bien que diversement représentés, ne sont pas tous l'objet de pratiques. En effet, il y a invitation à ne converger que vers un seul menant à l'état de *sadhana* (tib. *sgrub thabs*). Au surplus, nous pouvons considérer que le *yidam* est une émanation manifeste de l'éveil. Chacun représente individuellement un élément de sagacité éveillée même s'il les intègre tous. On parle alors dans la tradition de « qualité remarquable ». Cela peut être la compréhension directe de la réalité, la compassion ... Au plus le pratiquant chemine dans ce parcours, au plus il tend à réaliser que le *yidam* et sa nature éveillée ne sont qu'une même chose. Le « *siddhi* (tib. *dnogs grub*) suprême de l'Éveil et les *siddhi* ordinaires » s'actualisent alors.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 665.

Dans cette présentation, nous voyons bien que la vision théiste anglicane se détache de la description des *yidam*. Je pense qu'il faut beaucoup de temps, d'écoute, d'intégration et de pratiques pour qu'Ama saisisse l'ampleur de la dévotion et de la confiance à avoir envers les *yidam*, pouvant parfois ressembler à une assurance envers l'appel de Dieu dans l'anglicanisme.

L'argument du bouddhisme comme chemin spirituel fut répété avec une argumentation similaire.

« Mais la différence entre le bouddhisme et les religions, c'est vraiment ce théisme, c'est avoir un dieu en qui on se confie, on se confie en nous-mêmes. (P.10 ;443-445) ».

Il y a cependant une incohérence, celle de ne pas considérer le bouddhisme religieux. Effectivement, Ama dit qu'il n'y a pas de prescriptions éthiques tout en en remarquant combien les règles existent et balisent sa vie.

« Donc il n'y a pas, comme dans les religions, des règles fixes, à part, bien sûr, les règles basiques, mais qui sont là pour mener sa vie, son existence terrestre (P.10 ;438-439) ».

Dans les dires de ces pratiquantes, on observe une pluralité de tensions qui tendent à se contredire entre elles. Finalement, il y a même des incohérences individuelles non décelées par les interviewées elles-mêmes.

En conclusion, des convergences et divergences s'opèrent au sein de la typologie des trois rapports dans les interprétations des pratiquantes. En effet, l'argument du bouddhisme non théiste a été utilisé par Léa pour affirmer que c'est une religion. Chloé et Aude l'ont pareillement usé, mais dans des perceptions ambivalentes du bouddhisme, c'est-à-dire entre religieuses et philosophiques. En addition, Ama use de ce concept, mais dans une perception ni religieuse ni philosophique. Dans une autre mesure, retenons l'apport de la philosophie bouddhiste, permettant de percevoir les difficultés d'Ama à transmuter une vision théiste anglicane à des considérations non théistes. De fait, cette pratiquante conçoit le bouddhisme comme pas religieux alors que les *yidam* sont plutôt à intégrer dans une vision non théiste.

Dans une autre mesure, les visions philosophiques ont été citées dans trois modalités différentes. En effet, elles ont d'une part été un passage vers une vision religieuse. D'autre part, ces perceptions sont intégrées dans un rapport avec des appréhensions du bouddhisme comme religieux. Finalement, on peut retenir une vision du bouddhisme comme pas philosophique, mais comme voie à suivre. Les arguments principaux justifiant cette vision sont que le bouddhisme est non théiste pour Chloé. Léa parle de crainte d'une vision religieuse au début de son chemin. Pour Rose, le bouddhisme était philosophique au début parce que les croyances étaient étrangères. Finalement, Lisa a eu une éducation péjorative du religieux. Elle a perçu le bouddhisme comme philosophique.

Parallèlement, les visions religieuses sont justifiées pour plusieurs raisons. De fait, Léa atteste de croyances et d'une communauté. En outre, Chloé use des caractéristiques liées au culte, au divin, aux pratiques et aux rituels pour justifier sa vision religieuse. Presque similairement, Aude évoque les rites, le non-théisme et l'idée de concepts propre à cette tradition.

6. Divergences d'appréhensions portant sur les normes bouddhistes

Dans cette partie, l'objectif est de percevoir comment les normes sont décrites (ou pas pertinentes) et ce qu'elles englobent. Une typologie de trois rapports aux normes semble se dégager sur base des analyses thématiques issues des entretiens. D'une part, l'existence du normatif au sein du bouddhisme est assumée. D'autre part, il est dénié. Troisièmement, il est porteur d'un rapport indifférent, voire un impensé. On fera tout particulièrement attention à l'évolution du normatif dans le processus d'adhésion. Concrètement, il faudra percevoir comment les normes (sociétales et/ou religieuses) ont été pensées avant ces adhésions, pendant et après.

6.1 De la nécessité d'adhérer aux normes bouddhistes

La personne qui semble le mieux correspondre à la première catégorie de la typologie proposée, à savoir la nécessaire adhésion aux normes bouddhistes, est Léa. En effet, on peut voir que sa vision normative a évolué. De fait, le bouddhisme a été favorable à une adhésion religieuse. Pour elle, il s'agit d'une voie responsabilisante où le théisme externe ne s'opère pas de façon normative et normalisante. La voie bouddhiste est porteuse de normes nécessaires à considérer pour arpenter cette voie spirituelle. Ceci provoque aujourd'hui un sentiment de béatitude et d'apaisement croissants dans sa progression individuelle. Sa vision du religieux s'est fortement apaisée en passant du catholicisme au bouddhisme.

Plus spécifiquement, on peut remarquer qu'elle fut surprise de la responsabilité donnée à l'individu sans recours à une altérité théiste externe. Le bouddhisme était perçu, au début, comme voie responsabilisante proposant la maîtrise de l'esprit. Elle a similairement décrit, au départ, le bouddhisme comme philosophique et surtout pas religieux. Il y avait crainte du religieux justifiée par son ancrage sociétal et collectif lié au catholicisme, comme cité plus haut. La vision philosophique était essentiellement portée sur l'enseignement bouddhiste et la méditation.

Nous pouvons noter qu'avant son adhésion envers le bouddhisme, Léa ressentait une ambivalence tout particulièrement développée sur les normes religieuses catholiques. En effet, elle a connu une désillusion et des désorientations d'espoirs normatifs. Ces dernières ont été causées par une posture culpabilisante d'un prêtre catholique à son égard. En s'attardant plus sur son passé, un aller-retour entre adhésion et éloignement de la norme catholique durant l'enfance et l'adolescence est observable.

Avant de découvrir le bouddhisme, elle a perçu la norme sociétale comme nécessaire et à adopter. Cela a rendu sa vie tranquille. Durant ses années de pratiques, elle a décrit une progression normative externe (par la méditation et l'octuple sentier⁷⁷) pour cheminer vers la nature interne de Bouddha⁷⁸. Pour Léa, c'est même une forte description d'intériorisation de normes externes qui est relatée. Elle parle de concepts, de pratiques et de rites bouddhistes. Également, elle a ressenti la nécessité de finir son existence en étant plus pleinement humaine par sa plus grande conformité possible au Bouddha.

En fin de compte, Léa atteste de la présence de normes nécessaires au cheminement bouddhiste. Il faut adhérer à des normes entendues comme des pratiques et des concepts. Ces derniers sont le calme, la clarté et la compassion. Ces normes sont nécessaires pour arpenter le chemin de l'éveil. Il y a ainsi une nécessité de combiner une introduction aux normes bouddhistes et de les suivre pour avancer dans le bouddhisme.

⁷⁷

⁷⁸ Cette description ressemble aux cinq chemins (et surtout le quatrième) menant à l'Éveil selon des écoles du bouddhisme ancien et du *Mahāyāna*. De fait, le quatrième chemin est la voie de la méditation qui se rapporte au « chemin octuple » et à l'avancement entre la deuxième terre et la « dixième terre des *bodhisattva* ». À l'atteinte de cette dernière, le *bodhisattva* s'apprête à être un bouddha éveillé. La cinquième étape est celle où il n'y a plus à s'entraîner.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 709-710.

Léa semble avoir séparé méditation et chemin octuple alors que la description traditionnelle ne les conçoit pas divisés. Elle a néanmoins saisi et décrit des voies menant à l'éveil.

Par ailleurs, ces normes bouddhistes proviennent des dires du Bouddha qui ont été mis par écrits et enseignés par les lamas de nos jours.⁷⁹

« Le bouddhisme, si tu veux progresser sur le chemin de l'éveil, eh bien oui, il y a quand même des normes et des choses à suivre. Parce que se calmer, voir clair en soi, développer de la compassion, pas de la pitié, mais de la compassion, tout le monde ne l'a pas de façon innée. Donc, si on veut progresser vers l'éveil, on doit suivre certaines règles et appliquer des choses. (P.8 ;346-350) ».

« Donc, il y a cette initiation et le respect de ces choses, de ces normes, qui est présent si on a le souhait d'avancer dans cette voie-là. (P.8 ;354-356) ».

Différemment, les considérations d'Ama s'intègrent dans cette typologie. De facto, elle énonce un ensemble de normes équivalentes à des concepts. Certains vont jusqu'à être considérés comme des régimes de vérités. Par ailleurs, Ama intègre des règles éthiques, des pratiques. De même, elle ajoute, à son système de références, des individus issus de la tradition dont il faut accepter les enseignements et dires.

En outre, son parcours religieux s'est modifié. Elle est passée d'une transition de l'anglicanisme au bouddhisme. Spécifiquement, elle a rencontré des difficultés à concevoir et à reconnaître la possibilité d'inconduites (péchés) dans l'anglicanisme. Au fur et à mesure, il lui a semblé évident de ne pas avoir de croyances anglicanes. Effectivement elle a éprouvé l'impossibilité de s'abandonner à Dieu et de n'avoir rien à faire en tant qu'individu. Par conséquent, il lui a semblé plus juste de reconnaître une responsabilité individuelle selon l'approche bouddhiste qu'une résignation envers le divin anglican. Cette transition de l'anglicanisme au bouddhisme s'est vue confirmée par la certitude d'actions conditionnées par des vies antérieures et d'actions de cette vie conditionnant le futur.

Son adhésion au bouddhisme l'a mené à accepter des normes éthiques qui guident ses actions au quotidien. Elle mentionne les éléments suivants : ne pas mentir, tuer et faire souffrir.

« On est beaucoup plus consciente des règles basiques de la vie qui devraient être les règles basiques de la vie pour tous les êtres humains, je dirais. (P.7 ;295-296) ».

« Mais si on devient bouddhiste, on prend des vœux quand même de ne pas mentir, de ne pas tuer, de ne pas faire de mal aux autres. (P.7 ;300-301) ».

⁷⁹ Dans un point plus tardif de cette recherche, la nécessité de combiner écoute, réflexion et méditation a été posée. Ici, Léa ne semble pas penser la question de la réflexion. Cette dernière est pourtant vitale pour adapter un enseignement à des considérations individuelles.

On peut néanmoins noter une incohérence dans sa définition de ce qu'est le bouddhisme. En effet, elle ne le considère pas comme religieux ni prescrivant des règles éthiques tout en en mentionnant quand même, notamment dans cette citation déjà susmentionnée :

« Donc il n'y a pas, comme dans les religions, des règles fixes, à part, bien sûr, les règles basiques, mais qui sont là pour mener sa vie, son existence terrestre (P.10 ;438-439) ».

Par ailleurs, une description du normatif tout particulièrement importante pour Ama concerne la forte nécessité de croire et d'intégrer, dans le vécu, des concepts de traditions bouddhistes. Ajoutées aux autres conceptions, les normes sont comprises comme un ensemble de concepts nécessitant adhésion et compréhension durant l'ensemble de l'existence. Elle mentionne les trois joyaux et les quatre nobles vérités.

Il y a similairement lieu de consentir et de reconnaître les yidams ainsi que l'émanation éveillée de la lignée *Kagyü*, (le Karmapa). Il faut de même s'appuyer sur les dires de maîtres décrivant le réel dans leurs enseignements. Le Dalaï-Lama est mentionné.

Il est finalement insuffisant d'individualiser les êtres et de les séparer. Sa vision est plutôt mise sur l'impermanence et l'interdépendance, vécus comme véridiques pour elle. Ceci l'a conduit à envisager un lien inhérent entre tous les êtres vivants.

« Tant que je me soigne moi, et les miens, c'est assez, c'est bon, c'est bien. En fait, non. Ce n'est pas suffisant. Parce que la vérité n'est pas ça. La vérité est qu'on est tous liés. C'est l'interdépendance qu'on travaille beaucoup dans le bouddhisme. L'interdépendance et puis bien sûr l'impermanence. (P.5 ;205-208) ».

Les pratiques sont pareillement des normes pour Ama. La pratique méditative est un tronc commun normatif du bouddhisme avec des spécificités selon les écoles pour elle. Par conséquent, elle atteste d'une compréhension éthique normative par son adhésion. Notamment, elle parle de normes éthiques guidant son action humaine.

En comparant Ama et Léa, le normatif bouddhiste a été plus facilement accepté pour elles que dans leurs traditions chrétiennes (respectivement anglicanisme et catholicisme). Il n'était pas envisageable pour les deux de devoir s'abandonner à un Dieu. Elles ne pouvaient pas non plus s'aliéner, dans une certaine mesure, au divin sans quelque forme de libre-arbitre individuel qui soit. Une responsabilisation individuelle et un vœu de s'améliorer en tant qu'individu paraît similaire dans leurs expériences.

En attestant de l'existence de normes au sein de cette tradition, elles abordent toutes deux l'existence de concepts, même s'ils ne sont pas similairement cités. De surplus, elles décrivent des pratiques telles que la méditation, ou encore les yidams. Je ne l'ai pas précisé, mais Léa parle bien du rituel de Chènrézi à deux occurrences dans l'entrevue. Précisément, elle conçoit que cette intériorisation du divin apporte des effets performatifs, tels que l'accroissement de présence, de clairvoyance, de vigilance et d'ouverture. Mais encore, là où Ama mentionne une description à caractère moral au sein du bouddhisme, Léa ne le décrit pas. On pourrait dire qu'il s'agit d'un impensé de son côté.

En comparaison avec les apports philosophiques bouddhistes, Léa évoque un des quatre chemins de l'éveil propres au bouddhisme ancien et au *mahāyāna*.

6.2 Du déni des normes : postuler leur relativité, pour tendre vers l'absolu

Deuxièmement, les profils relatifs à une vision qui dénie le normatif dans le bouddhisme concernent tant Rose que Chloé. Rose a entamé son cheminement bouddhiste en réalisant qu'elle était insatisfaite de son existence, ce qu'elle percevait comme étonnant. Cela a été d'autant plus surprenant, car elle avait le sentiment d'avoir tout ce que les normes sociétales disaient qu'il fallait avoir (famille, maison, argent, mari ...). Lors de ses premiers contacts avec le bouddhisme, elle l'a associé à une pratique méditative et à une philosophie non-normative.

Progressivement, elle a perçu l'inutilité d'actions normalisantes, privilégiant juste l'expérience individuelle. Cette dernière a donné accès à un régime de vérité éprouvé. Similairement, elle considère qu'une représentation et une constitution de normes bouddhistes s'intériorise plus qu'il ne s'impose. De même, elle conçoit que tout bouddhiste détermine lui-même son système normatif d'actes et de pratiques sans juger celui d'autrui.

Il y a, dit autrement, absence, voire opposition d'impositions de normes de soi à soi ou d'autres à soi. Pareillement, les balises normatives bouddhistes ne prescrivent pas l'action individuelle. En soi, elles nous aident à se responsabiliser à partir d'une conscientisation accrue d'intentions et d'effets des actes sur pleins de principes généraux. Ces idées tout particulièrement saillantes se dévoilent dans ces verbatims :

« Ce n'est pas des normes. C'est quelque chose que j'ai expérimenté. Je sais, puisque justement, on est tout le temps dans ça, comment dire, je suis tout le temps dans la conscientisation des motivations, des pensées, qu'est-ce qui précède l'acte, les conséquences. C'est tout à fait normal que ce n'est pas une croyance. C'est un constat. (P.5 ;227-232) ».

« Donc encore une fois, ce n'est pas quelque chose que je dois me forcer à respecter ou que quelqu'un doit me forcer à respecter. Je ne le vois pas du tout comme ça. C'est même très loin. C'est même le contraire presque (P.5 ;223-225) ».

Jusqu'ici, on pourrait penser que, chez Rose, une vision du normatif serait présente. Néanmoins, c'est presque le contraire. Elle dit clairement que c'est la pratique répétée, l'écoute et la réflexion de l'enseignement qui mènent à une vision de l'existence où il n'y a plus intérêt à suivre des normes. Elles n'ont plus d'utilités performatives en regard de la progression spirituelle effectuée.

Par ailleurs, il y a nécessité de se départir de plusieurs dualismes. D'une part, une radicalité non dualiste est observable entre intérieur et extérieur. Elle provoque une affirmation d'équivalence entre l'individu et les normes. Au final, cette radicalité mène à penser que même cette égalité doit être transcendée au vu des acceptions précédentes.

D'autre part, la dualité intérieur/extérieur doit être affranchie de toute binarité et être conçue comme nécessaire intériorisation de l'extériorité. Ceci s'opère en intériorisant l'exemplarité externe du Bouddha, menant à rester égal peu importe la situation.

Dans une autre mesure, une autre intériorisation est celle d'une lignée croyante par la pratique du *Guru Yoga*⁸⁰. Cette dernière a des effets pragmatiques liés aux prises de décisions. Le bonheur est similairement à observer dans l'intérieur de l'individu pour lui-même et sa réalisation. Il n'est pas à vouloir trouver à l'extérieur. Rose mentionne même une découverte, par la pratique solitaire, d'un refuge intérieur et d'un bonheur équivalent à des instants éveillés.

Concernant Chloé, une position radicale est clairement exprimée. En effet, nous pouvons parler d'un rapport fortement distancié au normatif avant sa découverte du bouddhisme. Plus spécifiquement, elle décrit un désintérêt du normatif dictant des comportements tant individuels que communautaires. Elle semble attester d'une appréhension solitaire et a-normative de l'existence. Son adhésion n'a pas réellement changé sa vision. Effectivement, elle considère une non-représentation de son affiliation au bouddhisme, et ce de manière formelle.

Au début de son cheminement, elle aborde ses premières interactions avec le bouddhisme à l'âge de treize ans. Elle y a mené des approfondissements solitaires conceptuels après la reconnaissance du lien avec cette tradition par la lecture d'ouvrages. Puis, à trente-cinq ans, elle a eu des échanges avec une communauté. Là-bas, elle y a approfondi les enseignements liés à la pédagogie bouddhiste via des séminaires. Durant ceux-ci, elle a notamment effectué des traductions. L'aspect normatif lui a plu, car son adhésion a été favorisée par une injonction à expérimenter les acceptions doctrinales avant de les croire. Cette acceptation la mène à considérer que le bouddhisme est absent de dogmes. En effet, il y a nécessité de l'expérience et de la connaissance individuelle menant, elles, à la foi.

⁸⁰ Dans le bouddhisme *vajrayāna*, le *guruyoga* (tib. *bla ma'i rnal 'byor*) est une pratique dite préliminaire. Elle est considérée comme la plus essentielle et privée, c'est-à-dire en son for intérieur, du pratiquant. De plus, il faut la répéter durant toute la voie. Concrètement, le « maître-racine » est appréhendé comme un bouddha en face du pratiquant. Il s'agit de lui dévouer une « prière en sept branches, des prosternations, des louanges » et des vœux afin de récolter ses consécration de qualités. Ensuite, l'humain visualise que des rayonnements resplendissants émanent de son front, sa gorge et son cœur pour se diriger dans « ses propres centres », clarifier par conséquent son corps, sa parole et son esprit. Par après, le maître se mêle au cheminant qui expérimente « l'esprit de sagesse ». De manière traditionnelle, il est conseillé de répéter et de réaliser cette pratique cent mille fois (ainsi que les quatre autres pratiques préliminaires) pour entamer la voie directe du *vajrayāna* ou du *dzogchèn*.

P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome III, le bouddhisme Vajrayāna*, p. 133. Lorsque Rose aborde les conséquences de sa pratique du *guruyoga* sur ses prises de décisions, nous pouvons émettre l'hypothèse qu'elle tend à cet esprit de sagesse. Dans la description traditionnelle, on voit bien cette idée d'intérioriser et de ne faire qu'un avec son maître, c'est-à-dire sa propre nature de bouddha.

Un autre aspect mentionné concerne les rituels et les pratiques. Concernant ces derniers, il y a une affiliation empreinte d'une certaine distance. En effet, Chloé ne s'engage que faiblement dans les rites bouddhistes, étant donné ce qu'elle considère comme leur futilité et la pluralité de pratiques plus adaptées à son cheminement. Individuellement, elle n'est pas touchée par les rituels, car leurs applications collectives ne rendent pas compte de la profondeur bouddhiste. Cette dernière est pour elle plutôt conséquente des lectures d'enseignements individuels. Cette idée se retrouve à deux occurrences. Par ailleurs, elle a fait des pèlerinages en Inde, qu'elle trouva bien futile en raison d'une vision du sacré en tout temps et en tous lieux.

Elle relate cependant des définitions individuelles de normes éthiques issues de la compréhension normative de la tradition. D'une part, les actions morales sont infiniment valides et plurielles. Ceci signifie que l'éthique est dictée par l'individu. Néanmoins il y a une condition de saisir le fonctionnement du réel issu de la tradition bouddhiste. De facto, cette compréhension lucide du réel induit des injonctions d'utilités envers tous les êtres. D'autre part, les points clés normatifs éthiques bouddhistes sont liés au physique, à l'oralité et au spirituel (on retrouve ici le triptyque corps-parole-esprit propre aux bouddhismes).

« (...) alors que si on comprend comment les choses fonctionnent, on va agir positivement pour le bien de soi-même et le bien des autres, et à ce moment-là, toutes les règles morales se justifient. (P.4 ;144-146) ».

« Il y a les règles morales positives. Si on comprend que quelqu'un veut vivre avec un animal, on va le nourrir, on va l'aider. S'il est malade, on va le soigner. Si on a une personne qui a des problèmes, on va essayer d'aider cette personne. Si elle est dans le besoin, plutôt que voler, on va donner. Donc ça c'est les règles positives. (P.4 ;162-166) ».

