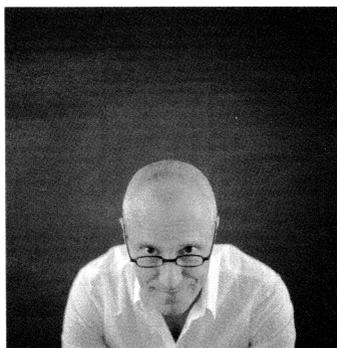


CORPS & ESPRIT

Le yoga vaut bien un ministère

PAR THIERRY JANSSEN



Thierry Janssen, chirurgien devenu psychothérapeute, nous invite à penser autrement pour se soigner différemment. Il a fondé l'École de la présence thérapeutique (edlpt.com). Dernier ouvrage paru : Confidences d'un homme en quête de cohérence (Pocket, 2014).

L'information n'est pas passée inaperçue dans la presse internationale : au mois de novembre dernier, le nouveau Premier ministre indien, Narendra Modi, a annoncé la création d'un ministère consacré aux médecines et pratiques traditionnelles telles que l'ayurvéda, le yoga, l'*unani*, le *siddha* et l'homéopathie. Certains journalistes occidentaux y ont vu une tentative des nationalistes hindous – dont fait partie Modi – de favoriser la culture dominante face à la minorité musulmane. D'autres ont suspecté une volonté de prosélytisme de la part d'un Premier ministre fervent pratiquant du yoga. Il est vrai que, deux mois auparavant, l'homme avait demandé à l'ONU d'envisager l'instauration d'une journée mondiale du yoga. Une proposition qui, entre-temps, a reçu le soutien de l'Union européenne par la voix de son président. Toutefois, il me semble que parler de favoritisme, de volonté d'hégémonie ou de prosélytisme ne rend pas objectivement compte de la situation. En effet, s'il est vrai que le yoga et la médecine ayurvédique sont très liés à la religion hindouiste, dont se réclament 80 % des Indiens, ce n'est absolument pas le cas des autres médecines incluses dans le nouveau ministère. *L'unani* est une médecine préventive et curative très populaire, héritée de la Grèce antique, développée par les Arabes et importée en Inde par les Perses. Le *siddha* est une médecine plusieurs fois millénaire apparue bien avant l'hindouisme et toujours pratiquée, notamment dans l'État du Tamil Nadu. Quant à l'homéopathie, il s'agit d'une invention occidentale, importée en Inde au XIX^e siècle et, depuis, très utilisée puisqu'un Indien sur deux y a recours. Longtemps négligées au profit du

développement de la médecine allopathique et de l'industrie pharmaceutique occidentale, ces différentes approches étaient sur le point de disparaître lorsque, en 1980, le Congrès national de l'Inde a décidé de les réhabiliter en leur conférant un statut officiel. Depuis, les dirigeants indiens tentent de sauver leur inestimable patrimoine

thérapeutique. « L'approche indienne et holistique de la santé devrait devenir un principe reconnu de façon universelle », a déclaré Modi en annonçant la création du nouveau ministère. Nous ne devrions pas oublier que l'Inde possède une culture extrêmement riche et compte aujourd'hui près d'un milliard trois cents millions d'habitants. Je trouve très rassurant que cette grande nation fasse entendre sa voix pour suggérer au monde des solutions qui mériteraient toute notre attention. Car l'enjeu n'est pas simplement médical, il est philosophique. Le yoga, par exemple, pratiqué par plus de trente millions d'Américains et deux millions de Français, n'est pas seulement un excellent moyen de réduire le stress, d'améliorer la concentration, d'accroître la capacité respiratoire, de maintenir la souplesse et d'aider à la guérison de certaines maladies. « Il ne s'agit pas de faire de l'exercice, mais de découvrir le sens de l'harmonie avec vous-même, le monde et la nature », expliquait Modi à l'ONU. C'est ce qu'annonce la racine sanskrite du mot yoga : *yuj*, qui signifie « relier ». Relier sainement le corps et l'esprit pour se sentir pleinement humain. Relier harmonieusement les êtres humains entre eux pour établir l'humanité. Relier respectueusement l'humanité à son environnement pour construire le monde. L'idée méritait bien un ministère. Et, qui sait, demain, une journée mondiale de réflexion.