En outre, Chloé atteste d'une absence radicale de vision normative du bouddhisme qu'elle envisage de manière tout à fait absolue. Ce dernier terme signifie au-delà de la conceptualisation. Par exemple, elle aborde la nécessité d'éradiquer les normes potentiellement présentes sur le chemin pour atteindre cette vision absolue. De même, il faut se départir du normatif s'il coince sur le chemin. Certes, il y a pour elle une nécessité relative de la tradition conceptuelle, mais elle doit nécessairement être transcendée pour ne pas tomber dans le dualisme. Selon cette pratiquante, la finalité bouddhiste est équivalente à l'éveil. De facto, une vision dualiste et normative de l'existence est futile.

« Je ne l'envisage pas. En définitive, l'objectif, la bouddhéité, c'est dépasser toute norme. C'est être au-delà de tout dualisme. C'est être sans espoir et sans peur parce qu'on est passé au-delà de tout ça. Je crois que non. (P.5 ;195-197) ».

Par conséquent, le normatif est nécessairement relatif pour Chloé. Il s'apparente à des normes relatives au gré des stades différentiels dans lesquels se situent les individus, sachant que la pédagogie bouddhiste doit être omise d'attachements et d'attentes.

En comparaison, les idées clés de la pensée de Rose sont la non-pertinence du normatif depuis le début de son cheminement bouddhiste, l'injonction à ne pas interférer sur le parcours spirituel d'autrui et l'exigence de dépasser une vision binaire de l'existence sur plusieurs plans (intérieur/extérieur, individu/normes potentiellement).

Premièrement, et de manière comparative, on peut noter que les deux femmes conçoivent les actions morales comme le produit d'une vision et d'un libre arbitre qui sont propres à tout individu. Rose approfondit cette acception en induisant qu'il ne faut pas normer ni sa propre action ni celles des autres pratiquants bouddhistes. En induisant qu'il faut plutôt user d'une approche du réel conséquente de la compréhension du bouddhisme et des pratiques spirituelles, la vision de Rose se rapproche de celle de Chloé. Cette dernière invite à considérer que si la vision est celle de l'absolu, les actions qui en découlent sont nécessairement justes. Ces actions sont cependant différentes en fonction des individus qui les effectuent.

Ensuite, un autre élément de comparaison est l'affranchissement de l'idée de normes. Chloé suggère que les normes existent, mais que de manière limitée et selon une appréhension relative du réel. Rose arrive plus ou moins à la même conclusion, mais en mettant en exergue l'absence de différence entre l'individu et les normes. Ceci qui mène à ne pas envisager cette dualité en définitive.

Enfin, toutes deux privilégient l'expérimentation vérifiable par l'enseignement et pas l'enseignement donnant lieu à la pratique. Rose sans s'apparenter à la vision de Chloé, aborde son expérience personnelle sur ce sujet. Elle en est arrivée à un point où une confiance s'est installée par la pratique. Cette confiance dépasse la compréhension intellectuelle à la suite d'enseignements divers.

« J'ai commencé à développer la confiance dans le bouddhisme, même pour des choses que je ne comprenais pas, en ayant expérimenté que ce qu'on m'avait dit s'est révélé correct, de par mon expérience. (P.8 ;338-340) ».

Retenons similairement la comparaison entre la description du Guru yoga de Rose et les acceptions philosophiques bouddhistes. Il y a similarité entre la vision libérale liée aux prises de décisions de la pratiquante et l'esprit de sagesse proposé.

6.3 De l'oubli du normatif dans le bouddhisme, vision impensée

Finalement, la troisième sous-partie aborde un rapport porteur d'impensés relatifs aux normes. Les propositions d'Aude rentrent dans cette catégorie. De fait, cette pratiquante s'est notamment affiliée au bouddhisme en raison de ses caractéristiques vécues comme souples et tolérantes. Néanmoins, sa vision du normatif est peu envisagée liée aux spécificités de la tradition bouddhiste elle-même.

En effet, les normes correspondent, entre autres, à des pratiques et des rites peu précisés. À cet égard, elle ne mentionne que la méditation. Pareillement, elle conçoit le normatif comme équivalent aux termes bouddhistes de compassion, de vacuité et d'impermanence. Ces normes proviendraient de compilations des dires du Bouddha, du culturel et de la transmission de maîtres à disciples de manière orale jusqu'à aujourd'hui.

De surcroît, durant l'entretien, ses opinions oscillaient entre obéissance à une éthique normative bouddhiste peu décrite et le besoin de réfléchir à son consentement.⁸¹ Elle voyait la double nécessité de se conformer à une forme de civilité dans les centres et à ce que le collectif fait lors de pratiques. Mais, presque à l'opposé, elle a indiqué la nécessité d'interroger ses conceptions concernant la tradition ainsi que le consentement potentiel qui y est lié. De même, elle a eu deux points de vue différents en disant qu'il fallait d'abord fournir un effort d'interrogation et de réinterrogation des paroles du maître pour finalement y consentir.

⁸¹ Relatif au triptyque écoute, réflexion et méditation, Aude balance entre écoute simple d'une parole de maître sans réflexion et nécessité d'y réfléchir. Dans ces extraits, notons qu'elle n'aborde pas la notion de méditation. Ce dernier point est à comprendre comme avènement d'apprentissages dans l'expérience.

Par ailleurs, elle perçoit tant l'inutilité que l'absence de normes dans le bouddhisme. Le normatif est, pour elle, non pertinent, étant donné qu'elle estime ne pas devoir s'affirmer et/ou s'afficher comme bouddhiste en tant que tel. Par conséquent, c'est un devoir de s'affilier et d'adhérer à des critères communs. Néanmoins, elle ne fait certainement pas coïncider non plus affiliation au bouddhisme et soumission aux normes. Le normatif est très faiblement important en regard du vœu de s'améliorer personnellement dans une collectivité dite 'bouddhiste'.

« Moi, je n'ai pas de problème par rapport à la norme. C'est un choix. Je n'entre pas dans un cadre normatif. Enfin, je n'entre pas ... Personne n'a à entrer dans un cadre normatif. À partir du moment où c'est très personnel, le choix d'un culte, le choix d'une religion, c'est très personnel. Pour moi, en tout cas, ça l'est. Me concernant, je ne pense pas que je doive dire que je suis bouddhiste. (P.8 ;361-365) ».

Finalement, Lisa semble être dans un entre-deux concernant la première et la seconde catégorie. De facto, elle s'affilie à la nécessité de reconnaître du normatif, mais elle a des problèmes à le comprendre pour plusieurs raisons. D'une part, elle a mentionné avoir d'énormes difficultés avec les impositions sociétales de ce que sont la normalité et le beau. On peut noter qu'elle réduit les normes sociétales à des prescriptions d'appareils et de conduites individuelles. Elle mentionne comme des devoirs subis le fait de s'habiller et d'adopter des comportements spécifiquement féminins. Elle a dû trouver un juste milieu entre nécessité de normes sociétales et ajustement à ces normes vécues comme oppressantes. Durant son existence, il lui a été impossible à certains moments de s'ajuster à certaines normes, tant celles-ci étaient vécues comme absurdes. Cette absurdité l'a menée à de l'isolement. Elle considère toutefois que les normes sont nécessaires au bien commun. En ce sens, elle se rapproche de la vision normative nécessaire de l'existence, comme Léa. Toutefois, en regard des idées précédentes, elle vit plus le normatif comme éprouvant que comme nécessaire.

En addition, lors de sa première visite dans un temple bouddhiste, elle a ressenti un sentiment d'étrangeté et d'incompréhension. Ces deux éléments se rapportent à la rencontre individuelle bouleversante du bouddhisme et à l'éthique normative des autres pratiquants. C'est comme si un grand écart s'était dévoilé entre sa voie spirituelle individuelle, guidée par l'étude, et le sentiment de violence ressentie vis-à-vis des autres pratiquants.

Par ailleurs, elle aborde en grande partie certaines difficultés d'intégrer son individualité à une collectivité vue comme étrangement bouddhiste. Elle a notamment senti de l'incrédulité face aux diversités de manières de pratiquer et de ne pas pratiquer, ne lui donnant pas envie de se conformer.

Elle a touché un mot sur une absence de remises en question de soi à soi et envers autrui, par certains pratiquants, mais aussi de comportements pouvant ne pas être associables au bouddhisme, selon elle.

Ceci semble concerner le volet lié à l'éthique bouddhiste dans la réalité de ce qu'elle a expérimenté. En ce sens, Lisa ne sent pas de résonance entre ses actions conséquentes d'une vision bouddhiste et la réalité d'une communauté d'autres pratiquants avec d'autres manières d'envisager ce que sont de bonnes actions morales. On est ici plutôt dans la seconde catégorie où l'inclination tend vers un rejet des bouddhistes, de leurs apparats et de leurs manières de pratiquer.

Une troisième raison relative à la difficulté de saisir les normes se rapporte au manque d'encadrement qu'elle a vécu. Elle a ressenti un manque de balises normatives ne permettant pas son intégration dans le cheminement bouddhiste de manière aisée. D'une part, il lui a manqué de l'accueil pour arpenter la voie bouddhiste et l'appliquer pour le bien de tous. D'autre part, elle met en exergue les dangers de permettre une pratique avancée à tout un chacun sans être ni intégrée ni suivie.

En outre, Lisa a ressenti l'impossibilité de s'affilier à une pratique sans la comprendre et la répéter comme les autres. Elle l'a mentionné à deux occurrences.

Elle perçoit encore maintenant des difficultés croissantes pour saisir et appliquer les codes traditionnels et bénéficier d'un suivi spirituel par un maître. Elle attribue cela à des divergences linguistiques entre individus et lamas. Un autre élément la menant à penser de cette manière réside dans l'idée qu'il y aurait une absence d'intermédiaires pouvant favoriser le lien entre maître et pratiquant.

De facto, Lisa se sent isolée face aux conséquences des pratiques qu'elle effectue (menant à une forme de désengagement) sans aide d'un maître pouvant clarifier ses expériences spirituelles. Ici, les balises normatives tendent à être déniées, car pas adaptées à ses demandes répétées.

En résumé, concernant ce que sont concrètement les normes pour elle, Lisa oscille entre tensions, insatisfactions et nécessité d'adhésion. Nous pouvons le remarquer dans sa conception des normes réduites à des comportements imposés, mais pas d'emblée précisés dans les instituts. Pour elle, il n'y a pareillement pas de références morales communes claires.

« Moi, dans les centres, on retrouve des normes conscientes et inconscientes au niveau de comment se comporter dans un centre, qu'on l'ait étudié ou pas étudié. Là, oui, il a attendu d'avoir certains comportements, certaines démarches et pas d'autres. (P.6 ; 243-246) ».

« Et alors, il n'y avait pas, par exemple, une charte à suivre, un code d'éthique. Ça, ce n'était pas présent dans le centre. Par exemple, moi, je me suis proposée comme bénévole. On ne m'a pas dit, voilà, à partir de maintenant, si tu viens ici comme bénévole, tu t'engages aussi à respecter les règles du bouddhisme. Enfin, ce qui est recommandé. (P.7 ;298-302) ».

En conclusion de cette partie, on peut observer que les normes sont vues comme complexes. Elles sont perçues comme tantôt nécessaires, tantôt incomprises, tantôt comme aberrantes. Elles ne sont pas réellement appréhendées comme étant susceptible d'élever les pratiquantes et de les faire advenir plus pleinement humaines. Les normes bouddhistes ne sont pas une spécificité de cette tradition selon le point de vue de Lisa, c'est-à-dire qu'elle réduit les normes à des comportements moraux et à des manières de se vêtir (normes que l'on peut observer dans la société). De surcroît, un grand besoin d'expérimentation est nécessaire selon elle pour qu'elle accorde sa confiance. Ceci nous fait penser à ce que Rose effectuait au début de son chemin, c'est-à-dire la nécessité de la pratique avant de s'en remettre à une confiance quasi totale envers ses maîtres spirituels qui lui prodiguaient des enseignements. Elle n'a plus eu besoin d'expérimenter pour être convaincue. Rose et Lisa ne sont pas d'accord sur cet élément.

7. Des intériorisations différenciées de la tradition bouddhiste

Dans cette sous-thématique, une focalisation sur l'intériorisation de pratiques sera menée afin de percevoir le caractère transformateur que ces cheminements spirituels peuvent avoir sur les pratiques des interviewées. Nous aborderons d'abord les passages qui s'opèrent des croyances et conceptualisations vers des régimes de vérités totaux ou partiels (c'est-à-dire liés seulement à un élément conceptuel). Ensuite, nous nous focaliserons sur comment les incorporations de pratiques (méditatives et autres) engendrent des conséquences sur le plan de l'individu. Spécifiquement, une focalisation sera effectuée sur la manière dont il se perçoit et se vit, c'est-à-dire concernant son passé, son auto-définition, la nécessité de vivre pleinement De même, une partie sera dédiée aux rapports des autres êtres présents dans l'univers.

Tout d'abord, Mellor avance comme thèse que se focaliser sur l'expérimentation mène à appréhender le caractère « incarné » des croyances et des pratiques. Ajouté à cela, se concentrer sur l'expérience permet de concevoir une particularité du religieux. Ceci permet de le délimiter en lien avec ses modalités culturelles. Concrètement, l'auteur organise sa démonstration en six modalités d'incorporations.⁸² Il y a respectivement les corps émotionnel, perméable, apprenant, mimétique, en pleine conscience et mondial. ⁸³ Nous n'aborderons que deux catégorisations (émotionnel et apprenant) qui sont liées à notre terrain d'étude.

Cependant, réduire uniquement l'expérimentation à travers le corps fait l'impasse sur un élément crucial du cheminement bouddhisme. Autrement dit, l'incorporation se colore de limites en la rapportant à notre objet de recherche. Effectivement, le bouddhisme est une voie spirituelle et concerne du coup avant tout l'esprit.⁸⁴ Le passage par l'expérimentation corporelle ne peut être que transitoire. Pour saisir les réalités de ces pratiquantes, il faut faire conjointre corps et esprits dans cette recherche et ne pas s'en tenir qu'au premier élément.

⁸² P. MELLOR, « Incorporation, émotion et expérience religieuse : religion, culture et corps charismatique », dans J. A. BECKFORD, N. J. DEMERATH (éds), *Le manuel Sage de sociologie de la religion*, Londres, Publications Sages, 2007, p. 587-588.

⁸³ P. MELLOR, « Incorporation, émotion et expérience religieuse : religion, culture et corps charismatique », p. 587.

⁸⁴ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, Paris, Éditions du Seuil, 2013, p. 17.

En ce sens, la conception de « transcendance immanente » de Simmel paraît pertinente pour penser les spécificités propres du bouddhisme. En effet, le geste est de passer du transcendant au transcendantal. Ceci permet de faire conjoindre transcendant et immanent à la conscience. Ceci mène à percevoir la religion comme un « état d'esprit » ou une « expression de l'âme ». Cette conception s'accompagne de la nécessité d'élaborer une vision des religions comme actions constitutives du sujet qui expérimente le divin « de l'intérieur ». On parle alors, dans un certain sens, de religiosité.⁸⁵

L'élément ne pouvant s'intégrer dans le bouddhisme est l'idée d'expérimenter le divin. De fait, comme on l'a vu, cette tradition est non théiste et permet aux pratiquants d'expérimenter la nature de leur esprit. Cependant, les autres éléments permettent de penser l'intériorité comme des expériences religieuses singulières en faisant conjoindre la transcendance et l'immanence.

Dans une autre mesure, la tradition bouddhiste parle de « moyens habiles. » Des techniques tant corporelles que spirituelles y sont intégrées. Concrètement, pour surpasser les écueils des cheminements, des méthodes sont exposées diversement selon les écoles. Elles permettent de s'attarder sur les « conditionnements » et « obscurcissements » individuels. Les pratiquants vont sélectionner les dispositifs les plus pertinents selon leurs conjonctures propres.⁸⁶ Ceci permet d'observer la pluralité de voies diverses, bien que les interviewées semblent appartenir à des instituts de tradition similaires.

Dans une perspective complémentaire, il y a lieu de considérer trois aspects du cheminement bouddhiste, à savoir, l'écoute, la réflexion et la méditation. Ils doivent aller de pair. Il faut faire émerger un entendement cognitif des enseignements par l'écoute et le fait d'y réfléchir. Ce dernier élément se comprend comme ce que veut dire l'enseignement à un niveau individuel. Mais si le pratiquant reste fixé à ce stade, il ne sera qu'un érudit. C'est pourquoi la méditation doit être intégrée. Dans cette perspective, elle se conçoit comme amenant à l'apprentissage et à la réflexion « au sein de l'expérience personnelle ».⁸⁷

⁸⁵ F. VANDENBERGHE, « Transcendance immanence dans la sociologie de la religion de Georg Simmel », dans *Revue de sociologie classique*, t. 10, 2010, p. 6-7.

⁸⁶ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, Paris, Éditions du Seuil, 2013, p. 175.

⁸⁷ C. NYIMA RINPOCHE, « Méditation », dans M. BINDER SCHMIDT (éd.), C. NYIMA RINPOCHE, D. TSOKNYI RINPOCHE, *Introduction au Dzogchen: s'engager sur la voie spirituelle selon la Grande Perfection*, Boston, Ranuse, 2002, p. 49.

Retenons ici la nécessité de la pratique individuelle et le nécessaire équilibre entre ces trois éléments. On verra s'ils sont envisagés ensemble ou séparément par nos interlocutrices, dans la progression de la recherche.

7.1 Intérioriser les croyances, les émotions et les vérités

La première catégorie de Mellor est d'ordre « émotionnelle » et constitue le fondement des catégorisations suivantes. En s'alignant sur le point de vue de James et Durkheim, les croyances religieuses sont vérifiées par l'expérimentation du religieux. À cela, s'ajoute une valence émotionnelle qui est prédominante pour l'accès aux concepts et aux sens.⁸⁸

McGuire paraît aller dans le même sens. En effet, cette chercheuse se concentre sur la religion expérimentée. En ce sens, elle dépasse la conception de ce qu'est le religieux selon diverses institutions religieuses. Du coup, elle s'appuie sur la phénoménologie mettant en avant la « perception de la religion ». Cette dernière expression vise tant à élargir la focalisation sur les croyances que le perfectionnement de la vision scientifique d'un chercheur observant ces expérimentations. Concrètement, le concept de pratiques « incarnées » ou « incorporées » se pense comme une mise en exergue de rituels et de pratiques significatives dans lesquelles les interprétations spirituelles sont implantées corporellement. Ce dernier est le média de ces actes.⁸⁹

Retenons que le corps émotionnel permet d'observer les différentes articulations entre émotions, intériorisation et vérité effectuées par les interviewées. Concrètement, le véridique peut être conséquentiel d'expérimentations intériorisées ou d'exemplarité du Bouddha. Néanmoins et comme dit en introduction, l'intériorisation ne se pense pas comme uniquement corporelle, mais également spirituelle. Dans cette optique et sur base de l'analyse de nos entretiens, l'émotionnel sera plus appréhendé comme support de modification de l'être plutôt que comme stimulé par l'expérientiel incorporé.

⁸⁸ P. MELLOR, « Incorporation, émotion et expérience religieuse : religion, culture et corps charismatique », p. 590-591.

⁸⁹ M. B. MCGUIRE, « Expériences sensorielles, individuelles, sens socialisés et religion vécue au quotidien », dans *Social compass*, t. 63, 2016, p. 153.

En se rapportant à notre terrain et, lié aux questions normatives, Rose relate les représentations et constitutions intérieures de normes bouddhistes. Corolairement, la vérité tend à être éprouvée par des expériences individuelles et non par des actions déterminées sur le plan normatif. Pour ce faire, Rose mobilise les idées intériorisées d'admettre, reconnaître et tolérer inlassablement ses failles. Ceci permet d'évoluer dans la voie bouddhiste. Dans la même veine, Rose intériorise l'exemplarité externe de la vie du Bouddha, ce qui lui permet de rester égale peu importe la situation.

On doit être conscient de ce qui se passe. On doit être conscient et, lorsqu'on remarque qu'il y a une pensée, une émotion dont on n'est pas fier, on creuse, on comprend, on essaie de voir quelle est la saisie égotique qui est à la base de cette pensée ou de cette émotion. On la regarde, on essaye de l'appréhender, de l'accepter, mais aussi de la comprendre. Et en fait, en faisant ça tout le temps, peu à peu, ça change. En fait, c'est ça le processus transformatif dans le bouddhisme. (P.4, P.5 ;183-189).

Ça m'aide toujours à mener, par exemple, l'image de Bouddha devant moi lorsqu'il y a des émotions fortes pour avoir l'équanimité. Aussi bien positive que négative. Se dire qu'il ne faut pas s'emballer lorsqu'il y a quelque chose d'extraordinaire qui se passe, parce qu'en fait, si on a trop d'attente, trop d'espoir, on finit toujours par se prendre un mur. Donc, il ne faut pas partir d'un côté ni de l'autre. C'est la voie de milieu. (P.9 ;417-421).

Une autre voie permettant de se rapprocher de sa vision de la vérité est l'intériorisation de concepts. Elle mentionne notamment le *karma* qui, en étant intérieurement approprié et expérimenté, la conduit à le concevoir comme vrai. Ce processus lui permet également d'éviter les souffrances.

Ce récit individuel traite des émotions, mais comme support de modification de l'être plus que comme une expérience émotionnellement exaltée. Concrètement, les émotions sont supports d'observation pour arpenter le chemin spirituel bouddhiste et tendre vers le vrai. De fait, Rose n'accorde pas à ses perceptions sensorielles ni à ses émotions une réalité en soi. De manière répétée, elle observe finement et remet en question ces dernières.

Aude va similairement dans le sens d'un apaisement de l'émotionnel, fruit de la pratique méditative. En ayant expérimenté la méditation, elle sent que ses visions émotionnelles sont moins impulsives, plus lucides et liées à l'ici et maintenant. Cette pratique, vécue comme essentielle, lui donne plus de souplesse d'esprit dans son quotidien.

Et par la méditation, effectivement, cela peut m'aider à comprendre toutes ces émotions, tout ce qui passe, tous ces moments fugaces qui ne font que passer, ne jamais s'y arrêter, de mieux comprendre l'instant présent, le moment présent, s'arrêter au passé, au futur, tout ce que l'on peut comprendre par rapport à ça. (P.2 ;58-62).

Dans les dires de Léa, on peut remarquer une forte description de l'intériorisation de normes externes bouddhistes. Elle mentionne des concepts, des rites et des pratiques. Tout comme Rose, elle intériorise ⁹⁰ les concepts bouddhistes de lucidité d'esprit et de vigilance menant à ne pas s'accrocher aux émotions et moins souffrir. Comme Aude et Rose, on retrouve de facto la même idée d'observer l'émotionnel menant à ne pas s'y accrocher et à en pâtir. Elle témoigne similairement d'une progression normative externe (méditation menant à l'octuple sentier) pour cheminer vers la nature interne de Bouddha. Cette dernière est conçue comme adéquate.

Et notamment, il y a la méditation qui est un des piliers les plus importants. Et de cette méditation viendra ce qu'on appelle l'octuple sentier, qui est de, grâce à ça, d'avoir des intentions justes, des pensées justes, des paroles justes, des actions justes. Et que de ces quatre choses, chacune développera des choses qui seront justes et qui nous amèneront à vivre et à devenir nous-mêmes, de trouver en nous ce bouddha (P.8 ;350-354).

Dans une autre mesure, les propos de Lisa, en regard des deux derniers points de vue abordés, semblent encore plus englobants au niveau existentiel. De fait, Lisa a réalisé le caractère fortement transformateur de ses pratiques de méditation concernant la dimension de l'être. Cette dimension va jusqu'à être envisagée comme de l'accès à un ordre de vérité religieuse en tant que telle.

Et alors, en parallèle, comme je méditais beaucoup, il y avait tellement de choses qui bougeaient que... Moi, je me suis dit, c'est pas possible qu'il n'y ait pas une vérité là parce que ça bouge tellement que... Il se passe tellement des choses que j'ai pas connues et je pense qu'à un moment donné, il y a eu une espèce de juxtaposition comme ça de divers éléments à un instant T qui ont fait que je pense que c'est la... Je ne sais pas... Je pense que je peux dire aujourd'hui que c'est la foi qui a émergé. Je pense. (P.5 ;207-213).

En comparaison avec la vision des émotions comme support de modification de l'être, Lisa ne rentre pas totalement dans le même schéma. Elle n'aborde pas réellement de dépassement de ces perceptions et émotions perçues comme illusoire. Elle conçoit plutôt une convergence de pratiques méditatives répétées qui ont bouleversé sa compréhension du vrai. C'est comme si un basculement paradigmatique de sa vision du réel s'était opéré.

⁹⁰ Ici, intérioriser s'apparente à de la réflexion, à savoir ce que ces concepts peuvent signifier pour sa vie et comme ils en modifient sa perception.

Avant de comparer ces positions avec Chloé, il faut comprendre que cette dernière a, dès le départ de son chemin de pratiquante, adhéré à l'injonction d'expérimenter et de réfléchir sur des acceptions doctrinales bouddhistes avant même de les croire. Elle a finalement semblé mettre l'emphasis sur la réflexion et l'aspect de méditation plus que sur l'écoute dans un premier temps.

Pour elle, il y a centralité et nécessité de la pratique méditative et de l'expérience. En effet, l'aboutissement bouddhiste et les visions 'éveillées' sont conçus comme fatalement conséquentiels d'une pratique méditative aboutie. Qui plus est, les expériences méditatives s'affranchissent d'une vision simplement conceptuelle du réel. Enfin, la méditation est considérée comme prééminente en tant que pratique expérientielle répétée. Elle mène nécessairement à de la foi considérée comme évidente et résultant de l'expérience.

Par la méditation, on parvient progressivement à prendre conscience justement de ces jeux de l'esprit, de la façon dont les pensées s'enchaînent, etc. Tant qu'on est là-dedans, on est encore limité, on est encore, par nos concepts, par nos... C'est un carcan encore, qu'il faut dépasser. (P.6 ;260-263).

Le concept est important pour arriver à une certaine compréhension. Arriver à cette compréhension, il faut aller au-delà, il faut toujours aller plus loin, jusqu'au moment où on a vraiment l'expérience qui apporte une conviction totale, parce que c'est vécu. (P.6 ;270-273).

Similairement, Chloé semble être passée de la nécessité de pratiquer pour croire à l'expérimentation de la méditation. Cette pratique mène au fruit de son chemin bouddhiste, c'est-à-dire des instants d'une vue éveillée. Mais elle n'aborde pas réellement l'aspect émotionnel lié au concept comme support pour développer des qualités. Ceci est similaire à ce que Rose et Léa disent. En effet, Chloé est plutôt dans une vision radicale où les concepts, ultimement, sont rendus inutiles par la pratique méditative elle-même. Elle atteste néanmoins que les concepts peuvent être une voie d'accès à leurs dépassements. Dit autrement, le relatif peut mener à l'absolu, mais ne constitue pas une fin en soi.

Finalement, elle est plus proche de ce que Lisa décrit comme foi, dépassant le questionnement du croire ou du non-croire. Le doute n'est plus présent, car l'expérience de l'être s'impose comme sans équivoque.

7.2 Passer par le corps et l'esprit pour concilier le soi pour soi

Dans la continuité de la pensée de Mellor, la troisième modalité abordée est le corps « apprenant ». Ce dernier est décrit comme un ensemble d'apprentissages de pratiques éminemment individuelles. Ces dernières ne peuvent être décrites mais plutôt apprises via le corporel. Du coup, l'incorporation est le médiateur permettant au normatif religieux d'avoir des effets de remaniement du sensoriel, de l'émotionnel et de la perception spirituelle. Ceci permet la transmission au fil du temps.⁹¹

Néanmoins, selon une vision épistémologique bouddhiste, accorder une réalité substantielle au réel ne peut mener qu'à de l'illusion. Par conséquent, la théorie des cinq agrégats (tib. *phung-po lnga*) est essentielle pour adapter cette catégorisation à cette tradition.

En effet, cette catégorie permet de recenser les modalités constituant les individus. Concrètement, on retrouve « la forme, les sensations, la perception, les facteurs conditionnants et la conscience »⁹². Là où le premier est de l'ordre de la matière, les quatre suivants se réfèrent au mental. Qui plus est, il n'y a pas lieu de leur accorder l'idée d'un soi. Cependant, de manière illusoire et habituelle, l'esprit associe un des cinq agrégats à un soi. Cette vision, considérée comme inexacte, produit des souffrances et perpétue le cycle des renaissances successives du samsara.⁹³

En conséquence, l'intériorisation n'est pas le seul élément à essentialiser pour remanier ces cinq agrégats. Il faut pareillement observer comment les interviewées intègrent cette théorie des agrégats dans leurs cheminements spirituels. De fait, un focus est à porter sur les conséquences du dépassement d'association de ces agrégats à un soi substantiel.

Comme on le verra, un élément important à retenir est la nécessaire pratique corporelle et spirituelle des interviewées. Ces dernières sont essentielles pour observer les conséquences de cette théorisation bouddhiste.

⁹¹ P. MELLOR, « Incorporation, émotion et expérience religieuse : religion, culture et corps charismatique », p. 595.

⁹² R. E. Jr. BUSWELL, D. S. Jr. LOPEZ, *The Princeton Dictionary of Buddhism*, Princeton, Oxford, Presses universitaires de Princeton, 2014, p. 2024.

⁹³ R. E. Jr. BUSWELL, D. S. Jr. LOPEZ, *The Princeton Dictionary of Buddhism*, p. 2024-2025.

En lien avec cette recherche, le corps apprenant et cette théorisation bouddhiste permettent de déterminer cinq éléments. Il y a les modifications d'appréhension du passé et de tempéraments individuels, le développement différencié de la clarté d'esprit et la reconnaissance de l'absence d'un moi substantiel. Les deux derniers éléments concernent la reconnaissance de la précieuse existence humaine et l'absence d'acte de penser.

7.2.1 Une autre vue sur le passé et son caractère

Tout d'abord, Rose aborde la pratique de *Vajrasattva*. Via sa répétition et la purification individuelle conséquente, elle a adopté un regard très apaisé sur le passé, même des éléments auparavant appréhendés comme douloureux.

La pratique de *Vajrasattva*, qui est la pratique de purification (...). Mais le but de l'histoire, c'est de penser à tout ce qui est négatif qui nous quitte. (...) C'est un petit peu une sorte de confession qu'on se fait à soi-même. (...) Il y a plein de choses du passé qui sont remontées, des choses que j'ai mal faites, dont je me sentais coupable ou honteuse. Et donc, le fait de laver tout ça, d'une certaine manière, ça m'a beaucoup, beaucoup, beaucoup aidée. (P.9 ;385-392).

Tout comme elle, mais au moyen de ses pratiques méditatives, Léa a trouvé prodigieux d'expérimenter une pacification et une clarté de l'esprit en regard de son passé complexe. De même et en lien à ses méditations, elle a été surprise d'opérer une transmutation envers elle-même et les autres. Ceci dépasse la vision d'un passé douloureux. Effectivement, le changement impacte ses interactions dans le quotidien.⁹⁴

Et qu'en m'asseyant tous les jours, en me déposant mon bagage d'activités tous les jours pendant une heure, tout allait changer. Mon attitude, mon approche des choses, la relation avec moi-même, la relation avec les autres (...) (P.5 ;229-232).

⁹⁴ L'hypothèse que Léa aborde une progressivité de l'union de *zhi gnas* et *lhagthong* est plausible. En effet, si cette dernière pratique ne se joint pas à *zhi gnas*, elle n'apporte qu'une stabilisation de l'esprit sans conduire à « la compréhension de la véritable nature des phénomènes (tib. *shes rab*) ».

Zhi) peut être traduit par la « paix » ou « paisible ». *Gnas* signifie « demeurer, reposer ». Mise ensemble, cette pratique induit l'idée de « demeurer dans le calme » sans être distrait par l'agitation mentale ni sombrer dans la torpeur. Autrement dit, il s'agit d'un « état où l'esprit repose paisiblement, concentré sur un seul et même objet ». La vision profonde se réfère au terme tibétain *lhag mthong*. *Lhag* induit l'idée de « supérieur, spécial » et *mthong* se rapporte à la « vision », le « regard ».

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 444-446, p. 533.

Globalement, elle a ainsi vu son tempérament se transformer et s'apaiser simplement par l'écoute de la pédagogie bouddhiste. De plus, les mises en pratiques méditatives ont aidé.⁹⁵

Et bon, nombre de personnes, puisque bon, j'étais quelqu'un qui était un peu irascible, mon caractère a changé sans que je ne fasse rien que méditer. Donc, m'intéresser à cet enseignement du Bouddha et appliquer l'enseignement du Bouddha. (P.4 ;147-150).

Au-delà d'une perception différente de son passé, les tendances colériques de Léa ont disparu grâce à ses seules expériences méditatives.

Par-delà l'écoute d'enseignements externes, Léa évoque tout l'intérêt des prosternations. Ces pratiques corporelles lui ont permis de trouver la quiétude en regard des émotions néfastes.

Je fais mes petits préliminaires, je fais mes prosternations, c'est aussi une chose qui m'apporte beaucoup, de faire mes prosternations, en touchant le sol avec les cinq parties du corps, genoux, mains, front, pour transformer les cinq poisons en cinq vertus⁹⁶, et je sens bien que quand je les fais, c'est incroyable, mais ça m'apporte une tranquillité. (P.12 ;529-533).

7.2.2 Une clarté d'esprit différemment développée

Pour Léa, la lucidité et la disponibilité, citées à deux occurrences différentes, apparaissent à la suite de rites répétés d'intériorisations de la nature 'éveillée'. Cette dernière est reconnue comme étant *Chènrézi*. Ces rites sont réalisés depuis des forces de concentrations visuelles.

Et je suis en train de suivre cet enseignement, et, pour l'instant, je trouve que c'était quelque chose auquel je ne pensais pas, le bienfait que pouvait avoir ces visualisations, cette présence de cette divinité que tu évoques dans ton rituel, et que tu prends en toi. Et puis elle est présente, et pendant ta journée, elle est présente, elle t'aide à être plus clairvoyant, à être plus vigilant, à être ouvert. (P.12 ;524-529).

⁹⁵ Encore une fois, Léa développe l'écoute et la méditation, mais sans l'aspect réflexif propre au cheminement bouddhiste.

⁹⁶ Les cinq poisons (tib. *dug lnga*) sont « l'ignorance, la désir-attachement, la colère-aversion, l'orgueil et la jalousie ». Cette terminologie fait référence aux passions (tib. *nyon mongs*) qui sont des « facteurs mentaux » dérégulant la paix, incitant à des actes néfastes et provoquant de la souffrance.
P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 449.

Similairement, Lisa a senti la possibilité de prendre distance et de ne pas se laisser submerger par les pensées. En outre, elle a expérimenté la clarté d'esprit émerger à partir d'expériences méditatives. Elle déclare, au surplus, de sa capacité à être dessaisie des pensées qui émergent. Ceci provoque moins d'angoisses au fil de ses méditations. Ici, on perçoit les tentatives de dépassement d'association des pensées à leurs existences en soi. Autrement dit, Lisa a intégré, à sa manière, la théorie des cinq agrégats. Pour elle, se départir de ses pensées provoque moins de souffrance.

(...) qu'est-ce que la méditation offre ? De dire, et si je perds mon logement, c'est de se rendre compte de la pensée dans laquelle on est. Et ça, c'est la diminution, l'arrêt des pensées, je pense, qui permet de ralentir ce processus de discursivité, tout au cours de la journée, et là où avant, c'était inconscient, ça passait pas, de dire stop, la pensée est là. Et au lieu d'être happée pour la suivante, et de passer dans la roue infernale, de couper court, de dire, tu verras quand ça arrivera, de perdre le logement, là t'y est pas. (P.17, P.18 ;791-797).

Dans une autre mesure, l'hypothèse a été posée que Léa tendait une forme de progressivité de l'union, décrite dans la philosophie bouddhiste, de *zhi-gnas* et de *lhagthong*.

7.2.3 Affiner son auto-définition et la désubstantialiser (le non-soi)

Les méditations effectuées par Aude lui ont permis de mieux se comprendre, surtout son esprit. Elles l'ont amenée à une vision transcendée de son être au sein du cosmos. Par conséquent, ce dernier n'est plus réduit ni à sa matérialité ni à une existence en soi.

Pour moi, comme je le disais tout à l'heure, c'est vraiment un laboratoire pour comprendre l'esprit et comprendre tout ce qui nous entoure. Ce n'est pas qu'un moment de bien-être. On peut ressortir bien comme on peut ressortir mal. (P.12 ;525-527).

On n'est pas que des... Ça va au-delà, enfin je sais pas, je crois que c'est vraiment au niveau de la spiritualité, ça va au-delà qu'une incarnation terrestre en fait. (P.9 ;409-411).

Par l'expérimentation assidue et l'individualisation de la méditation, Ama en est arrivée à comprendre que l'idée d'un soi est un écueil vers l'absolu. On observe qu'Ama a intégré cette considération liée aux cinq agrégats par l'incorporation et pas seulement par une compréhension théorique.

Et puis, dans le bouddhisme, on se dit attention, parce que ça, c'est une vue personnelle. Ces vues personnelles sont basées sur les conditions, les conditions de sa vie. Et ça ne peut pas être la vérité, ça ne peut être que sa propre réalité, sa propre vérité, qui n'est pas fiable. Donc maintenant, ça, c'est quelque chose que j'ai beaucoup mieux compris. (P.6 ;248-252).

Via leurs pratiques méditatives, toutes deux ont expérimenté qu'accorder une réalité uniquement matérielle à leurs êtres était un frein à leurs progressions spirituelles. Nous pouvons pareillement retenir qu'elles ont toutes deux focalisé leurs observations sur ce qu'était leur esprit.

7.2.4 Sortir du relativisme face au vivant, et s'extasier

À deux reprises durant l'entretien, Ama a pris conscience, via ses méditations, de l'ainsité de l'existence. Cette réalisation l'a menée à estimer le présent.

Et puis, lorsqu'on médite, l'idée c'est vraiment de se mettre à nu et d'être présent tel qu'on est. Et d'apprécier le fait que si on est présent, c'est un cadeau tellement précieux d'avoir une vie et d'avoir une expérience d'une vie, d'une actualité d'une vie. Et ça, c'est quelque chose dans ma méditation de laquelle je suis beaucoup plus consciente qu'avant, je vois la méditation autre. (P.6, P.7 ; 278-283).

De manière plus appuyée, mais dans la même optique, Lisa a incorporé l'opportunité d'être humaine en répétant ses pratiques. Celles-ci provoquent une satisfaction singulière tout en lui permettant de dépasser la réalité en tant que telle.

Et de se rendre compte de, de se rendre compte de cette chance, qu'on commence à le prendre comme ça, plutôt que de toujours, comme avant, j'ai pas ça, j'ai pas ça, j'ai pas ça, mais de dire si, ben, enfin, et in fine, après, pour aboutir, qu'on a la chance d'avoir cette vie, et donc la chance de pouvoir pratiquer le *Dharma*, mais déjà, rien que cette pensée-là, l'impact que ça a de mesurer ça, ben moi ça a un effet, transcendant sur moi, je peux pas le dire autrement. (P.17, 778-783).

7.2.5 Des expériences étonnement peu décrites : l'absence de pensées, l'attention aux cycles spirituels et l'évocation du *Guru Yoga*

Nombre d'expériences habituellement plutôt évoquées ont ici été peu décrites. Entre autres, Lisa est la seule à avoir décrit certains autres effets performatifs de ses méditations. D'une part, elle évoque par exemple des absences de pensées discursives⁹⁷. D'autre part, une autre trouvaille des pratiques méditatives concerne la conscience graduellement accrue de processus spirituels singuliers et même cycliques. Ceci engendre davantage de prédictibilité pour encore mieux gérer ce qui advient. Elle mentionne qu'elle observe pareillement ce point chez les autres humains.

Et donc, je dis au monsieur qui donne les enseignements, je dis mais quand je médite, je ralentis mieux ces pensées ou ce flux. Je dis cinquante fois dans la méditation, je me rappelle, je me rends compte que c'est discursif. Et donc, je ne savais pas quoi faire avec ça. Et lui, il m'a répondu, ça fait cinquante fois que, je ne sais plus la phrase exacte. En fait, ça faisait cinquante fois que j'en prenais conscience et que je lâchais aussi. Et donc, ça a provoqué, la phrase m'a provoqué un vrai déclic. (P.12 ;553-559).

J'avais jamais repéré que chez moi, j'étais soumise à des cycles. Je ne parle pas des cycles hormonaux, hein. Des cycles psychiques. Donc, il y a un événement qui se passe, il y a en fait tout un cycle qui se passe suite à l'événement. Donc, on passe par des phases. C'est des boucles. (P.14 ;630-633).

Rose (et aucune autre pratiquante) décrit un autre phénomène, le *Guru Yoga*. Cette pratique se rapporte à l'intégration de la lignée entière de la tradition bouddhiste. Au cours du vécu, ce rattachement tend à devenir une fusion. Cette intériorisation va jusqu'à l'idée même de son propre maître, que Rose voit en elle. Cet acte répété mène à des effets pragmatiques, tels que la prise de décision.

Alors, il y a le *Guru Yoga*, le fait de se relier à la lignée de transmission qui va du Bouddha jusqu'à mon maître à moi, jusqu'à mon lama et puis vers moi-même. (...) Donc, j'y réfère aussi en cas de difficultés. Lorsque j'ai besoin d'inspiration, par exemple, pour prendre certaines décisions, etc., je me remets quelque part à mon maître. Pas que je leur pose la question, mais simplement parce qu'en fait, on intériorise son maître. Son maître, on l'a là. On l'a à l'intérieur de nous. Donc, en fait, mais lorsque j'ai une question, très souvent, j' imagine cette lignée et quelque part, la réponse vient. Elle vient un peu toute seule. Ailleurs, on appelle ça l'intuition (P9 ;394-405).

⁹⁷ Lisa semble évoquer la pratique de *zhi gnas* (décrite précédemment). Néanmoins, il apparaît que la pratiquante a parfois fait une confusion. En effet, elle a associé absence de pensées comme résultat de la méditation. Néanmoins, la pratique méditative développée est conçue comme repos sur un objet de concentration.

En regard des acceptions philosophiques bouddhistes, il a été émis que Lisa confondait absence de pensées avec résultat d'une pratique méditative. Cependant, la pratique de *zhi-gnas*, qui semble similaire à la description de Lisa, vise plutôt à la détente sur un objet unique de focalisation.

7.3 Des pratiques vécues diversement vers la compassion à visée universelle

De manière semblable, tant Rose que Chloé et Lisa ressentent des effets de bienfaisance, d'aide et de compassion envers tous les êtres composant l'univers. Elles ont néanmoins utilisé diverses pratiques pour arriver à ces attentions.

Rose décrit des pratiques basées sur l'appropriation de la souffrance d'autrui. Elles se prénomment *gtong-len*. En intériorisant ce besoin de soutenir les êtres, elle a expérimenté une utilité symbolique. Cette dernière est en soi un effet performatif pour elle-même.

Parce que très souvent, nous sommes incapables d'aider, (...) On ne peut pas pratiquement faire quelque chose. Mais le fait d'émettre les souhaits, de pratiquer pour cette personne, il y a des pratiques bouddhistes qui sont là pour donner son énergie à quelqu'un et envoyer la bienveillance, le bonheur, etc. Ça s'appelle le *gtong-len*, prendre la souffrance de quelqu'un sur soi. Ce genre de pratique, c'est très utile, en tout cas déjà pour soi, pour aller mieux, pour ne pas se sentir aussi impuissant envers la situation. (P.8 ; 361-368).

Dans une autre mesure, un des effets des pratiques méditatives de Chloé est la transformation de visions inconsciemment jugeantes en focalisations de caractère positif. L'autre transformation concerne des prières bénéfiques à l'égard des autres.

On a tout le temps, sans arrêt, quand on est dans un bus, dans la rue, on voit quelqu'un, on juge immédiatement. On catégorise les gens, on voit leurs têtes. Et en général, notre vision est critique. Au lieu de ça, j'essaie, si ça m'arrive, ça m'arrive de moins en moins, mais si ça m'arrive, de voir les aspects positifs de la personne, de souhaiter tout le meilleur pour cette personne, d'avoir des souhaits positifs le plus souvent possible. (P.7 ; 296-300).

Là où les deux diffèrent, c'est dans l'utilité vécue de Rose par cette pratique de *gtong-len*. Ce sentiment de bienfaisance n'est pas similaire aux seuls vœux émis pour le bien des autres de Chloé. Cette dernière ne semble pas avoir ce besoin d'être utile. Lisa ne paraît pas non plus avoir cette nécessité d'aide. Elle se rapproche plutôt du mouvement proposé par Chloé comme intention. Cependant, elle sent son regard évoluer face à la douleur.

En effet, à la suite de ses méditations, elle a constaté ne pas être seule à reproduire des tendances la faisant elle-même souffrir. C'est le cas de tout le monde. Ceci l'amène à plus d'indulgence dans son quotidien.

En guise de conclusion de cette partie, Genard et Cantelli abordent les « compétences ». Elles sont définies comme résultats de la possibilité d'adaptation d'états complexes et de capacité à supporter les fluctuations. Par ailleurs, elles permettent de « donner et redonner des pouvoirs ».⁹⁸ On a vu que les pratiquantes, fruits de leurs rites, pratiques, réflexions, intégrations ... ont développé des compétences diverses. Ces dernières se rapportent à des trouvailles diverses du vrai. Par ailleurs, de nombreuses qualités spirituelles sont mentionnées et conséquentielles des cheminements bouddhistes. Concrètement, il y a la lucidité, la clarté d'esprit, la non-saisie émotionnelle, l'équanimité et un regard serein sur le passé. On retrouve similairement un apaisement du caractère, des précisions de définitions de l'être, de meilleures prises de décisions ...

⁹⁸ J.-L. GENARD, F. CANTELLI, *Être capables et compétents : lecture anthropologique et pistes pragmatiques*, dans Sociologies, 2008, p. 9.

8. La mobilisation récurrente de concepts expérientiels bouddhistes intériorisés : entre affiliations à la tradition et infinie pluralité de conceptions

Au fil des entretiens, j'ai remarqué que les normes étaient avant tout associées à des concepts issus de la tradition bouddhiste. Nous pouvons observer que ces concepts sont interprétés librement chez les interviewées.

Un terrain anthropologique me permet d'approfondir cette notion de concepts expérientiels depuis un terrain tout à fait différent de ce mémoire. En effet, il s'est déroulé au côté de femmes soufies montréalaises de la communauté *Tariqa Qadiriya Boutchichiya (la Tariqa)*. Leurs préoccupations concernent le « vivre-ensemble », qu'elles insèrent dans ce que les auteurs ont relaté comme « une éthique et une esthétique socio-spirituelles ». Pour cerner leurs conceptions, les chercheurs ont porté leurs attentions sur les interférences entre des notions tout particulièrement importantes pour ces femmes. Mis ensemble, ces objets paraissent constituer une « constellation conceptuelle » comme lecture de l'existence et mode d'agissements. Ceci favoriserait à la fois l'élaboration de l'individu et du bien commun.⁹⁹

Le constat a été posé après les entrevues que les concepts prennent une place centrale et s'intègrent dans les soubassements de la pédagogie « spirituelle » de la *Tariqa*. Avec des différences d'âges, d'unicités, de genres, de parcours et de sociabilisations, toutes font l'effort d'apprivoiser ces concepts, les menant à modifier leurs visions de l'univers, dans leur individualité et dans leurs modes d'agir. C'est dans le vœu de les appliquer que les auteurs parlent de concepts « expérientiels ».¹⁰⁰

Les interviewées de cette étude mentionnent similairement le danger de ne voir les concepts que dans leurs aspects théoriques. Pour elles, il faut les aborder comme étant avant tout au service de pratiques donnant à voir des « religiosités » qui orientent les rapports entre individualités, altérités humaines et divin.

⁹⁹ A. MEKKI-BERRADA, K. BEN DRISS, C. ROUSSEAU, « Être musulmane et sujet éthique et spirituel, vivre-ensemble et autres concepts expérientiels mobilisés par des soufies montréalaises », dans *Anthropologica*, t. 65, 2023, p. 2-3.

¹⁰⁰ A. MEKKI-BERRADA, K. BEN DRISS, C. ROUSSEAU, « Être musulmane et sujet éthique et spirituel, vivre-ensemble et autres concepts expérientiels mobilisés par des soufies montréalaises », p. 9.

Dans ce sens, les concepts expérientiels sont des « abstractions qui sont plus agies que dites, plus difficiles à mettre en mots qu'à en faire l'expérience subjective. Des concepts guidant la transformation de soi et des rapports à l'autre. ».¹⁰¹ À cela, le concept peut, de même, être perçu comme « incorporé ». Ceci signifie passage de l'abstraction à la mise en mouvements pluriels, mais sans tomber dans une forme d'éternalisme ne prenant plus racine sur le concept.¹⁰²

En citant ce travail de terrain remarquable, l'idée est de traduire la notion de « concepts expérientiels » et de l'appliquer à notre terrain en le considérant de plusieurs manières. Ils sont à la fois affiliation et lien entre une individualité (avec ses compréhensions et son cheminement spirituel propre) et une tradition religieuse porteuse d'une richesse conceptuelle. Nous verrons au fil de l'analyse que ces concepts sont également utilisés comme balises pour évoluer dans l'existence. Par ailleurs, les concepts peuvent être motifs d'adhésion à la base de la voie spirituelle bouddhiste.

8.1 Interprétations polysémiques du *karma*

En appliquant cette notion de concepts expérientiels à notre terrain, le terme *karma* (*tib. las*) est pertinent, car il semble révéler une polysémie d'interprétations en fonction des femmes questionnées. Premièrement, Rose ne semble pas tellement se référer à beaucoup de concepts en comparaison à Lisa, par exemple. Toutefois, elle considère le concept de karma comme compréhension de la réalité menant à la souffrance.

« Mais encore une fois le bouddhisme ne m'a imposé aucune norme **à part** cette simple compréhension du fonctionnement du *karma* et c'est un constat (...). Donc je sais moi-même que je suis dans une émotion qui est provoquée par l'orgueil, la jalousie, ou je ne sais pas moi, le désir d'avoir quelque chose ou je ne sais pas quoi. Je sais que ce truc-là va me faire du tort, je le constate. (P.6 ;261-266). »

Rose aborde pareillement le *karma* comme une évidence de son lien au bouddhisme par l'expérimentation de ce concept entre sa vie actuelle et des vies passées. La réalisation de plusieurs renaissances successives semble liée au *karma* pour elle. Cette réalisation est tout autant un moteur d'appréhension et de réalisation qu'elle a expérimenté dans un certain nombre d'existences.

¹⁰¹ A. MEKKI-BERRADA, K. BEN DRISS, C. ROUSSEAU, « Être musulmane et sujet éthique et spirituel, vivre-ensemble et autres concepts expérientiels mobilisés par des soufies montréalaises », p.20.

¹⁰² A. MEKKI-BERRADA, K. BEN DRISS, C. ROUSSEAU, « Être musulmane et sujet éthique et spirituel, vivre-ensemble et autres concepts expérientiels mobilisés par des soufies montréalaises », p. 19-20.

En comparaison, Lisa va énoncer les concepts de *karmas* et de tendances karmiques. Cependant, ils sont colorés d'une interprétation personnelle. En effets, les normes sociétales sont le produit d'une majorité de tendances karmiques individuelles. Nous pouvons noter que ces concepts sont peu définis en regard de la tradition religieuse, mais plutôt interprétés.¹⁰³

« Ce ne sont pas des normes sociales étiquetées par une société donnée. C'est implicite dans la société, mais c'est quand même la société qui construit ce type de normes sur base, finalement, des cinq poisons, je crois. Parce que si on creuse un peu, on est sur des questions mondaines et de jalousie et de supériorité, en fait, quand on est là-dessus. (P.9 ;380-384). »

Dans une autre perspective, mais toujours liée aux tendances karmiques, Lisa sent se développer en elle une vision affranchie de ces tendances, menant à considérer plus de libération de l'esprit. Encore une fois, elle ne détaille pas ce que sont les tendances karmiques selon la tradition bouddhiste.

Ainsi, nous pouvons voir les différences de points de vue entre Rose et Lisa. Pour la première, le *karma* sert à mieux comprendre l'existence, les renaissances successives et les souffrances qui y sont liées. Pour la seconde, le karma et ses tendances servent à décrire la réalité, mais pas similairement. En effet, elle atteste que les normes de la société sont construites à partir des cinq tendances fondamentales humaines. Cela qui lui permet, en tant qu'individu, de parvenir à se définir en s'opposant à ces normes collectives.

¹⁰³ De manière générale et pour les trois mentions diverses du *karma*, on retrouve bien l'idée d'expliquer le réel et de mieux le comprendre. Léa use du *karma* pour saisir les enjeux liés à la souffrance et Rose pour penser ses existences. Lisa le mentionne afin de décrire la société dans laquelle elle s'inscrit. Pour la tradition bouddhiste, il s'agit d'un système d'actes et de conséquences distinguant les comportements 'moraux' (liés au corporel, au spirituel et à la communication orale) menant à l'épanouissement futur et les actions non édifiantes produisant inéluctablement de la souffrance. Le Bouddha catégorise cette dualité en une typologie quadruple. En effet, il différencie les agissements en vue du salut (tib. *dge ba*), les nuisibles (tib. *mi dge ba*) qui mènent à des conséquences néfastes, les combinées avec des résultats mélangés qui ont des répercussions en partie néfastes ainsi qu'en partie fructueuses et celles « indéterminées » (tib. *lung ma bstan*). En lien avec ce terme, on retrouve aussi l'action ou acte motivé (tib. *las*). Il s'agit de deux éléments. D'une part ce concept concerne « l'énergie » en capacité et « cinétique » indispensable afin d'affirmer un déroulement. D'autre part, ce potentiel énergétique est toujours utile dans ce procédé, de telle sorte qu'on ne peut affirmer une causalité stricte entre les phénomènes. Le bouddhisme atteste donc d'une indispensable interaction entre les actes et leurs achèvements. Cependant, cette interdépendance n'est pas à envisager comme un instantéisme. Ce couplage se produit lorsque la totalité des circonstances, ainsi que de leurs achèvements sont arrivés à terme. Ceci mène au déroulement nécessaire des actes. Cette idée est perçue de manière individuelle par le « continuum mental (tib. *sems rgyud*) ».

R. E. Jr. BUSWELL, D. S. Jr. LOPEZ, *The Princeton Dictionary of Buddhism*, p. 1046-1048.

Quant à Léa, elle use de nombreux concepts philosophiques bouddhistes, mais ne les détaille pas énormément. Elle parle tout de même d'une thématique liée au karma, à savoir la continuité de conditionnement d'actes après sa vie actuelle. Ceci l'amène à penser, grâce à l'acceptation interprétée comme bouddhiste, d'une continuité de vie après la mort. De ceci découle une relativisation apaisante de la souffrance de la finitude existentielle.

Pour Aude, les concepts sont plus cités que décrits et interprétés. Pour elle, les conceptions n'ont pas vraiment été nécessaires dans son cheminement personnel, même si certaines sont évoquées. C'est le cas notamment des termes compassion¹⁰⁴, de vacuité¹⁰⁵ et d'impermanence qui sont normatifs pour elle. Cependant, une sensation que ses valeurs de sa vie actuelle sont similaires à celles de ses vies antérieures se donne à voir dans deux éléments. Le premier est sa position sur la possibilité de renaissances bouddhistes. Le second renvoie à ses considérations sur le karma.

« Je pourrais pas dire qu'elles sont innées, mais qui font partie de moi, et que je retrouve effectivement dans le bouddhisme. Tu vois ? Ils sont... L'altruisme... Voilà. Donc, la compassion... Enfin voilà, tout ce dont on peut énumérer des tas, effectivement, de qualités. (P.10 ;433-436). »

¹⁰⁴ Le terme compassion, occidentalement compris, ne semble pas rendre compte pleinement de ce que cela signifie pour le bouddhisme. La compassion (tib. *snying rje*) a comme fondements le concept philosophique « d'équanimité illimitée (tib. *btang snyoms tshad med*) », upeksapramana et celui de la vacuité (tib. *stong pa nyid*). Pour saisir la réelle signification de la compassion, il faut, en outre, se départir d'une appréhension tant empathique que compatissante. Autrement dit, ce terme va plus loin que l'idée d'être affligé par la réalité de l'autre qui me fait penser à ma réalité. Il faut parvenir à se départir autant que se faire se peut de l'impression d'existence individuelle grâce à l'équanimité. Ce dernier se conçoit comme une égalité d'attitude compassionnelle envers tous les êtres vivants soustraite des trois poisons : « désir, colère-aversion, indifférence ». Il s'agit de considérer l'autre sans « passion ». Autrement dit, cet être expérimente les mêmes souffrances que les miennes. Ces dernières sont dues aux mêmes raisons et aux répercussions similaires. Afin de se familiariser avec ce concept, une visualisation est traditionnellement proposée dans le *mahāyāna*. L'idée est de se représenter un proche aimé dans des expériences complexes, puis d'amplifier cette impression envers des êtres ni désirables ni répugnants pour répéter cet exercice envers ses antagonistes. Une égalité de vision commence à émerger. Ceci mène le pratiquant à se questionner sur les fondements de la souffrance et à vouloir transcender le tourment pour tous. Concrètement, des « moyens habiles » découlent de cette démarche individuellement et universellement.

P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome II, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019, p. 101-103.

¹⁰⁵ Pour les pratiquants de l'école *Mahāyāna*, il faut percevoir immédiatement la « double vacuité », à savoir celles du soi individualisé et celle concernant les autres manifestations phénoménales. Un travail de clarification est à opérer pour se départir de quelconque « obscurcissement cognitif (tib. *shes ba'i sgrub pa*) », pouvant mener par conséquent à « l'omniscience (tib. *thams-cad*) » des êtres éveillés. L'école *Cittamatra* considère une non-existence stricte des phénomènes externes, se positionnant plutôt pour une vision de l'aboutissement des « traces karmiques ». Une vacuité est donc à adopter pour dépasser le dualisme « sujet-objet ». De manière nuancée, le *Madhyamaka* considère l'équivalence entre la vacuité propre aux individualités et aux phénomènes.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 49.

Selon Aude, l'idée de renaissances successives et de liens karmiques est considérée comme vérité. Néanmoins, elle reconnaît que ses valeurs actuelles sont similaires à ses valeurs de ses existences passées. Ceci relève plutôt du motif et de l'adhésion au bouddhisme (comme l'a fait Rose) que d'une démonstration philosophique.

Différemment, Ama parle du *karma* comme d'actes menant à être vigilant sur ses actions présentes conditionnant son futur. Elle ne va pas réellement s'attarder sur un temps passé. En d'autres termes, la notion de *karma* l'amène à reconsidérer ses actes futurs et les conséquences karmiques liées.

« Et puis on a tendance à cibler les gens que nous, on constate sont les gens qui sont responsables. Et c'est vrai. Mais nous, on nous enseigne à dire que, à comprendre que, et là c'est une des choses les plus importantes dans le bouddhisme. On retourne à une fondation du bouddhisme, le karma. Donc nos actions, le *karma* c'est nos actions, nos actions nous suivent. (P.9 ;383-386) »

Grâce aux apports philosophiques bouddhistes, on voit que trois pratiquantes sont plus ou moins proches des descriptions traditionnelles. De fait, Rose semble la plus proche, étant donné qu'elle y ajoute des considérations sur la souffrance. Les deux autres pratiquantes ont plutôt propension à user du *karma* pour mieux comprendre le réel. Néanmoins, ceci rejoint les explications de nécessaires conditionnements entre les phénomènes. De plus, les descriptions des termes de compassion et de vacuité permettent de les saisir en allant au-delà des simples citations de la part des interviewées.

8.2 L'équanimité comme un moyen d'éviter la souffrance

Une autre thématique commune (avec des descriptions spécifiques) est celle du besoin de ne pas tuer d'êtres sensibles. Pour Rose, il y a une nécessité de ne pas tuer d'êtres vivants qui est évoquée à deux occurrences dans son entretien. Premièrement, cet élément est une conséquence du fait de considérer toute vie égale. Deuxièmement, il la conduit à être végétarienne. On peut voir ici que le concept dépasse des considérations pratiques et a des effets performatifs dans l'ensemble de la vie quotidienne.

Comme Rose, Chloé pense qu'il y a la nécessité de considérer toute vie égale. Cela l'a mené à ne pas manger de viande animale et à éviter de faire souffrir les êtres vivants. Elle évoque une seconde fois le végétarisme comme intégration de règles morales bouddhistes. De même, elle considère toute vie égale et évite d'en faire souffrir. Chloé aborde ainsi l'interdiction du meurtre, des vols et des abus sexuels selon le bouddhisme. Ceci lui permet de décrire personnellement un écartement du cycle répétitif de la souffrance.

De plus, elle sent que l'augmentation de sa lucidité, fruit de la description bouddhiste du réel, l'enjoint à nécessairement être utile envers tout être. Selon moi, Chloé use de ces considérations pour arriver à plus d'actions que Rose. En effet, là où la seconde tend vers le végétarisme, Chloé veut éviter de tuer tant les animaux que les humains. Elle va même jusqu'à vouloir parvenir à être utile à tout le monde plus qu'à éviter de causer de la souffrance.

Parallèlement, Ama est un peu dans la même veine que Chloé sur ce sujet. Cependant, ce dernier est plus cité et évident que détaillé à proprement parler. Pour Ama, trois considérations (ou règles) sont associées à des normes éthiques. On retrouve les idées de ne pas tuer, de ne pas mentir, ni de faire souffrir qui concernent tout le monde, même les non-bouddhistes. Elle le cite à deux occurrences. On voit bien l'idée d'éviter la souffrance comme Rose, mais pas vraiment l'énonciation d'une réelle utilité dans ses dires.

8.3 L'absence d'un « soi » et d'existence en soi des phénomènes comme une évidence

Troisièmement, deux femmes abordent le concept d'absence d'existence d'un soi ou non-soi. Il s'agit de Léa et d'Ama. D'une part, la première comprend personnellement le concept de « non-soi ». Cela lui donne un sentiment de relativisation de la mort et de la souffrance potentielle liée. En parlant du non-soi et de la mort (pour la troisième fois), elle ressent une forte ataraxie en considérant l'être¹⁰⁶ par une vision spirituelle et non matérielle. Cette vision s'opère en se basant sur la considération bouddhiste de renaissances.

« Donc je ne serai pas réincarnée. Et ensuite, c'est une énergie qui va partir, continuer son cycle. C'est pas Léa qui va être réincarnée. Donc on n'est jamais qu'un esprit. Dans un corps, ce corps, bon ben, il change, la vie change surtout, mais ça apaise grandement. Ça apaise grandement. (P.10, P.11 ;467-470).»

¹⁰⁶ Et pas 'Léa' comme substance concrète.

Quant à Ama elle décrit, comme fruit de sa pratique méditative répétée, le non-soi et ses écueils d'attachement ne pouvant pas mener à l'absolu. On peut observer une moins forte description de la part d'Ama (citée qu'une fois) que Léa (mentionnée à trois occurrences). De manières différentes, elles semblent tout de même dire que l'attachement à une identité fixe (le soi) ne peut être que perçu comme relatif (et finalement pas absolu)¹⁰⁷.

D'une manière plus radicale, Chloé ne décrit que peu de concepts étant donné la relativité générale du normatif au sein du bouddhisme. Pour ce faire, elle englobe tous les éléments conceptuels plus que l'absence d'idée d'un soi. Le verbatim suivant peut être compris comme une nécessité d'éradiquer les normes potentiellement présentes sur le chemin pour atteindre une vision absolue du bouddhisme.

« Les normes peuvent être des étapes sur la voie. Mais en définitive, il faut éliminer toutes les normes. (P.5 ;197-198). »

La seconde peut être entendue comme nécessité de se départir du normatif s'il coince l'évolution sur la voie bouddhiste.

Son message, c'était justement, vous vous attachez à tout ça. C'est bien. C'est bien de faire les choses comme il faut. Mais si vous restez coincé là-dedans, si ça devient, si ça vous limite dans votre esprit et que ça devient normatif au point de vous bloquer comme ça, ce n'est pas bon. Il faut dépasser tout ça. (P.5 ;209-211).

Du coup, nous pouvons observer que Chloé privilégie le non-formalisme et l'expérimentation à la conformisation conceptuelle. Cette dernière ne peut être qu'une étape dans son cheminement personnel. Ama semble aussi tendre vers cette vision, au moins pour le concept de non-soi. Elle y progresse via sa pratique et sa réflexion conceptuelle.¹⁰⁸

¹⁰⁷ De manière traditionnelle, le désir-attachement est une vision extrême de l'existence et un moteur de renaissances. En plus, il est origine des souffrances sans fin du cycle mort-renaissance où l'on n'a pas ce qu'on désire et où on désire ce qu'on n'a pas.

MILA KHYENTSE RINPOCHE, *Le Bouddha, sa vie, son éveil, son enseignement*, Paris, Institut Khyentsé Wangpo, 2016, p. 3-4.

Les deux pratiquantes semblent avoir saisi la nécessité de se départir de l'idée d'une identité fixe. Cependant, elles n'abordent pas la conséquence de renaissances propres au désir-attachement citée philosophiquement. Toutefois, elles perçoivent les dangers de rester dans le relativisme et le nonaccès à l'absolu en s'attachant à leurs identités soustraites du reste du monde.

¹⁰⁸ Pour les deux pratiquantes, la nécessité de transcender leurs visions individuelles de leurs êtres ordinaires s'inscrit bien dans cette définition de Cornu du « non-soi » bouddhiste. En effet, accorder une réalité substantielle aux propos décrivant l'individu ne semble pas être la vision éveillée proposée par le Bouddha. Autrement dit, s'attacher à l'idée que nous existons en tant qu'individu ne fera que perpétuer l'errance des êtres. En effet, le cheminement du bouddhisme propose une voie de libération des conséquences du *las* ainsi que des « renaissances » cycliques ou *samsāra* (tib. *'khor ba*). Pour ce faire, il est nécessaire de se détacher de l'idée qu'il existe un soi substantiel (tib. *bdag med*). Il est de facto impossible de concevoir que la personne qui est à l'origine de l'action sera celle qui en éprouvera ses aboutissements. De manière plus spécifique, le Bouddha propose une vision en

En résumé des contributions philosophiques, les conceptions singulières du désir-attachement sont plus ou moins proches de ce qu'émet la tradition. En effet, là où elles comprennent la nécessité de ne pas s'attacher à quoi que ce soit, elles n'envisagent pas les conséquences de prochaines renaissances liées. Dans une autre mesure, deux pratiquantes ont bien compris la nécessité de transcender leurs visions relatives. Ceci se rapproche des considérations de non-soi proposées par la méthodologique philosophique.

8.4 « L'impermanence » comme chemin vers la paix et la délivrance de la souffrance

Quatrièmement, Léa et Ama mentionnent toutes deux l'impermanence. Léa cite le non-attachement. Cela l'amène à sentir une juste et meilleure distance envers la matérialité qui l'entoure et envers ses proches. Ce non-attachement est certainement lié à l'impermanence bouddhiste. Ama a pareillement une compréhension personnelle de ce terme. Cette acception l'amène à la liberté et provient de l'infinie possibilité de phénomènes ainsi que de la finitude des instants de l'existence. La première s'imprègne de l'impermanence pour s'ajuster aux éléments matériels et humains qui l'entourent. La seconde perçoit le caractère quasi transcendant de l'impermanence selon notre analyse.

L'affiliation au bouddhisme de Lisa lui a permis de définir une vision du bonheur conséquente d'une diminution d'attachement aux expériences de l'existence. Encore une fois, le concept de non-attachement, fruit de la vision de la réalité impermanente, n'est que très peu défini. L'idée est la même pour la vie humaine appréhendée comme précieuse dans la tradition bouddhiste. De facto, Lisa y voit du bonheur et de la relativisation.

douze « maillons de l'origine dépendante » (tib. *rten cing 'brel bar 'byung-ba*). Cette description atteste d'un lien, d'une connexion évidente entre les différents éléments de la réalité qui ne sont ni similaires ni distincts. L'objectif est donc d'appréhender cette description du réel via une vision éveillée qui n'est plus assujettie à cette coproduction conditionnelle. En d'autres termes, des actions peuvent découler de cette vision éveillée, mais elles ne seront plus vectrices de conséquences menant à des existences dans le *saṃsāra*. Le terme *bdag med* semble rendre compte de cette idée et peut se traduire par « inexistence du soi », selon Cornu. En effet, la pédagogie du Bouddha invite à envisager qu'il existe des visions menant à la souffrance et à la répétition du *saṃsāra*. Cette interprétation est liée à la saisie des « agrégats (tib. *phung po lnga*) » comme pouvant être un soi séparé du reste. Une différenciation peut, néanmoins, s'observer entre la soi dit individuel qui porte sur les êtres vivants et le soi phénoménal. Cette dernière conception mène à concevoir la substantialité véridique des phénomènes. La première sous-catégorie n'est acceptée par aucune école bouddhiste, tandis que la seconde n'est réfutée que par l'approche *Mahāyāniste*. P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 47.

Néanmoins, elle ne décrit que très peu ce que la tradition met en exergue. Elle semble se rapprocher de ce à quoi l'impermanence peut mener dans la même veine que Léa, c'est-à-dire tendant vers la paix.¹⁰⁹

8.5 Des concepts non partagés ; « vacuité », « Trois joyaux », « Quatre nobles vérités » ...

Dans un cinquième temps, certains concepts ne sont cités et décrits que par une interviewée et aucune autre. Par exemple, Rose a eu une nécessité de compréhension du fonctionnement de l'esprit au départ des questions mentales. Cela l'a conduite à être tout particulièrement intéressée par la vacuité selon le bouddhisme¹¹⁰. Elle est finalement la seule à décrire le cheminement qui l'amène à religieusement l'inspirer. De plus, elle a modifié son attrait pour l'intelligence vers des valeurs 'humaines' liées au bienfait pour soi et autrui. Ces valeurs sont certainement liées à des conceptions de compassion.

¹⁰⁹ L'impermanence (tib. *mi rtag pa*) met en exergue l'aspect temporaire et fugace de n'importe quel phénomène composant le réel. Tout élément provenant de la naissance de causalité et de conditionnements est voué à disparaître. L'impermanence concerne donc les êtres vivants intégrés dans le *samsāra*, les manifestations provenant de l'univers et surtout celles qui échappent à une temporalité humaine. La réfutation de ce concept, l'impression de temporalité ainsi que l'appétence à envisager une durabilité, voire une éternité aux phénomènes existentiels ne sont que quelques éléments menant à l'ignorance, provoquant souffrance et perpétuation du *samsāra*.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 267.

Bien que peu décrite par les interviewées, ces dernières semblent saisir qu'appliquer une vision impermanente dans leurs existences leur procure du bonheur et de la paix. En ce sens, elles ont un propos similaire à la description philosophique attestant de perpétuation de souffrance sans impermanence.

¹¹⁰ Cet intérêt pour l'esprit m'a fait penser aux définitions des termes de vacuité (tib. *stong pa nyid*), *nirvāṇa* (tib. *myang 'das* ou *mya ngan 'das pa*) et *samsāra* de Nāgārjuna. Il met en exergue que c'est la vision de l'être qui va déterminer la réalité comme samsarique ou nirvanique. En addition, un passage du premier au second peut notamment s'opérer par la réalisation que les phénomènes sont de nature vide. De facto, selon les « Stances fondamentales de la Voie médiane » émises par Nāgārjuna, il est possible de définir ce qu'est le *nirvāṇa* : « Sans élimination ni acquisition, sans annihilation ni pérennité, sans cessation ni naissance : Tel est ce qu'on appelle *Nirvāṇa* ». Le constat peut donc être émis que, pour que la vacuité des phénomènes puisse être, il faut nécessairement appréhender ces derniers comme n'ayant pas d'existence à proprement parler. De fait, l'auteur atteste d'une impossibilité de concevoir le *nirvāṇa* comme un arrêt des phénomènes ou éviction de ceux-ci. Ceci mène à interroger les différences qu'il peut exister entre *samsāra* et *nirvāṇa* si le second n'est pas une vérité distincte du premier. Les phénomènes ne sont donc pour le penseur ni définissable comme samsariques ni nirvaniques, mais bien dénués de réalité. C'est la vision spirituelle qui va filtrer l'univers comme « conditionné et conditionnant » selon la vision samsarique ou « inconditionné » en l'appréhendant comme *nirvāṇa*. La liberté s'envisage non donc pas comme dépendantes de conditions externes, mais bien à appréhender par l'esprit. Néanmoins, pour atteindre le *nirvāṇa*, il est d'usage de comprendre la nature vide des manifestations. Cette vue est similairement d'ordre « dynamique » car le *nirvāṇa* n'est pas non plus stationnaire. En effet, les êtres éveillés, tels que les bouddhas, peuvent apporter une utilité dans le monde samsarique et aider les êtres à se libérer de la souffrance perpétuelle.

P. CORNU, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome II, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019, p. 78-80.

On peut néanmoins dire qu'Aude ne fait, certes, que citer le concept de compassion. Léa est la seule à parler de ce qu'elle considère comme concepts bouddhistes fondamentaux, à savoir les six « *pāramitā* »¹¹¹. Léa les perçoit comme se trouvant en chaque être et même dans d'autres systèmes religieux.

Pour Lisa, divers concepts sont évoqués, mais avec beaucoup d'imprécisions et d'impensées relatifs à ce que le bouddhisme semble évoquer. C'est presque comme si les concepts étaient entendus et connus, mais pas intégrés. A minima, ils sont dans un processus d'intégration. La concernant, elle n'aborde pas la terminologie de clarté d'esprit. En revanche, elle sent plus de lucidité concernant sa propre perspective d'auto-illusionnement. Cet élément peut faire référence à la description bouddhiste de l'ignorance. Elle décrit également son cheminement vers la diminution et l'arrêt de saisie des concepts, d'émotions, de pensées, etc. Cela lui provoque moins d'angoisses et un autre rapport à son processus de pensées discursives.

¹¹¹ Le terme *pāramitā* (tib. *pha rol tu phyin pa*) se traduit par « action ou vertu transcendante ». Ces actes sont mentionnés dans le canon pali et sont pratiqués par les *bodhisattva* durant leurs vies successives avant de s'éveiller. Elles sont au nombre de six dans le *Mahāyāna*. On retrouve tout d'abord la « générosité transcendante (tib. *shyin pa'i pha rol tu phyin pa*) » qui est soit d'ordre « matérielle », soit qui concerne l'esprit ou la défense face à la « peur ». La seconde est « l'éthique transcendante (tib. *tshul khrims kyi pha rol tu phyin pa*) » et aborde la dispense d'actes néfastes, la mise en œuvre du bon et le dévouement tourné vers le bienfait de tous. Troisièmement, on retrouve la « patience transcendante (tib. *bzod pa'i pha rol tu phyin pa*) ». Il y a lieu de tolérer l'égoïsme de tous les êtres, les tribulations et de ne pas être effrayé de la compréhension évidente de la réalité. En quatrième lieu, le « courage (tib. *brtson 'grus kyi pha rol tu phyin pa*) » est mis en exergue. Il faut l'utiliser comme bouclier dans toutes les actions et peut être qualifié « d'insatiable », c'est-à-dire qu'il est toujours possible d'améliorer ses actions. Antépénultièmement, il est question de la « concentration (tib. *bsam gtan gyi pha rol tu phyin pa*) » qui se dévoile par une simplification de l'existence. Elle peut apparaître au moyen de pratiques méditatives et est graduelle. Le pratiquant peut, dans un premier temps, saisir les expérimentations d'états de « félicité, clarté ou absence de pensées » et est donc qualifiable d'enfantin. Ensuite, une perception claire peut survenir tout en restant arrimée aux concepts comme celui de « vacuité ». Finalement, la concentration entre dans le « *tathāgatagarbha* (tib. *de bzhin gshegs pa'i snying po*) » et est dénuée du concept en soi. On parle alors de « concentration du réel ». En sixième lieu se trouve la « connaissance transcendante (tib. *shes rab kyi pha rol tu phyin pa*) ». Elle fait le lien entre le *byang chub sems* absolu et relatif. Cette connaissance concerne directement la « vacuité ». Avec cette vision éveillée, les cinq premiers *pāramitā* parviennent réellement à leur aspect de transcendence.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 444-446.

Enfin, Ama comprend les normes comme un ensemble de concepts, à savoir les trois joyaux¹¹² ainsi que les quatre nobles vérités¹¹³. Ils nécessitent adhésion et compréhension dans l'ensemble de l'existence. Il y a tout autant nécessité de s'attarder sur le concept de non-soi pour saisir les souffrances de l'existence. Cet élément pourrait être comparé aux autres visions du non-soi du quatrième point. En revanche, n'étant que cité et pas interprété, il n'y a pas d'utilité d'en établir une comparaison.

En conclusion de cette partie, nous pouvons voir que beaucoup de concepts issus de la tradition à laquelle ces femmes appartiennent semblent similairement cités. Certaines pratiquantes décrivent plus les concepts et les intègrent à leurs expériences existentielles, d'autres ne font que les mentionner. Même si on observe certaines similarités thématiques, les compréhensions sont davantage plurielles et individualisées que communes.

Le cinquième temps de cette analyse se rapporte plus aux divergences entre elles, car les conceptions philosophiques ne sont mentionnées qu'individuellement.

Dans cette partie, les apports philosophiques sont envisagés comme des précisions de concepts seulement évoqués par les interviewées. Il n'y a par conséquent pas lieu d'en faire de comparaisons.

¹¹² Selon la tradition, les trois joyaux sont respectivement ceux-ci : « *Bouddha* (tib. *sangs rgyas*), *Dharma* (tib. *chos*) et *Sangha* (tib. *dge 'dun*) ». Ces trois concepts sont fondamentaux pour qui veut prendre refuge dans le bouddhisme (ce qui s'apparente au plus proche au phénomène de conversion). Néanmoins, bien que proche conceptuellement, Ama n'a pas évoqué la triple prise de refuge explicitement. Toutefois, le premier terme fait non seulement référence au « Bouddha historique *Shakyamuni* » qui présenta la voie de l'illumination menant à la libération, mais pas seulement. Pour les mahayanistes, ce sont tous les êtres doués d'éveils qui agissent en vue du bien pour tous les êtres vivants, aussi les bouddhas. En d'autres termes, le bouddha est tant l'inspirateur que le fruit absolu. Quant au *Dharma*, le bouddhisme le conçoit comme pédagogie et concrétisation. La *Sangha* se réfère à l'aspect communautaire pour les êtres arpentant la méthodologie bouddhiste. Elle se conçoit comme la clé de voute des laïcs, les moines ayant plutôt une fonction de détenteur du *Dharma*. Une sous-division existe aussi entre la *Sangha* dite « ordinaire » (formée de bouddhistes n'ayant pas encore atteint le niveau des arya) et la « noble sangha » (désignant l'ensemble des êtres nobles (tib. *'phags pa*) étant arrivés à une des « quatre voies supramondaines » où au chemin de la « vision »).

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 661-662.

¹¹³ La première noble vérité concerne la reconnaissance de la souffrance (tib. *sdug bsngal*). Le Bouddha invite à en observer sa provenance liée au désir, conséquence d'une « vision erronée de l'homme ». Ceci produit une conviction d'un « soi permanent (tib. *bdag*) », un appétit d'accumulations matérielles, conceptuelles, relationnelles et individuelles. Pour que le soin soit possible, c'est-à-dire la cessation de la souffrance, il faut se départir de cette « vision erronée ». En ajoutant l'extinction progressive « des passions causant souffrance » et l'évaporation de « l'ignorance », il y a potentialité à réaliser l'état de *nirvāṇa*. La quatrième noble vérité insiste que, pour y parvenir, il faut suivre le « Noble chemin Octuple » enseigné par le Bouddha.

D. GIRA, *Le bouddhisme en 50 clés*, Montrouge Cedex, Bayard, 2009, p. 59-61.

9. Les influences des adhésions au bouddhisme sur les valeurs, le bonheur et la liberté

Lors de cette dernière partie, on traite des valeurs, du bonheur et de la liberté. L'objectif est de percevoir quelles influences l'adhésion a eue sur les perceptions des femmes questionnées. Pour ce faire, l'analyse thématique sera utilisée pour comparer leurs dires. Philosophiquement, des termes-clés des propos des femmes interviewées seront appréhendés. Il y a une ambition de comparer traditions bouddhistes et interprétations personnelles.

9.1 Des valeurs qui se transforment

Dewey, lors de sa description de la valuation, c'est-à-dire comment les valeurs s'élaborent, atteste d'une immédiate admiration de l'objet observé suivi de conceptualisations sur celui-ci. La première étape est liée aux émotions et à l'expérimentation, tandis que la seconde aborde les notions de raison et de cognition. Il faut finalement observer la valuation comme processus menant à déterminer une manifestation de l'existence comme notoire et essentielle.¹¹⁴

En comparant l'influence des adhésions sur les représentations de valeurs, il n'y a pas réellement deux phases distinctes et successives des élaborations de valeurs. Adapté à cette recherche, on observe une articulation d'expériences, de reconnaissances de liens avec le bouddhisme et de réflexions personnelles liées.

Concrètement, nous constatons, d'une part, une modification de certaines valeurs à la suite de l'affiliation au bouddhisme pour Ada, Lydia et Corinne. D'autre part, il y a une catégorie supplémentaire concernant des valeurs pour lesquelles l'intérêt préexistait dès le départ du cheminement. Chloé est la seule à en faire partie. Finalement, on retrouve des valeurs qui étaient déjà présentes bien avant, c'est-à-dire dans d'autres existences. Cette catégorisation concerne Aude.

Dans une autre perspective, une thématique tout particulièrement appuyée par trois pratiquantes se dévoile. Il s'agit de la nécessité de prendre soin des autres individus. Diverses visions émergent.

¹¹⁴ A.-S. LAMINE, « Expérience, idéaux et participation sociale, penser le religieux avec Dewey », p. 4-5.

Plus particulièrement, l'altérité à aider peut être soit humaine, soit animale. Si l'on compare cette thématique avec la 'valuation' de Dewey, il s'agirait bien du procédé décrit menant à la concrétisation en actes de valeurs individuellement essentielles.

9.1.1 Entre continuité, reconnaissance et dépassement des valeurs par-delà l'affiliation au bouddhisme

Concernant la première catégorisation, nous remarquons que l'affiliation au bouddhisme a eu plusieurs conséquences sur Rose. En effet, elle réarticule l'importance de valeurs essentielles pour elle. Retenons surtout une transformation de l'attrait pour l'intelligence au profit de l'expression de valeurs humaines inspirée par le bouddhisme. Ces dernières portent sur le bienfait pour soi et autrui.

Avant, je recherchais vraiment la compagnie des gens très intelligents, mais plus maintenant, ça m'intéresse moins. Les qualités humaines de gentillesse, d'ouverture de cœur, de patience, de générosité, ça m'intéresse beaucoup plus. Donc en fait, quelque part, les valeurs, oui, les valeurs bouddhistes (P.11 ;510-513).

Chloé aborde ainsi l'importance de valeurs humaines comme cette dernière. En effet, elle met l'accent sur quelques valeurs développées déjà avant et durant son cheminement dans le bouddhisme. Il y a notamment l'ouverture, la compassion, la tolérance et l'effort de compréhension.

De même, le cheminement bouddhiste d'Ama a fait évoluer sa 'petite personne' dans une perspective plus altruiste et humaniste. De fait, son parcours bouddhiste lui a permis de transformer une retenue de générosité éventuelle liée à une crainte de manquer de matériel pour elle-même vers la reconnaissance bénéfique de pouvoir s'inscrire dans des cycles de dons.

Et donc, j'ai eu du mal à donner de l'argent. J'en ai toujours. Pour être franche. Mais, le bouddhisme m'a vraiment enseigné la charité. Et puis, c'est pas la pitié, ce n'est pas la même chose, c'est le fait de partager. Et je dirais que ça, ça a eu un effet énorme sur moi. (P.8 ;343-346).

Dans une autre mesure, Rose atteste d'un détachement quant à la défense de points de vue autrefois menés avec virulence. Elle privilégie plutôt l'empathie et la tolérance et se montre de facto plus apte à de la souplesse. De plus, et dans le même point de vue, elle a modifié sa vision de la vérité. En effet, cette perception amenuise de possibles dommages relationnels au profit de la valorisation d'un non-attachement à un point de vue.

Ça, j'aimerais dire de ça parce que, finalement, être attachée aux idées, ça fait beaucoup de tort, d'être vraiment attachée comme si c'était soi, en fait, on cristallise une certaine vision du monde comme étant la seule bonne. Et je vois le tort que ça fait, ça, par exemple, ça a fortement changé (P.11 ; 493-495).

Toujours modifiées par l'adhésion, les valeurs de Léa ont été appréhendées différemment sur ces points-ci. Effectivement, avant la découverte de cette tradition, Léa a établi une proximité, voire une équivalence entre valeurs religieuses chrétiennes et celles universelles d'amour et de civilité.

Et donc, dans ce cadre-là, je suis évidemment revenue à l'Église catholique (...), il y avait quand même toutes les valeurs chrétiennes et les grandes valeurs humaines. Quelque part, les valeurs chrétiennes et les valeurs humaines ne sont pas très éloignées que d'aimer son prochain, que d'avoir le respect (P.2 ; 54-59).

Dans ses valeurs personnelles, elle intègre désormais des valeurs bouddhistes. De facto, elle perçoit les six perfections bouddhistes (*pāramitā*) comme présentes en tous lieux, même dans d'autres systèmes religieux.

(...) maintenant, je veux dire que, quand on pense au bouddhisme et qu'on parle, par exemple, des six vertus transcendantes qui sont les six *pāramitā*, qui sont la générosité, la patience, la conduite éthique, le courage, la persévérance, la méditation, on la retrouve dans tout. Ce sont des valeurs qu'on retrouve un peu partout. Et que ces valeurs-là, la générosité, la patience, tu les retrouves dans tout, et quelque part dans d'autres religions aussi. (P.4 P.5 ;184-189).

Enfin, et seule à être intégrée dans notre catégorisation tertiaire, Aude sent que son adhésion lui a permis de percevoir que ses valeurs sont éminemment bouddhistes. Depuis très longtemps, elle estime qu'elles proviennent même de sa nature profonde voir dans ses vies passées pour être dorénavant reconnues dans cette vie et ainsi que dans la tradition bouddhiste.¹¹⁵

Je pourrais pas dire qu'elles sont innées, mais qui font partie de moi, et que je retrouve effectivement dans le bouddhisme. Tu vois ? Ils sont... L'altruisme... Voilà. Donc, la compassion... Enfin voilà, tout ce dont on peut énumérer des tas, effectivement, de qualités. (P.10 ;433-436).

¹¹⁵ L'idée de renaissances est liée au *saṃsāra*. Ce terme peut se traduire par « l'errance » ou « cercle vicieux ». Il s'agit du cycle des existences conditionnées et se comprend comme une succession de renaissances incluses dans divers domaines et conditions d'existence selon la rétribution des actions de l'être.
P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*, 2e édition revue et augmentée, p.504.

En résumé, Rose, Chloé et Ama attestent de développements de qualités humaines en suivant le chemin bouddhiste. Néanmoins, elles divergent dans ces qualités. Effectivement, on retrouve notamment la charité pour Ama, l'ouverture de cœur pour Rose et la compassion ainsi que la tolérance pour Chloé.

De plus, on peut retenir un changement d'affiliation quasi paradigmatique concernant Léa. Effectivement, elle est passée d'un système chrétien conçu comme universel à une affiliation à des valeurs bouddhistes. Elle mentionne les six *pāramitā*.

Dans une autre mesure, Aude a reconnu sa vision de valeurs bouddhistes par son cheminement. Cette dernière lui a donné à voir que ses valeurs actuelles provenaient de ses vies passées.

Bien que différemment appréhendés, cinq interviewées sur six déclarent des modalités d'influences sur leurs valeurs. Ces interférences sont, selon elles, liées peu ou prou au bouddhisme.

9.1.2 De la nécessité de prendre soin des autres et de leurs souffrances

Lisa, Chloé et Ama abordent spécifiquement une thématique communément partagée, à savoir la prise en considération de la souffrance d'autrui et de prendre soin de tous et toutes. Nous verrons que ces éléments sont diversement intégrés et interprétés dans leurs existences. Ce thème rentre dans la catégorisation des valeurs conséquentielles de l'adhésion au bouddhisme. Cependant, comme cette dimension est assez étayée, nous choisissons d'en faire une partie séparée.

Modifiée intérieurement par son adhésion, Lisa ressent de la tolérance accrue en elle. Ce changement bénéfique s'est opéré depuis une meilleure compréhension du fait que tout le monde souffre et est illusionné.

Et donc, le fait de savoir à quel point on est tributaire de ça, et que finalement, tout le monde est dans le même bateau, c'est que je suis plus souple vis-à-vis parfois de l'entourage parce que je comprends mieux ces facteurs-là. Et, quand on fait des choses pas cool, je suis plus à même d'y faire face, par exemple. Je suis plus souple. Je comprends mieux. Je suis plus tolérante. (P.15 ;696-700).

D'une part, Chloé témoigne d'une importance accordée à la tolérance et la prise en considération de la souffrance d'autrui. Elle est devenue végétarienne après avoir intégré des règles morales bouddhistes. Par conséquent, elle estime toute vie égale et évite de faire souffrir tout être. De plus, une largeur d'esprit envers les autres et elle a émergé. Cette ouverture découle de la perception de la souffrance d'autrui. Elle est favorisée par l'accumulation de nombres de routines souvent acquises inconsciemment qui marquent les personnes.

Peut-être davantage de tolérance, davantage de tolérance parce qu'on comprend qu'on est tous vachement sous l'influence des émotions négatives et donc, quand tu vois quelqu'un qui se comporte mal, tu comprends que ce n'est pas la personne elle-même, il est sous influence. Il y a son passé qui influe, son éducation, ses émotions, plein de choses, plein de problèmes, donc une vision plus ouverte et plus tolérante des autres et de soi-même aussi (P.9 ;383-388).

Ama conçoit actuellement la souffrance comme relevant d'une responsabilité communément partagée par les êtres. Cela l'amène à dépasser le dualisme soi/autrui. Elle est similairement portée à embrasser les difficultés de l'autre en les faisant siennes.

Le bouddhisme m'a enseigné le fait que je vois quelque chose, c'est un problème pour nous tous. Si quelqu'un est comme ça, c'est un problème universel. Ce n'est pas lui/nous. (P.8 ;371-373).

En conclusion, les trois personnes interviewées tendent à l'universalité de la prise en compte de la souffrance. Cependant, Lisa ne semble parler que des autres humains, tandis que Chloé et Ama tendent à élargir le spectre des entités à considérer. En effet, Chloé prend en compte les animaux en ne les mangeant pas. Dans la même veine, Ama ne perçoit pas de différence entre son individualité et l'objet de l'observation de cette individualité, quel qu'il soit.¹¹⁶

¹¹⁶ Le concept philosophique d'amour bienveillant (tib. *byams pa*) ressemble aux propositions des femmes interviewées. Concrètement, il s'intègre dans la classification des « quatre illimités ». Cette dernière mène vers une posture « altruiste ». Particulièrement, cet amour tend au vœu que tous les êtres expérimentent le bonheur. Pour y parvenir, des vœux sont émis pour que tous les êtres puissent développer les causes menant à cette félicité. Concrètement, il s'agit de s'intégrer dans le cheminement se tournant vers la « libération ». De même, il y a lieu d'exercer une posture de bienveillance couplée à de la bonté et de la délicatesse.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 472-473.

En comparaison avec les questionnées, ces dernières abordent la prise en charge de la souffrance de tous. Ceci ressemble à la proposition de mettre en place les conditions de félicité de l'amour bienveillant. Néanmoins, les vœux émis dans ce concept ne sont pas évoqués par les trois interviewées.

9.2 Des visions plurielles du bonheur, entre individus et collectivité

Il y a lieu de considérer des similarités et des différenciations de visions du bonheur. De fait, cette thématique est divisée en deux parties en se basant sur les entrevues effectuées.

D'une part, le bonheur est appréhendé comme uniquement individuel et relié à l'adhésion. Cette appréhension est implicite ou explicite. Dans cette optique, le bonheur est envisagé soit comme en lien avec l'éveil bouddhiste, soit lié aux plaisirs de l'existence. Une conception insiste, à son tour, sur la nécessité du bonheur à percevoir dans le présent.

D'autre part, le bonheur est en jeu dans l'articulation entre individu et bien commun. D'abord, il est envisagé comme pour l'humain seul, puis tourné vers le communautaire. D'autre part, il se conçoit comme rendant équivalents les deux aspects.

9.2.1 Le bonheur, au cœur de soi

À trois reprises diverses, Rose conçoit un bonheur plutôt individuel.

Primo, Rose a découvert, par la pratique solitaire, un refuge intérieur et un bonheur équivalent à des instants éveillés. De plus, le bonheur ne se rapporte pas à l'extérieur, mais bien à soi, sa béatitude et sa réalisation. Dit autrement, le bonheur est à trouver en soi pour soi.

J'ai expérimenté ce que c'est être parfaitement à l'aise, parfaitement dans la paix, parfaitement chez soi, à l'intérieur-là. (..). Et donc, cet état, c'est l'état d'éveil, en fait. (..), j'ai goûté à ces états-là lors des retraites longues, etc. On arrive parfois à ces états-là, on voit en fait une sorte de... C'est des éclairs. Mais lorsqu'on a vécu ça, on comprend que c'est ça qu'on recherche, en fait. (P.12 ; 521-527)

Et c'est quelque chose qui ne dépend absolument pas des conditions externes. Donc, c'est quelque chose qui est là. Ce bonheur-là, je ne dois pas le rechercher ailleurs. Il est en moi et personne ne peut me le prendre. (P.12 ; 532-534).

Similairement à Rose, Ama envisage l'équivalence entre bonheur et éveil bouddhiste. Néanmoins, elle n'apporte qu'une seule définition de la félicité, là où Rose aborde d'autres visions. Selon Ama, la vision du bonheur consiste en des instants d'éveils fugaces possibles pour tous. En conséquence, il est impossiblement relatif en raison de l'absence d'existences des manifestations du réel.

Avoir le bonheur en tant que but, le bonheur dans cette vie qui dépend de plein de choses, qui sont conditionnelles et qui ne sont pas permanentes, ça amène à la tristesse, parce que plus on essaie d'avoir le bonheur, plus on se rend compte que ça nous échappe. Ce n'est pas quelque chose qui est permanente, c'est quelque chose qui vient et qui repart. (P.9 ; 399-403).

De surcroît, Léa conçoit notamment le bonheur pour elle seule. Elle l'envisage à trois occurrences comme Rose. En effet, elle détaille un apaisement croissant trouvé dans le fait d'arpenter la voie religieuse bouddhiste. Elle croit similairement en un retour positif d'un état d'esprit positif. Par ailleurs, elle observe la félicité dans les petits plaisirs de la vie donnant un sentiment d'inscription dans la globalité.

Voilà, simplement une chose, une simple chose à apprécier, c'est de manger quelque chose. Manger n'importe un fruit ou un légume, et se dire merci, merci à tous ceux qui ont fait que, je ne sais pas moi, cette salade se retrouve dans mon assiette. On l'a plantée, la terre l'a nourrie, le soleil l'a fait pousser, la pluie l'a arrosée. Waouh, c'est formidable. Voilà, on se sent faire partie d'un tout (P.11 ;484-488).

Aude semble tendre vers une similarité de positionnement en regard de cette dernière citation. Effectivement, elle envisage une appréhension transitoire du bonheur. Ceci la mène à la proposition d'y goûter dans l'ici et maintenant.

De même, Lisa semble penser le bonheur à la lueur de son individualité. En effet, le bonheur est envisagé comme fruit d'une diminution d'attachement aux expériences.¹¹⁷ De plus, elle voit que sa voie spirituelle bouddhiste provoque des instants de félicités. Par ailleurs, son bonheur est accru grâce à l'augmentation de relativisation. Cette intuition est liée à l'idée de précieuse vie humaine. Néanmoins, ce bonheur est relatif face à l'espace d'affranchissement des tendances provoquant la souffrance.

(...) le facteur principal chez moi, c'est la saisie qui est en grosse diminution. Et dès qu'il y a beaucoup moins de saisie, il y a beaucoup plus de liberté. Il y a beaucoup plus de, bonheur, joie, c'est un cercle vertueux, quoi. Il y a beaucoup plus de possible. (P.16 ;701-704)
Donc je pense que, dès qu'on a ce recul, ce retrait, qui me semble grandi au fur et à mesure des pratiques, ben, c'est une autre vie. Donc, je pense que ça, ça, encore une fois, c'est pas du bonheur, c'est au-delà du bonheur, parce que ça ouvre comme perspective. (P.18 ;805-80).

¹¹⁷ Cet élément se rapproche du bonheur inconditionnel affranchi de toute souffrance (tib. *bde ba chen po*) proposé par la philosophie bouddhiste. Ce dernier peut être caractérisé d'inconditionné et d'atemporel dans un aspect de franchissement d'attachement aux caractéristiques des phénomènes. Il est donc le fruit de l'entraînement à la vacuité du soi et des choses.

P. CORNU, Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?, p. 173-174.

Bien que n'évoquant pas la vacuité propre à cette description, Lisa associe bien diminution d'attachement et émergence d'un certain bonheur, même si elle ne cite pas le terme traditionnel. Similairement, Lisa ne semble pas être parvenue à ce type de bonheur en tout temps mais atteste l'avoir expérimenté.

Cette dernière idée se rapproche d'une considération d'Aude. Elle y appréhende le bonheur comme éphémère et intercalé d'instantanés de souffrances. Cette appréhension transitoire du bonheur la mène à savourer l'instant présent.

Bien avant, effectivement, que je prenne refuge, c'était de comprendre qu'effectivement... Il y avait un début, une fin. De toute façon, s'il y a un début, il y a une fin, s'il y a une fin, il y a un début. Et que rien n'est éternel. Donc, autant le bonheur que le malheur ne durent pas, en fait (P.10 ;445-448).

En résumé, toutes les pratiquantes citées lient leurs conceptions du bonheur avec leurs cheminements bouddhistes. Néanmoins Chloé est la seule à associer explicitement le bonheur comme conséquentiel de son adhésion et des pratiques liées. Elle a mentionné une lucidité de ses processus émotionnels. Cette clarté est fruit de son cheminement bouddhiste. Elle l'amène à éviter les conséquences néfastes, provoquant de facto plus de bonheur.

Mais si tu veux, avant, j'allais rester dans la colère et ça allait prendre des proportions, j'allais ressasser un truc et j'allais me rendre malheureuse pendant deux jours, pleurer sur moi-même. Oh pauvre petite Chloé ! Comment tu es méchante ! Et maintenant, je vois, je me mets en colère, je vois le mécanisme, j'arrête les frais, et je vois les différents aspects de la situation et je désamorçe tout l'enchaînement, tout le processus qui, sinon me mènerait à faire une montagne d'un truc de tout au plein. Donc oui, je trouve que ça m'apporte davantage de bonheur. (P.9 ;412-419).

Finalement, aucune pratiquante mentionnée n'a évoqué ce qui s'apparenterait au bonheur sensuel. Identifié par Shakyamuni et ses compagnons, ce dernier n'est en réalité que de la souffrance camouflée. En effet, ce type de bonheur, provoquant des ressentis plaisants, provoque une envie de redite, de toujours plus. Il mène de surcroît à l'attachement, à l'aliénation au corps ou à des états mentaux. Ces deux derniers éléments ne sont pas dignes de confiance : « ces deux états constituent des bonheurs mondains transitoires auxquels on ne peut pas se fier ». Il n'y a cependant pas lieu d'être dans une attitude radicale d'éviction de ce bonheur, mais plutôt de prendre en compte l'écueil d'attachement provoquant des passions telles que la possessivité, la colère, la jalousie ...¹¹⁸

Autrement dit, les pratiquantes ne conçoivent pas le bonheur comme conséquentiel de plaisirs liés aux perceptions sensorielles et mentales. Elles abordent plutôt un bonheur lié à la perception, la remise en question, voire l'affranchissement de ces perceptions mentales et sensorielles.

¹¹⁸ P. CORNU, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, p. 172, 173.

Retenons cependant la proximité de visions philosophiques du bonheur inconditionnel et la description de Lisa. Effectivement, cette dernière couple diminution de saisie des phénomènes et émergence du bonheur décrit par la tradition. Néanmoins, elle ne mentionne pas les aspects de vacuités inhérents à ce type de bonheur.

9.2.2 Le bonheur, au cœur d'une dialectique entre attention de soi et des autres

De manière peu mentionnée, Aude déclare la nécessité d'un cheminement d'un bonheur d'abord individuel pour contribuer au bien commun. Cette vision est appréhendée comme équivalente à la compassion.

Léa est dans la même optique avec l'idée suivante. Effectivement, elle atteste d'une bonification d'abord individuelle par l'arpentage du chemin bouddhiste, ce qui rend son point de vue différent d'Aude. Néanmoins, cela lui permet d'aider autrui et cela a un effet positif sur soi.

Tu peux continuer ce chemin pour t'améliorer, afin d'améliorer la vie des autres, améliorer ta relation avec les autres ne peut qu'améliorer ta relation avec toi. Et l'inverse aussi. Si je suis bien avec moi, je peux être bien avec les autres. C'est vraiment un miroir. (P.5 ;190-193).

En revanche et pour Chloé, le bonheur est en premier lieu envisagé pour les autres et mène au bonheur individuel. Spécifiquement, Chloé aborde une prééminence de l'aide tournée vers le bonheur d'autrui permettant le bonheur individuel.

Le Dalaï-Lama dit toujours que, si on veut être vraiment égoïste, il faut être absolument altruiste. Parce qu'on ne peut pas être heureux tant qu'il y a une personne malheureuse. (P.4 ;168-170).

Sans affirmer de primauté des bonheurs des individualités ou de la contribution à l'humanité, Rose et Léa sont d'accord pour affirmer l'importance des deux en même temps.

La première témoigne à une occurrence d'un bonheur pour elle et le bien commun. En effet, cette pratiquante voit nécessairement un bonheur vécu comme pacification spirituelle. Pareillement, elle l'envisage comme amour bienveillant universel. Cela lui donne le sentiment de réussir sa vie.

C'est une intime conviction que pour avoir une vie qui vaut la peine d'être vécue, pour avoir une vie satisfaisante, où on diminue la souffrance et où le bonheur, le vrai bonheur puisse prendre place, le constituant de ça, c'est la paix de l'esprit, c'est l'amour bienveillant vers tous les êtres, etc. (P.5 ;225-228).

La deuxième perçoit le bonheur dans le don et le plaisir de donner sans attendre en retour.

9.3 Des conception de la liberté en marge de visions occidentales

Quatre sous-catégories sont perceptibles en comparant les appréhensions de ce qu'est la liberté du point de vue des pratiquantes bouddhistes. Il y a respectivement la mise en similarité entre éveil et liberté ainsi que la libération de la saisie phénoménale. Ainsi, on retrouve l'affranchissement de la vision de liberté comme droits ou mouvements et la liberté comme synonyme de maîtrise.

Ces perceptions sont toutes rattachées au bouddhisme, à l'exception de la troisième où Lisa use d'apports psychanalytiques. Il est à noter que ces définitions semblent conséquentielles d'affiliations au bouddhisme, même si l'influence de la conversion, voire de l'adhésion religieuse n'est jamais explicitée.

9.3.1 La bouddhité comme seule voie d'accès possible à une liberté authentique

Tout d'abord, deux pratiquantes assimilent la liberté et l'éveil d'un Bouddha.¹¹⁹

Chloé associe nécessairement la bouddhité comme nécessité à la liberté, et ce, à deux occurrences.

La liberté, tant qu'on n'est pas un Bouddha, on n'est pas libre (P.10 ;424).

Et une fois qu'on est un Bouddha en voyant tous les possibles, à ce moment-là, on est totalement libre. (P.10 ;428-429).

Ama va exactement dans le même sens. Une de ses définitions de la liberté est nécessairement équivalente à l'éveil bouddhiste. La liberté est, en fin de compte, réservée aux êtres éveillés, la rendant impossiblement relative.¹²⁰

Et puis on se rend compte lors du parcours de sa vie que la liberté, c'est un concept. Je pense que ce n'est pas atteignable. Si on n'est pas éveillé, ce n'est pas quelque chose qu'on peut atteindre. C'est une illusion. (P.9 ;413-415).

9.3.2 Libération des passions humaines

Ensuite, Rose et Lisa conçoivent la liberté d'émancipation de leurs propres émotions et/ou désirs.

¹¹⁹ De manière générale, l'Éveil est l'atteinte du cheminement bouddhiste. Spécifiquement et selon le bouddhisme ancien, il est défini par la soustraction du *samsāra*. Concernant le *Theravāda*, il y a l'éveil des bouddhas qui ont arpenté la voie des *bodhisattva*. *De facto*, ils peuvent dispenser la voie y menant. Les *êtres nobles* (tib. *'phags pa*) sont également éveillés, mais n'ont pas cette dernière aptitude, étant donné qu'ils n'ont pas les « dix forces d'un bouddha ». Le *Mahāyāna* conçoit globalement l'éveil comme ceux des auditeurs (tib. *nyan thos*) et ceux des « bouddha-par-soi (tib. *rang rgyal*) ». Néanmoins, ils ne peuvent qu'être qu'un stade vers l'atteinte de l'éveil d'un bouddha. Cependant, pour atteindre l'éveil accompli, il faut percevoir la double vacuité du soi et des manifestations phénoménales via la connaissance transcendante (tib. *shes rab*). Ceci conduit à l'omniscience (tib. *thams cad mkhyen*). Dans cette optique, l'éveil n'est donc plus une libération du *samsāra*.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 213-214.

Partant de ces acceptions, l'association opérée entre Chloé et Ama de liberté et éveil d'un bouddha est plus complexe. De fait, bien que parlant de liberté, on ne sait pas si elles parlent de libération comme affranchissement du *samsāra* (selon le bouddhisme ancien) ou comme l'éveil abouti. Ce dernier n'est alors plus lié à la soustraction du *samsāra*.

¹²⁰ De manière contrastée, la nature de Bouddha est l'équivalent du *tathāgatagarbha* (tib. *de bzhin gshegs pa'i snying po*). Selon cette théorie, tous les êtres ont la possibilité d'arriver à l'éveil d'un bouddha car le *tathāgatagarbha* est présent en potentiel.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 610.

Bien qu'Ama atteste de la non-relativité de la liberté, elle n'a pas évoqué la possibilité pour tous d'atteindre l'éveil a priori.

Rose conçoit notamment la libération influencée par son affiliation au bouddhisme. Ceci a permis une liberté de choix d'actions réelles. Cette dernière concerne question les désirs en ce que ceux-ci se trouvent façonnés en amont par sa propre volonté.

La manière dont je vois la liberté, je crois que le bouddhisme est quelque chose qui m'a libérée. Parce que faire ce que j'ai envie de faire, et justement, j'ai envie de faire ce que je fais. Et c'est sur mes envies que je travaille. (P.12 ;540-543).

De plus, Rose aborde une autre vision de la liberté, à savoir une liberté 'réelle'. Elle est conçue comme libération des tendances d'appétence et d'effroi.

Donc, finalement, être libre de désirs, libre de peur, c'est ça la vraie liberté. (P.11 ;501-502).

Liée aux visions bouddhistes, la liberté est visualisée comme fruit d'une diminution d'attachement aux expériences. Par ailleurs, la libération de tendances karmiques ne sera qu'exponentielle en arpentant la voie bouddhiste.

Qui vont, je pense, plus on va avancer, je suppose qu'il y a une liberté, c'est pas être libre, il y a un espace, il y a une liberté qui se crée par rapport à ça parce que ça s'améliore. (P.16 ;729-731).

Du point de vue de Chloé, sa liberté est le fruit d'une lucidité. Elle est liée au libre arbitre de s'affranchir des phénomènes de l'existence.

Ta seule liberté, c'est grâce à ta pleine conscience. La pleine conscience de l'instant présent te permet de faire un choix, de voir ce qui est en train de se passer. Tout d'un coup, il y a une pensée qui arrive, tu la suis ou tu ne la suis pas ? Tu as une émotion, tu la suis ou tu ne la suis pas ? Ça c'est la liberté. (P.10 ;424-427).

Ama est dans une similarité de point de vue avec Chloé. De fait, une lucidité comme voie de non-saisie des phénomènes peut rapprocher de la liberté.

Mais je pense que la liberté, c'est lié à la présence aussi. Si on se sent vraiment présent, on peut se sentir libre, parce qu'on se débarrasse de tout ce sac à dos dont je parlais tout à l'heure. (P.9, P.10 ;420-422)

En comparaison de ces aspects d'affranchissement menant à la liberté, Lisa, Ama et Chloé sont plus englobantes que Rose. De fait, la première parle des tendances karmiques en général et la seconde ainsi que la troisième de la non-saisie de tous les phénomènes. Rose aborde les désirs, et la peur comme libérateur. En addition, Lisa sent une liberté qui émerge progressivement. Rose est dans la même dynamique en attestant que le fait d'arpenter la voie bouddhiste l'a libérée. Chloé et Ama ne relatent pas cet aspect de progression concernant ces questions. En effet, la liberté se conçoit pour elles comme possible avec les éléments envisagés. Il n'y a par conséquent pas d'évolution graduelle mentionnée menant à ces éléments nécessaires et à leurs visions de la liberté.

Il est important de pointer les comparaisons effectuées entre philosophie et descriptions de l'éveil. De fait, les propositions de Chloé et d'Ama d'éveil comme affranchissement du samsara ne semblent pas complètes en regard des dires traditionnels. Dans une autre mesure et lié au *tathāgatagarbha*, Ama a saisi la non-relativité de la liberté, mais n'a pas évoqué la possibilité pour tous les êtres de s'éveiller en potentiel. Ce dernier élément est central dans cette démonstration philosophique.

9.3.3 Illusions des libertés envisagées comme droits, comme mouvements et comme ancrés dans la matérialité

Il a été vu dans les travaux de Lipovetsky sur la notion de personnalisme que la notion de liberté soit nécessaire pour l'émergence de l'individualité et des droits. Trois interviewées sur six vont à l'extrême opposé de ces tendances. Lisa et Rose remettent en question les libertés d'actions et de mouvements. De plus, Ama interroge le matérialisme comme rendant libre. Finalement, Lisa attire l'attention sur l'écueil de considérer une liberté de droits dans les sociétés.

Concrètement, Rose décrit que son adhésion a transformé sa perception de liberté d'action. Elle est non plus vue comme libérante, mais astreignante aux envies.¹²¹

Donc c'est aussi certaines valeurs qu'on pourrait dire de liberté, par exemple, vous avez parlé de la liberté un peu, je me suis rendu compte que la liberté de faire ce qu'on veut n'est pas une vraie liberté parce qu'en réalité, lorsque nous faisons ce que nous voulons, nous ne sommes pas libres, nous sommes le jouet de nos désirs. (P.11 ;496-500).

¹²¹ Ici, Rose n'associe pas la liberté à un concept de libre arbitre de faire ce qu'elle veut. Elle évoque plutôt un des éléments menant à la cessation de la transmigration (l'errance des êtres dans le *samsāra*), qui peut être similaire à la libération, à savoir la purification des passions. De manière traditionnelle, d'autres éléments sont mentionnés. Retenons qu'il est essentiel que les causalités et conditionnements menant la « conscience » à éclore à nouveau n'aient plus d'incidences. Il faut aussi purifier l'action (tib. *las*) et les obscurcissements (tib. *sgrib pa gnyis*) ayant justement des incidences.

P. CORNU, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, p. 656.

De manière générale et dépassant une vision religieuse, Lisa atteste de conceptions de la liberté articulant psychanalyse et bouddhisme. Effectivement, elle a une adhésion modérée de la vision psychanalytique d'absence de liberté causée par les influences sociétales. Similairement, une absence de liberté est évoquée. Celle-ci est causée par la reproduction de ces mêmes influences.

Donc, là on est bien sur la question de la liberté où il me dit qu'il n'y a pas de liberté. Et avec la psychanalyse, on prend bien, enfin on prend bien, aujourd'hui, je relativiserai mes propos, on prend en partie la mesure de cette question, de cette question de liberté ou même si on peut avoir toutes les libertés du monde, la plus totale, par rapport à notre analyse, par rapport à une société donnée, la liberté qu'on aurait. (P.16 ;715-720).

De nous donner des libertés que d'autres n'ont pas finalement reste cette non-liberté de l'inconscient dont on est totalement tributaires. (...) on peut se rendre compte à quel point on est quand même conditionné dans la société dans laquelle on évolue, et l'éducation qu'on a ou la non-éducation qu'on a, qui est une éducation en soi. (P.16 ;721-727).

En outre, on peut remarquer un détachement progressif quant à la liberté envisagée comme droit à réfléchir et à questionner la société.

Ben, avant, je l'aurais mise par rapport à la société. Liberté qu'on n'a pas, associée à la liberté de penser et d'analyse par rapport à cette société donnée. (P.16 ;712-714).

Plutôt que l'envisager sur le plan intellectuel et mental, Aude met l'emphasis sur le plan pratique. De facto, elle définit la liberté comme capacité à s'affranchir autant que possible de dépendances matérielles, voire comme une vie d'ermite. Néanmoins, cette vision est perçue comme inatteignable.

Parce que cette liberté, on est devant un téléphone ou un écran, si ça se casse, on n'est plus libre du tout, on est paniqué parce que ça n'a pas marché. Tu vois ? C'est ça, la liberté, tu vois ? On est complètement tenu par des tas de choses. Donc, si on peut s'en dégager, mais en tout cas, moi, je sais que je ne peux pas vivre dans une grotte. Ce n'est pas possible. Pour moi, ce ne serait pas possible. Je serais incapable. (P.11 ;489-493).

Lié aux considérations philosophiques du concept de cessation de transmigrations, Rose n'a mentionné qu'un élément essentiel. Il s'agit de la purification des passions. Néanmoins, d'autres modalités sont centrales et pas évoquées.

9.3.4 La liberté comme maîtrise et dépassement de soi

Léa est la seule à mettre en équivalence la liberté et la maîtrise ou le contrôle. Elle aborde les conséquences de ce type de liberté. Concrètement, elle décrit la contribution à des actions vertueuses et le calme en découlant.

Elle associe nécessairement sa définition de la liberté à la notion de contrôle. Spécifiquement, la liberté de l'esprit est conséquente de sa maîtrise de soi. Par ailleurs, elle affine sa perception en ajoutant la notion de libre arbitre. Ce terme est compris comme scrupule envers chaque action du corps, de la parole et de l'esprit.

Et le libre arbitre, comme on a parlé, ça permet d'avoir cette présence, cette conscience de ce que je fais, conscience de la responsabilité de tout ce que je pose comme actes, non pas seulement actes, mais paroles, pensées, regards, attitudes. (P.13 ;572-575).

De cette maîtrise, Léa induit une vision libératrice. Cela la mène à poser des actes utiles, ou le moins néfaste possible.

Et par la maîtrise, j'ai la liberté de poser des actes bénéfiques. Et s'ils ne le sont pas, en avoir le moins possible de négatifs, faire de moins en moins de mal autour de soi. (P.13 ;575-577).

Dans la même veine, cette maîtrise produit une vision de la liberté conçue comme accommodement envers autrui sans le perturber.

Parce que la liberté, ce n'est pas faire tout ce qu'on veut, comme on dit, c'est de faire ce qu'on veut sans déranger, sans empiéter sur le terrain de l'autre. Donc, si on ne veut pas empiéter sur le terrain de l'autre, il faut se maîtriser. (P.13 ;566-569).

Enfin, la maîtrise favorise un calme et une liberté menant à ne pas agir sur le coup de l'émotionnel.

10. Conclusion

La question de ce mémoire a été la suivante : « Quels rapports aux normes religieuses bouddhistes observe-t-on chez des femmes entre la cinquantaine et la septantaine converties à cette religion dans la lignée *Kagyüpa* et quels effets cela a-t-il sur leurs conceptions du bonheur et de la liberté en Belgique en 2026 ? »

Pour y répondre, les hypothèses initialement avancées sont réenvisagées à la lueur des contributions savantes, des analyses sociologiques de terrain et des apports philosophiques bouddhistes. De surcroît, les évolutions de pensées, limites de la recherche et pistes prometteuses pour de futures recherches sont abordées. Cette conclusion tend pareillement à montrer en quoi les apports sociologiques permettent de donner à voir des religiosités contemporaines. Néanmoins, induisons l'idée que six entrevues ne peuvent prétendre à conclure des éléments tendant à s'universaliser. Cette recherche n'a finalement pu que donner à voir des parcours singuliers dans une tradition religieuse qu'il y aurait lieu de comparer tant ses courants, écoles et lignées possèdent certaines spécificités propres.

En outre, la spécificité de l'approche philosophique a pu permettre plusieurs modalités d'interactions avec les interprétations sociologiques des entretiens semi-directifs. D'une part, la philosophie a permis d'explicitier certains concepts qui n'étaient qu'évoqués lors des interviews. D'autre part, des comparaisons ont été effectuées entre compréhensions individuelles et acceptions traditionnelles. Cela a permis d'approfondir nos perceptions de comment des pratiquantes réfléchissent et intègrent des éléments dans leurs cheminements. De manière générale, elles sont soit plus ou moins proches de ce qu'évoque la tradition, soit ne mentionnent pas des éléments composants les visions philosophiques abordées. On voit ici tout l'intérêt de cette approche en sciences des religions. *De facto*, s'il n'y avait que l'une ou l'autre approche, ce projet n'aurait pas pu aboutir à ces conclusions nuancées.

Néanmoins, une limite de cette recherche peut être pointée. La tradition bouddhiste a été envisagée selon des considérations générales sur des concepts. Dans une optique de prolongement de cette recherche, l'histoire de la philosophie pourrait être porteuse. Effectivement, elle pourrait rendre compte des genèses de ces conceptions philosophiques ainsi que de leurs complexifications au fil du temps et des auteurs qui les pensent. Ceci permettrait d'observer les affiliations potentielles des pratiquantes interviewées.

Couplée à cela, la philologie permettrait d'affiner ces approches en allant comprendre les dires proposés dans des textes bouddhistes.

Enfin, ce travail a voulu élaborer une méthodologie permettant de comprendre les religiosités vécues dans des sociétés contemporaines. Il ne fait aucun doute que le couplage de sociologie et de philosophie du religieux pourrait se transférer dans d'autres traditions religieuses. Ceci permettrait de dépasser des compréhensions toutes faites du religieux. De plus, cela pourrait donner à voir comment des individus s'intègrent dans des traditions religieuses pour améliorer leurs conditions d'existences. Néanmoins, il ne faut pas tomber dans une vision absolutiste de cette méthode. Si un tel projet était envisagé, il faudrait évidemment prendre en compte les spécificités des traditions religieuses étudiées. Les constats propres à cette recherche et au bouddhisme ne peuvent pas s'appliquer de manière absolue. De même, ceci est vrai si l'on appliquait cette méthode au bouddhisme zen (ou à d'autres courants de pensée) par exemple.

Lors de la suite de cette conclusion, nous reprenons telles qu'elles les hypothèses initiales afin de déterminer comment ce mémoire permet de les repenser. Également, nous discutons des apports de cette recherche ainsi que des limites inhérentes. Nous détaillons également les conclusions.

« Tout d'abord, la perception du bouddhisme est empreinte de confusions tant il paraît compliqué de le catégoriser : religion, philosophie, les deux, aucun des deux ? Je pense que cette confusion sera perceptible de manière comparative concernant les femmes interviewées. En outre, la confusion serait renforcée dès lors qu'il serait évoqué combien le bouddhisme mobilise des normes. »

La première hypothèse concernait de potentielles confusions de catégorisations de ce que pouvait être le bouddhisme. Il est scientifiquement possible d'accorder des réalités philosophiques et de religion non théiste au bouddhisme avec des spécificités propres. Ensuite et effectivement, ces tâtonnements de catégorisations sont perceptibles de la part des interviewées. Concrètement, une tripartition se dégage.

D'une part, deux pratiquantes sont passées d'une vision philosophique à religieuse. Pour l'une, les éléments justifiant ce passage concerne les croyances à adopter, la présence d'une communauté le critère non théiste. Néanmoins et pour l'autre, cette transformation de catégorie n'est qu'une hypothèse et dévoile une limite de notre démarche. En effet, ces potentiels amalgames n'ont pas clairement été perçus lors de la première entrevue. Par conséquent, cette pratiquante n'a pas été autant finement questionnée sur ce sujet que les autres. Il aurait peut-être fallu effectuer plus de recherches savantes au préalable pour saisir cette ligne de tension. J'aurais pu la percevoir durant l'entrevue et rebondir dessus avec des questions.

Dans cette catégorie, la discipline philosophique a permis d'approfondir des termes qui n'étaient qu'évoqués par les femmes interrogées. Sans cette méthode, les composantes bouddhistes n'auraient été que citées. Une dimension d'explicitation est notablement à retenir.

D'autre part, il y a des appréhensions mélangées entre religieux et philosophique, selon trois interviewées. Comparativement, certaines appuient plus l'une ou l'autre catégorie, même si elles conçoivent les deux. Parfois, des confusions incluent certains arguments dans une catégorisation alors qu'ils devraient s'insérer dans l'autre.

Dans une autre mesure, une pratiquante préfère associer le bouddhisme à une voie spirituelle et ensemble de pratiques. Spécifiquement, une vision non théiste confuse est à retenir potentiellement liée à un rejet du divin anglican.

Cette hypothétique conclusion est renforcée via l'explication philosophique des *yidam*. En effet, elle a permis de saisir des considérations liées à ce concept et de les mettre en regard avec les conceptions d'Ama.

Au-delà de cette trilogie, des ambivalences de catégorisations sont renforcées lors de l'évocation des questions normatives. Cependant, cela n'arrive que très peu. Par exemple, Ama évoque l'impossibilité d'une vision religieuse prescrivant une éthique tout en mentionnant un ensemble de règles.

« De surcroît, le rapport aux normes serait vécu de manière plurielle parmi les croyantes que je vais interviewer. Posons même l’hypothèse qu’il y aurait autant de manières de se positionner en regard de ces normes bouddhistes qu’il y aurait d’acteurs impliqués. »

Initialement, nous avons supposé une pluralité individuelle de rapports aux normes. Certes, cette individuation existe, mais des similarités peuvent tout de même s’observer entre pratiquantes.

De facto, deux femmes questionnées décrivent la nécessité du normatif au sein du bouddhisme avec des divergences d’appréhensions. En effet, elles attestent de concepts philosophiques, mais ne mentionnent pas les mêmes. La conclusion est la même pour les pratiques. Par ailleurs, l’une envisage une morale bouddhiste, l’autre ne la pense pas.

Dans ce cadre, retenons les descriptions de Léa sur les cinq chemins de l’éveil. Elle est plus ou moins similaire avec certaines déclarations philosophiques traditionnelles.

En outre, deux pratiquantes dénie les normes ‘relatives’ comme condition de possibilité d’émergence de l’absolu. L’une insiste sur les aspects limités des normes ne permettant qu’une appréhension relative de l’existence. L’autre décrit le dépassement de la dualité individu et normes. Dans une autre mesure, les deux soulignent l’aspect moral propre au normatif. Ce dernier est à considérer comme individuel ainsi que produit par des compréhensions de la tradition et des pratiques. Finalement et en marge de Chloé, Rose aborde la confiance conséquentielle de ses pratiques et soustraite du raisonnement conceptuel. Retenons pareillement que les deux priorisent l’expérience sur la pédagogie.

Par ailleurs, on a déterminé deux visions impensées, ou a minima peu envisagées. Particulièrement, Aude balançait entre observances de conceptions éthiques normatives quasi pas évoquées et nécessité d’y réfléchir. Le normatif est par conséquent, peu important pour elle. En dernier lieu, Lisa rencontre des difficultés à clarifier les normes. Ses visions se situent entre tensions, mécontentements et obligation d’adhésion. Ce dernier point, s’il est isolé des deux autres, peut s’insérer dans la catégorie ‘nécessité du normatif’.

Cependant, il est stimulant de constater le peu de mentions explicites d'élévations via les normes. Cela est d'autant plus étonnant au vu des très nombreuses descriptions des bienfaits de suivre la voie bouddhiste de la part des pratiquantes.

« Par ailleurs, le processus de conversion transformerait les perceptions de ces femmes concernant les notions d'autonomie et d'hétéronomie. J'irais même jusqu'à penser que l'inscription dans le bouddhisme privilégierait le croisement de ces dimensions depuis un rapport visant à dépasser le dualisme inhérent à ces notions. »

En effet, nous avons évoqué l'hypothèse que la conversion dépasserait le dualisme entre autonomie et hétéronomie. D'une part, la notion d'individualisme confinitaire permet d'envisager les positions des pratiquantes. En résumé, retenons que ces femmes ont tenu des positions individualistes rattachées à la tradition bouddhiste. Elles décrivent ainsi des positions autonomes par leurs affiliations hétéronomes. Par conséquent, le dépassement du dualisme ne s'observe pas réellement. Il s'agit plutôt de l'union des deux.

Ceci s'observe dans les descriptions de leurs valeurs. Effectivement, trois pratiquantes ont vu émerger des valeurs humaines se rapprochant plus ou moins du bouddhisme au fil de leur cheminement. Dans une autre mesure, un basculement quasi paradigmatique s'est opéré du catholicisme au bouddhisme pour Léa. Au-delà de ces idées, Aude a même reconnu le lien que ses valeurs actuelles de cette vie avaient avec ses existences passées.

De plus, une notion centrale du bouddhisme est relatée par trois interviewées. Il s'agit de la prise en charge de la souffrance. Cette dernière s'est intégrée dans leurs valeurs.

De manière élargie, cette recherche peut déplacer le regard sur les conclusions d'un autre terrain en sociologie de la conversion au bouddhisme. Il s'agit de celui de Mathé. Ce dernier a effectué une recherche sur les « formes et contenus de l'adhésion au bouddhisme en France ». Il a ainsi eu comme ambition de relater les conjonctures menant à un bouddhisme en Occident.¹²² Notamment, il a observé des négations sur l'idée de conversion. Elles sont conséquentielles de l'attestation de décisions personnelles liées au spirituel.¹²³

¹²² T. MATHÉ, *Le bouddhisme des Français, le bouddhisme tibétain et la Soka Gakkai en France, contribution à une sociologie de la conversion*, Paris, L'Harmattan, 2005, p. 337.

¹²³ T. MATHÉ, *Le bouddhisme des Français, le bouddhisme tibétain et la Soka Gakkai en France, contribution à une sociologie de la conversion*, p. 339.

Une hypothèse liée à ces rejets induit que les interviewés conçoivent la doctrine bouddhiste comme dogmatique. Néanmoins, il y a des intégrations de religiosités intégrées dans une totalité religieuse. Ceci permet aux pratiquants de pourvoir du sens via l'expérimentation. Bien que non voulues, ces conversions sont plutôt des acceptions qu'une « autorité » religieuse prévaut sur les autres.¹²⁴

En lien à notre recherche, il n'y a pas réellement eu de rejet du terme conversion. Néanmoins, le terme d'adhésion a été privilégié pour plusieurs raisons. D'une part, on retrouve une quasi non-mention de la triple prise de refuge. D'autre part, le bouddhisme privilégie des voies spirituelles individuelles intégrées dans une tradition communément partagée.

En effet, on a pu déceler une grande fluidité d'affiliation de croyances et des pratiques.

Pour donner à voir cette idée, le 'concept-expérientiel' a été usité afin de percevoir deux éléments. Il s'agit tant de la pluralité de descriptions conceptuelles que des liens entre individu et tradition.

En effet, le terme karma est compris diversement par quatre pratiquantes. Pour Rose, il sert à saisir l'existence, les renaissances successives et les souffrances liées. Lisa atteste que les cinq tendances fondamentales produisent les sociétés. Concernant Léa, elle cite plus que décrit le karma. Finalement, Aude envisage les tendances karmiques comme véridiques. Grâce aux apports philosophiques bouddhistes, on voit que trois pratiquantes se rapprochent plus ou moins des descriptions traditionnelles. De fait, Rose semble la plus proche, étant donné qu'elle y ajoute des considérations sur la souffrance. Deux autres pratiquantes (Lisa et Léa) ont plutôt propension à user du *karma* pour mieux comprendre le réel. Les descriptions philosophiques ont également permis de clarifier des termes qui n'étaient que cités. C'est notamment le cas de la compassion et de la vacuité, mentionnées par Aude.

Un autre concept expérientiel présenté est le 'non-soi'. Il est entendu comme faisant relativiser la mort et la souffrance (Léa) ou comme moyen de percevoir les écueils ne menant pas à l'absolu (Ama). En lien aux contributions philosophiques, les deux cheminantes ont bien compris la nécessité de transcender leurs visions relatives. Ceci se rapproche des considérations de non-soi proposées par la tradition.

¹²⁴ T. MATHÉ, *Le bouddhisme des Français, le bouddhisme tibétain et la Soka Gakkai en France, contribution à une sociologie de la conversion*, p. 145.

De plus, l'impermanence est mentionnée par trois pratiquantes avec des singularités. Effectivement, ce terme est compris comme lié au non-attachement (Léa), comme menant à la liberté ou mentionné par Lisa. Liées à la description traditionnelle, les pratiquantes paraissent comprendre qu'appliquer une vision impermanente mène au bonheur et à la paix. Elles vont dans le même sens que l'explication philosophique relatant de continuation de souffrances s'il n'y a pas d'impermanence.

En outre, des concepts non partagés sont mentionnés et peu décrits. Il y a la 'vacuité', les 'trois joyaux' et les 'quatre nobles vérités'. La méthodologie philosophique permet moins de comparer ces termes avec les citations des interviewées que de les clarifier.

« Par ailleurs, le processus de conversion transformerait les perceptions de ces femmes concernant les notions d'autonomie et d'hétéronomie. J'irais même jusqu'à penser que l'inscription dans le bouddhisme privilégierait le croisement de ces dimensions depuis un rapport visant à dépasser le dualisme inhérent à ces notions. »

Une hypothèse supplémentaire attestait des impacts de l'adhésion au bouddhisme sur d'autres domaines que religieux. En effet, il s'est avéré que deux interviewées (Rose et Chloé) sont devenues végétariennes afin d'éviter de faire souffrir d'autres êtres. Dans le même ordre d'idée, trois pratiquantes (Rose, Chloé et Lisa) attestent de ressentis de compassion, voire parfois d'utilité dans certains cas. Ces ressentis sont alimentés par des pratiques telles que le *gtong-len* et les pratiques méditatives.

Au-delà de cette hypothèse, des éléments conséquents de pratiques intériorisées se sont dévoilés. Ils sont plus ou moins proches de l'hypothèse initiale d'influences sur d'autres modalités que religieuses. De fait, on peut percevoir un débordement de questionnements existentiels colorés par des thématiques bouddhistes. Ces questionnements existentiels concernent la vie, le vrai, les croyances et la manière de se définir en tant qu'individu. Initialement, l'incorporation fut posée comme concept opérationnel pour catégoriser les propos des pratiquantes. Cependant, elle se teinta de limites en regard de la prévalence au travail accordé sur l'esprit dans le bouddhisme. L'intériorisation fut plutôt privilégiée.

Ces considérations donnent d'autres perceptions sur les conclusions de Mathé dans sa recherche en sociologie de la conversion. *De facto*, le chercheur a compilé des « récits de vie » l'amenant à percevoir une récurrence via l'affiliation communautaire. Cette réminiscence concerne une compréhension du réel par l'expérimentation. Elle ne se conçoit pas comme une obligation d'adhérer à un ensemble doctrinal. Néanmoins, les croyances réciproques le sont par la pratique. Dit autrement, la conversion se fait via l'expérientiel.¹²⁵

Ces constatations semblent aller dans un certain même sens que les nôtres. Effectivement, l'expérience est pareillement conçue comme connaissance du réel. Là où notre propos se nuance, c'est bien en distinguant adhésion et conversion. De fait, une adhésion est privilégiée pour saisir les multiplicités individuelles de pratiques et croyances suivies au fil d'un cheminement propre dans le bouddhisme.

Concrètement et en lien à notre recherche, une conclusion concerne l'appréhension d'émotions qui, via les expériences intériorisées, sont plus support de modification des êtres qu'exaltées. Par exemple, Rose, Léa et Aude intériorisent et réfléchissent sur divers éléments (des concepts philosophiques, leurs émotions) dans l'objectif de ne pas leur accorder une réalité propre. Si elles les substantialisaient, ces composantes du réel leur procureraient des souffrances.

Cette conclusion s'insère dans la distinction entre émotions et émoi de Bobineau. D'une part, l'individu dit « hypermoderne » n'est pas en quête de croyances salvatrices liées à la mort, mais à un soin des souffrances d'ici et maintenant. De fait, il y a recherche de bonheur dans le présent. L'engagement religieux remplit notamment cette fonction. Mais encore, le salut est coloré d'une « mondanisation émotionnelle ». Le salut est ainsi conçu via les émotions. Ces dernières sont perçues comme manifestes, plurielles et fugaces. Auparavant, le salut était appréhendé en lien à l'au-delà et influencé par « l'émoi collectif » alimenté par des traditions. L'émoi est intérieur, mesuré, exceptionnel, notamment lié au religieux et influençant longtemps l'individu. « Il perdure et peut changer la vie de celui qui l'éprouve »^{126, 127}

¹²⁵ T. MATHÉ, *Le bouddhisme des Français, le bouddhisme tibétain et la Soka Gakkai en France, contribution à une sociologie de la conversion*, Paris, L'Harmattan, 2005, p. 337.

¹²⁶ O. BOBINEAU, « La troisième modernité ou « l'individualisme confinitaire » », p. 12.

¹²⁷ O. BOBINEAU, « La troisième modernité ou « l'individualisme confinitaire » », p. 11-12.

Ces pratiques intérieures ont une double fonction selon ces considérations. De manière générale et performatrice, elles permettent de diminuer les souffrances et de tendre vers des bonheurs. D'autre part, dans leurs caractéristiques de 'support de modifications de l'être', elles se rapprochent de l'émoi. Concrètement, l'intériorisation par des pratiques répétées ont conduit Lisa et Chloé à définir le vrai. La première a opéré un retournement 'paradigmatique' du réel et du vrai par une convergence de pratiques. La seconde a défini le vrai et une forme de foi comme dépassant le croire et le non-croire via un dépassant des concepts rendus futiles par ses méditations.

Néanmoins, la description de l'émoi collectif ne semble pas rendre compte des perceptions des pratiquantes questionnées. Effectivement, elles semblent attester d'émois, mais plutôt individuellement liés à la tradition bouddhiste à laquelle elles adhèrent. Par conséquent, elles sont dans une double alimentation des perspectives de Bobineau sur le salut.

On peut également noter une limite de cette recherche, à savoir qu'il n'y a quasi pas mention de la mort dans les descriptions des interviewées. Néanmoins, cette thématique est centrale dans le bouddhisme tibétain¹²⁸.

De plus, diverses catégories ont permis d'envisager les passages par le corporel et le spirituel comme conciliateurs des pratiquantes pour elles-mêmes. Nous avons développé des considérations sur des regards pacifiés et apaisés sur le passé, des développements de clarté d'esprit, des compréhensions fines de l'esprit ainsi que des constatations de la chance d'exister.

Dans ces catégorisations, l'approche philosophique a été porteuse pour mettre en regard des descriptions traditionnelles avec des tâtonnements d'intériorisations pratiques de ces considérations par les pratiquantes. La comparaison des dires de Léa avec la potentielle union de *zhi-gnas* et *lhagthong* est porteuse en ce sens.

Néanmoins, dans la partie sur 'l'absence d'un soi', on peut observer que certains éléments sont abordés par les pratiquantes en regard de la tradition, mais pas tous. Dans la partie des concepts 'non-partagés', des concepts ne sont qu'évoqués par ces femmes. La

¹²⁸ Voici un ouvrage de référence de Padmasambhava sur les 'états intermédiaires' et les méthodes de préparation et d'accompagnement de la mort : Padmasambhava, *Le livre des morts tibétain : la grande libération par l'écoute dans les états intermédiaires : Bardo thödröl chenmo*, Paris, Buchet-Chastel, 2009, traduit du tibétain par P. Cornu.

philosophique n'a en fin de compte plus de desseins comparatifs. De fait, elle n'est que descriptive.

« Concernant le bonheur, mon hypothèse est que l'adhésion au bouddhisme va avoir, pour ces femmes, un changement presque paradigmatique. De fait, elles passeraient d'une vision d'un bonheur occidentalisé (centré sur leurs individualités) à une nécessité d'œuvrer pour un bonheur commun. Cette affiliation serait effectuée tant en acceptant, refusant ou ne pensant pas un système normatif, qui modifierait néanmoins leurs imaginaires. »

De manière générale, les conceptions liées au bonheur n'attestent pas de normatifs selon les interviewées. Néanmoins, il est lié, pour toutes les descriptions individuelles, aux cheminements bouddhistes. Par exemple, des conceptions normées d'équivalence entre bonheur et éveil sont mentionnées. Un autre élément essentiel concerne l'influence de l'adhésion au bouddhisme sur le bonheur. Retenons que Chloé est la seule à associer explicitement le bonheur comme conséquentiel de son adhésion et des pratiques liées.

De plus, le bonheur est notamment (mais pas que) perçu comme individuel. En ce sens, l'hypothèse du passage d'un bonheur individué à prétention pour tous ne se confirme pas.

Néanmoins, le bonheur est tout de même envisagé comme dans des interactions entre individus et autres êtres. En ce sens, l'hypothèse avancée correspond aux transformations observées sur le terrain. Concrètement, le bonheur est soit envisagé pour soi, puis pour les autres, ou d'abord pour les autres, menant au bonheur individuel. Il y a de même des conceptions d'équivalences de nécessités entre les deux.

Au regard de l'approche philosophique, les propos des interviewées se rapprochent tant des démonstrations évoquées par le bouddhisme qu'ils sont à la fois porteurs d'impensés sur certains éléments traditionnels décrits. Dans une autre mesure, retenons qu'un type de bonheur décrit par Shakyamuni (le bonheur 'sensuel') n'est même pas évoqué par ces pratiquantes.

« Par rapport à la liberté, elle ne sera plus vécue comme nécessité de se mouvoir ou d’avoir des droits. Différemment, l’emphase se placerait davantage sur l’éveil bouddhiste, fruit d’une adhésion à cette religion par conséquent. »

En effet, une catégorisation de visions de libertés s’attarde sur l’éveil. Néanmoins, il ne s’agit pas des seules définitions découvertes. D’une part, on peut retenir des libérations de passions humaines. De fait, il y a évocations de la peur, des désirs, des tendances karmiques. Lisa, Ama et Chloé sont plus généralisantes que Rose. De fait, la première parle des tendances karmiques dans son sens commun. La seconde ainsi que la troisième abordent la non-saisie de tous les phénomènes. Rose décrit l’affranchissement des désirs et de la peur comme libérants. De plus, Lisa perçoit une liberté qui arrive petit à petit. Rose a ainsi ce ressenti en témoignant que le fait de suivre la voie bouddhiste l’a libérée. Chloé et Ama n’attestent pas de ce critère progressif concernant ces questions. En effet, la liberté se conçoit pour elles comme possible avec les éléments envisagés.

Un autre ensemble de visions de la liberté concorde avec l’hypothèse émise. *De facto*, on retrouve des attestations que percevoir les libertés comme droits, mouvements ou associés à la matérialité sont des illusions. De fait, lié à la liberté d’action, Rose la conçoit comme asservissante aux envies. Dans une autre optique, Lisa ne conçoit plus la libération comme droit aux réflexions et aux questionnements de la société.

Une dernière catégorie concernant l’association entre liberté et maîtrise ne concerne que Léa. Elle envisage la maîtrise comme permettant la liberté de l’esprit, ce qui l’invite à émettre le minimum d’actions néfastes envers les autres êtres.

Mis à part un cas où Lisa détaille la liberté selon des conceptions psychanalytiques, toutes les pratiquantes s’inspirent de leurs cheminements et réflexions bouddhistes pour définir la liberté. Elles le font soit clairement (comme dans les considérations sur l’éveil) ou en lien fort, mais pas précisé.

11. Bibliographie

Dans le cadre de ce mémoire, nous avons utilisé les normes THER de la faculté de théologie de l'UCLouvain.

BOBINEAU Olivier, « La troisième modernité ou « l'individualisme confinitaire » », dans *Sociologies, théories et recherches*, 2011, en ligne : <https://journals.openedition.org/sociologies/16721> (consulté le 6 mai 2026).

BUSWELL Robert E. Jr., LOPEZ Donald S. Jr., *The Princeton Dictionary of Buddhism*, Princeton, Oxford, Presses universitaires de Princeton, 2014.

CAUMIÈRES Philippe, *Castoriadis : le projet d'autonomie*, Paris, Michalon, 2007.

CORNU Philippe, *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme, 2e édition revue et augmentée*, Éditions du Seuil, Paris, 2006.

CORNU Philippe, *Introduction à l'histoire des religions tome I, cours général sur l'histoire et les sciences des religions*, Paris, Éditions Rangdröl, 2021.

CORNU Philippe, « Le bouddhisme : en dehors de l'éthique, quel dialogue possible ? », dans MARIE-COURAU Thierry, VIVIER-MURESAN Anne-Sophie, Noémie BRISSON, CORNU Philippe, A. DUPLEIX, HADDAD Pierre-Antoine, H. DE LA HOUGUE, MACHADO Francisco, Y. MATTA, MOOG François, NOKKARI Mohammed, PANDARAKAPPIL Alex, A.-M. RELINEN, B.-M. ROQUE, SOULETIE Jean-Louis, P. TONDE, L.VILLEMEN (ed.) *Dialogue et conversion, mission impossible ?*, Paris, Desclée de Brouwer, 2012, en ligne : <https://dial.uclouvain.be/pr/boreal/object/boreal:182536> (consulté le 29 septembre 2025).

CORNU Philippe, *Le bouddhisme : une philosophie du bonheur ?*, Paris, Éditions du Seuil, 2013.

CORNU Philippe, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome I, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019.

CORNU Philippe, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome II, bouddhisme Mahāyāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019.

CORNU Philippe, *Manuel de bouddhisme, philosophie, pratique et histoire tome III, le bouddhisme Vajrayāna*, Paris, Éditions Rangdröl, 2019.

DE BACKER Bernard, « Bouddhismes en Belgique », dans *Courrier hebdomadaire du CRISP*, t. 23, n° 1768-1769, 2002, en ligne : <https://shs.cairn.info/revue-courrier-hebdomadaire-du-crisp-2002-23-page-5?lang=fr&tab=texte-integral> (consulté le 11 septembre 2025).

DE LA VALLÉE-POUSSIN Louis, *Le dogme et la philosophie du bouddhisme*, Paris, Gabriel Beauchesne, 1930.

DIECKHOFF Alain, PORTIER Philippe, « Introduction, la religion recomposée », dans Alain DIECKHOFF, Philippe PORTIER (éds), *Religion et politique*, Paris, Presses de sciences po, 2017.

DOBBELEARE Karl, « La portée conceptuelle de la sécularisation », dans CLARKE Peter B., *Le manuel d'Oxford de sociologie de la religion*, Oxford, Presses universitaires d'Oxford, 2009, p. 600-601, en ligne : https://books.google.be/books?id=JF30DAAAQBAJ&pg=PR7&dq=editions:ISBN0199279799&hl=fr&source=gb_s_selected_pages&cad=1#v=onepage&q&f=false (consulté le 18 mars 2026).

DOBBELAERE Karl, VOYÉ Liliane, « Réflexion et éthique : de la règle autoritaire à la contextualisation réflexive des normes », dans *Revue européenne des sciences sociales*, t. 126, 2003, en ligne : <https://journals.openedition.org/ress/547> (consulté le 24 mars 2026).

DONEGANI Jean-Marie, *La liberté de choisir : pluralisme religieux et pluralisme politique dans le catholicisme français contemporain*, Paris, Presses de la fondation nationale des sciences politiques, 1994, p. 337-338.

DONEGANI Jean-Marie, « La sécularisation du croire : pragmatisme et religion », dans *Archives de sciences sociales des religions*, t. 169, 2015, en ligne : <https://journals.openedition.org/assr/26728> (consulté le 14 avril 2026).

GARFIELD Jay L., *S'intéresser au bouddhisme, pourquoi c'est important pour la philosophie*, New York, Presses universitaires d'Oxford, 2015, en ligne : <https://academic.oup.com/book/3952> (consulté le 14 avril 2026).

GAUTHIER François, « Religieux, religion et religiosité », dans *Revue du Mauss*, t. 49, 2017, en ligne : <https://shs.cairn.info/revue-du-mauss-2017-1-page-167?lang=fr> (consulté le 7 février 2026).

GENARD Jean-Louis, CANTELLI Fabrizio, *Être capables et compétents : lecture anthropologique et pistes pragmatiques*, dans *Sociologies*, 2008, en ligne : <https://journals.openedition.org/sociologies/1943#quotation> (consulté le 25 mai 2026).

GIRA Dennis, *Le bouddhisme en 50 clés*, Montrouge Cedex, Bayard, 2009.

IMMERGUT Matthew, KAUFMAN Peter, « Une sociologie du « non-soi » : application de la théorie sociale bouddhiste à l'interaction symbolique », dans *Symbolic interaction*, t. 37, 2014, en ligne : <https://www.jstor.org/stable/symbinte.37.2.264> (consulté le 25 mai 2026).

INSTITUT KHYENTSE WANGPO, en ligne : <https://institut.khyentsewangpo.org/> (consulté le 16 octobre 2025).

KARSENTI Bruno, « L'énigme de l'hétéronomie », dans *L'Homme*, n° 227-228, 2018, en ligne : <https://shs.cairn.info/revue-l-homme-2018-3-page-237?lang=fr> (consulté le 10 février 2026).

KHYÈNTSÉ RINPOCHE Mila, *Le Bouddha, sa vie, son éveil, son enseignement*, Paris, Institut Khyèntsé Wangpo, 2016.

LAMINE Anne-Sophie, « Expérience, idéaux et participation sociale, penser le religieux avec Dewey », dans *théorèmes*, t. 13, 2018, en ligne : <https://journals.openedition.org/theoremes/2116#quotation> (consulté le 6 mai 2026).

LEBARON Frédéric, *Les 300 mots de sociologie*, Paris, Dunod, 2014, en ligne : <https://shs.cairn.info/les-300-mots-de-la-sociologie--9782100707058?lang=fr> (consulté le 24 mars 2026).

LENOIR Frédéric, *La rencontre du bouddhisme et de l'Occident*, Paris, Albin Michel, 2011.

LIPOVETSKY Gilles, *L'ère du vide, essais sur l'individualisme contemporain*, Paris, Gallimard, 1984.

LONGCHENPA, *La liberté naturelle de l'esprit*, Paris, Éditions du Seuil, 1994, traduit du tibétain par P. CORNU.

MARQUET Jacques, QUIVY Raymond, VAN CAMPENHOUDT Luc, *Manuel de recherches en sciences sociales, 6^e édition revue et augmentée*, Paris, Armand Colin, 2022.

MATHÉ Thierry, *Le bouddhisme des français, le bouddhisme tibétain et la Soka Gakkai en France, contribution à une sociologie de la conversion*, Paris, L'harmattan, 2005.

MCGUIRE MEREDITH B., « Expériences sensorielles, individuelles, sens socialisés et religion vécue au quotidien », dans *Social compass*, t. 63, 2016, en ligne : <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0037768616628789> (consulté le 31 mars 2026).

MEKKI-BERRADA Abdelwahed, BEN DRISS Karim, ROUSSEAU Cécile, « Être musulmane et sujet éthique et spirituel, vivre-ensemble et autres concepts expérientiels mobilisés par des soufies montréalaises », dans *Anthropologica*, t. 65, 2023, en ligne : <https://www.erudit.org/fr/revues/anthro/2023-v65-n1-anthro09149/1109797ar/> (consulté le 3 février 2026)

MELLOR Philip, « Incorporation, émotion et expérience religieuse : religion, culture et corps charismatique », dans J. A. BECKFORD, N. J. DEMERATH (éds), *Le manuel Sage de sociologie de la religion*, Londres, Publications Sages, 2007, en ligne : https://fr.scribd.com/document/550274439/MELLOR-Philip-A-2007-Embodiment-Emotion-and-Religious-Experience-Religion-Culture-and-the-Charismatic-Body?doc_id=550274439&download=true&order=688741731 (consulté le 31 mars 2026).

MIDAL Fabrice, *Chögyam Trungpa : une révolution bouddhiste*, Mayet, Éditions du Grand Est, 2007.

MIDAL Fabrice, *La pratique de l'éveil de Tilopa à Trungpa, l'école Kagyü du bouddhisme tibétain*, Paris, Éditions du Seuil, 1997.

MIDAL Fabrice, *Quel bouddhisme pour l'Occident ?*, Paris, Éditions du Seuil, 2006.

MUCCHIELLI Alex, PAILLÉ Pierre, *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, Paris, Armand Colin, 2012, en ligne : <https://shs.cairn.info/l-analyse-qualitative-en-sciences-humaines--9782200249045-page-231?lang=fr> (consulté le 11 mars 2026).

NOCK Arthur Darby, *Conversion : l'ancienne et la nouvelle religion, d'Alexandre le Grand à Augustin d'Hippone*, Oxford, Presses universitaires d'Oxford, 1933, en ligne : <https://ia601601.us.archive.org/29/items/Nock1933Conversion/Nock%201933%20Conversion.pdf> (consulté le 14 avril 2026°).

NUNEZ MOSCOSO Javier, « Et si l'on osait une épistémologie de la découverte ? La démarche abductive au service de l'analyse du travail enseignant », dans *Penser l'éducation*, t.33, 2013, p.57-68, en ligne : <https://hal.science/hal-00880344/document> (consulté le 2 février 2026)

NYIMA RINPOCHE Chökyi, « Méditation », dans BINDER SCHMIDT Marcia (éd.), NYIMA RINPOCHE Chökyi, TSOKNYI RINPOCHE Drubwang, *Introduction au Dzogchen: s'engager sur la voie spirituelle selon la Grande Perfection*, Boston, Random house, 2002

PADMASAMBHAVA, *Le livre des morts tibétain : la grande libération par l'écoute dans les états intermédiaires : Bardo thödröl chenmo*, Paris, Bustel-Chasel, 2009, traduit du tibétain par P. CORNU.

PEIRCE Charles Sanders, Projet d'édition Pierce (éd.), *L'essentiel de Peirce : une sélection d'écrits philosophiques*, t. 2, Bloomington, Presses universitaires d'Indiana, 1998.

PIETROPAOLI Matteo, *L'individualisme et l'essor des égosystèmes, la société de l'extinction*, Rome, Palgrave pivot, 2023, en ligne : <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-031-25281-5> (consulté le 25 mars 2026).

PORTIER Philippe, « Démocratie et religion, la contribution de Jürgen Habermas », dans *Revue d'éthique et de théologie morale*, t. 277, 2013, en ligne : <https://shs.cairn.info/revue-d-ethique-et-de-theologie-morale-2013-4-page-25?lang=fr> (consulté le 15 avril 2026).

RAMBO Lewis R., « Théories de la conversion : comprendre et interpréter les changements religieux », dans *Social compass*, t. 46, 1999, en ligne : <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/003776899046003003> (consulté le 14 avril 2026).

RAMOGNINO Nicole, « Normes sociales, normativités individuelle et collective, normativité de l'action », dans *Langage et société*, t. 119, 2007, en ligne : <https://shs.cairn.info/revue-langage-et-societe-2007-1-page-13?lang=fr> (consulté le 20 avril 2026).

ROSA Hartmut, « L'idée de résonance comme concept sociologique », article publié le 9 juillet 2018, en ligne sur le blog : <https://globaldialogue.isa-sociology.org/articles/the-idea-of-resonance-as-a-sociological-concept>(consulté le 15 avril 2026).

RICARD Matthieu, *Carnets d'un moine errant*, Paris, Allary Éditions, 2021.

Site web du XVII^e Karmapa, en ligne : <https://www.kagyuoffice.org.tw/kaguy-lineage/kagyu-dharma-center-contact-lists/kagyu-belgium> (consulté le 21 octobre 2025).

SOLFAROLI CAMILLOCI Daniela, « La conversion religieuse : parcours de recherche », dans PITASSI Maria-Cristina, SOLFAROLI CAMILLOCI Daniela (éd.), *Les modes de la conversion confessionnelle à l'époque moderne, autobiographie, altérité et constructions des identités religieuses*, Florence, Olschki, 2010.

SNOW David A., MACHALEK Richard, « La sociologie de la conversion », dans *Revue annuelle de sociologie*, t. 10, 1984, en ligne : <https://www.jstor.org/stable/2083172?origin=JSTOR-pdf> (consulté le 14 avril 2026).

VANDENBERGHE Frédéric, *La sociologie de Georg Simmel*, La découverte, 2009, en ligne : <https://shs.cairn.info/la-sociologie-de-georg-simmel--9782707133076?lang=fr> (consulté le 10 février 2026).

VANDENBERGHE Frédéric, « Transcendance immanence dans la sociologie de la religion de Georg Simmel », dans *Revue de sociologie classique*, t. 10, 2010, en ligne : https://www.researchgate.net/publication/240691415_Immanent_transcendence_in_Georg_Simmel's_sociology_of_religion (consulté le 11 mai 2026).

12. Annexes

12.1 Questionnaire

Pourriez-vous vous présenter ?

Âge, profession, trajectoire scolaire (y compris parcours dont études et professions des parents et amis), situation familiale (y compris sur le plan socio-économique), contexte, vos intérêts dans la vie, engagements extra-professionnels..) ? Lieu d'origine ?

Qu'est-ce qui vous a amené vers le bouddhisme ?

Y a-t-il une expérience personnelle particulièrement marquante dans votre vie à ce sujet qui a créé un questionnement, voire une remise en question ?

Pour vous, y-a-t-il une dimension normative dans le bouddhisme ?

Et comment vous positionnez-vous face à celle-là?

Comment viviez-vous le rapport à la norme avant votre conversion? Et le rapport à la norme bouddhiste ?

Avez-vous perçu des changements quant à votre vision de la norme durant votre processus de conversion ?

Qu'est-ce que cet ancrage vous apporte dans votre vie ?

Quels effets cette conversion au bouddhisme a-t-elle eus sur votre vie en termes de pratiques religieuses aujourd'hui ? Et par ailleurs, des pratiques non religieuses ?

Y a-t-il des choses que vous vous sentez être amené à faire ?

Et des choses que vous n'êtes plus invités à faire ?

Et est-ce que votre conversion a eu des incidences sur votre vision de vos valeurs ? Lesquelles et de quelle manière ?

Et relatif à votre perception du bonheur, est-ce que quelque chose a changé ?

Et qu'en est-il de votre vision de la liberté ?

Comment pensez-vous l'articulation entre norme et liberté ?

Est-ce que vous percevez quelque aspect incapacitant d'une relative perte de liberté (volontaire) ?

Est-ce que vous vous sentez en porte à faux avec le reste de la société ? Comment appréhendez-vous cette idée ?