

METTRE NOTRE SAGESSE AU TRAVAIL DANS LE MONDE: LE CHEMIN D' IRINI ROCKWELL

B.A: "Irimi Rockwell ,auteur des " 5 Energies de Sagesse, une façon bouddhiste de comprendre les personnalités, les émotions, et les relations personnelles (éditions Kunchab), est directrice de l'Institut des Cinq Sagesse, et voyage actuellement à travers le monde pour enseigner "Sagesse en Action" une formation contemplative de deux ans au développement professionnel .

B.A: A qui s'adresse cette formation et quelle est sa génèse?

I.R: "Sagesse en Action" est une formation au développement personnel et professionnel dédiée à ceux qui se mettent au service des autres.

L'idée a pris racine il y a une trentaine d'années, à l'Université Naropa (initialement l'Institut Naropa)   Boulder au Colorado. Ch gyam Trungpa Rinpoche, maître réputé du bouddhisme tibétain, a fondé cette institution avec ses étudiants, en 1974, afin que les disciplines occidentales puissent bénéficier des approches bouddhistes ou contemplatives. L'Université Naropa a notamment pour centres d'intérêt la psychologie, la psychothérapie, les arts (danse, théâtre, poésie, musique, arts visuels), l'étude des spiritualités, et de façon plus récente, la formation de dirigeants. Le principe de base était et reste que l'on peut avoir une compréhension contemplative de chaque domaine dans lequel on s'implique.

BA: quelle était l'intention de Ch gyam Trunpa Rinpoche en se tournant vers la société civile contemporaine?

L'Université Naropa est une des concrétisations de la vision de Trungpa Rinpoche, qui était de créer une société  veill e. Cette notion provient des enseignements sur Shambhala, un royaume à la fois historique et mythique, réputé pour l'organisation  veill e de ses aspects spirituels , politiques et sociologiques. Le Sakyong Mipham Rinpoche, fils de Trungpa Rinpoche et dirigeant actuel de la communauté Shambhala, appelle aujourd'hui "Bouddhisme Shambhala" cette forme de bouddhisme, pour la distinguer des autres.

Cette vision met l'accent sur l'importance d'entrer en contact de façon compassionn e avec le monde, ce que fait toute forme de bouddhisme, mais a également suscité la création d'apprentissages contemplatifs et d'organisations professionnelles variés , qui forment des personnes à prodiguer l'essence de la compréhension bouddhiste dans leur monde du travail . Certaines formations sont

plus étroitement liées à l'organisation bouddhiste d'où elles proviennent; d'autres sont plus indépendantes. L'intention est en tout cas d'aller vers le monde, plus que de constamment s'efforcer de faire venir les gens dans un centre bouddhiste, ou même de les faire devenir bouddhistes.

B.A: quelles sont les autres institutions contemplatives de votre organisation qui sont nées de cette inspiration ?

En dehors de Naropa, qui fonctionne de cette façon depuis plus de trente ans, on peut évoquer Windhorse associates à Boulder, Colorado, qui travaille avec une clientèle concernée par les désordres mentaux, et enseigne tout à la fois au public et aux professionnels; L'Apprentissage Karuna, basé en Allemagne, qui forme en priorité les personnels de santé; le Shambhala Institute for Authentic Leadership à Halifax, au Canada, qui forme principalement des dirigeants et des éducateurs; Michaelo Carroll a créé Awake at Work; l'Ecole Shambhala de Halifax dispense une éducation scolaire contemplative, à des élèves qui vont du jardin d'enfants jusqu'au lycée; la communauté Shambhala très active de Boulder (environ un millier de personnes) se cherche actuellement un espace pour faire de même.

BA: l y a t'il à votre connaissance d'autres initiatives de ce type dans le monde bouddhiste?

D'autres organisations bouddhistes se sont également efforcées de proposer des approches plus séculières à ce qui constitue en essence une approche bouddhiste : le maître zen Bernie Glassman a fondé l'organisation multi-dimensionnelle de la la Greyston Foundation à New York, dont la structure est fondée sur les 5 sagesse; l'UDHAO à Karma Ling en France, et l'Institut Naropa en Hollande sont également des centres ayant cette vocation; Ponlop Rinpoche a inauguré Nalanda Ouest l'an dernier, sur la côte ouest des USA, dans le même esprit. En bref, il y a abondance de personnes et d'organisations ayant entrepris le travail en profondeur d'allier bouddhisme et dimension professionnelle.

BA: quel a été votre parcours personnel dans cette aventure?

Quand je suis arrivée pour la première fois à Naropa, en 1976, j'ai tout de suite ressenti une connexion avec les enseignements uniques et puissants de Trungpa Rinpoche sur les énergies des 5 sagesse.

Le travail sur les 5 sagesse recèle en fait un potentiel monumental pour le monde. J'ai été impliquée de multiples façons dans ces activités; j'ai été pendant dix ans à Naropa directeur de la danse et de la thérapie par la danse. Après avoir achevé un

master en psychologie / psychothérapie contemplative, en 1991, j'ai collaboré à la création d'apprentissages de deux et trois ans pour les professionnels de la santé, à l'Eastwind Institute au Canada, et à Karuna Training en Allemagne. Pour L'Algemeen Pedagogisch Studiecentrum (Institut national pour l'amélioration scolaire) en Hollande, nous avons mis au point une formation bisannuelle en éducation contemplative.

Ceci a permis le développement d'écoles modèles fonctionnant sur des principes d'éducation contemplative ainsi que les énergies des cinq sagesse.

J'ai enfin présenté la formation "Sagesse en Action" à L'Institute for Authentic Leadership à Halifax et au Centre Marpa de l'Université Naropa.

BA: Comment votre dirigeant actuel a-t-il repris la tâche laissée par son père?

En 1994, le Sakyong Mipham Rinpoche a demandé à deux d'entre nous de fonder le Conseil Maitri International, pour superviser les enseignements des 5 sagesse à la fois dans les centres bouddhistes et les domaines professionnels. Percevant leur potentiel, il nous a recommandé de faire sortir ces enseignements aussi loin que possible dans le monde. Il nous a dit de le faire de façon professionnelle, à des tarifs professionnels afin de faire un meilleur travail. Avec les années, mon implication dans les multiples domaines de ce travail est devenue un plein temps. Je continue également à enseigner dans des centres bouddhistes, en tant qu'enseignante senior de Shambhala.

BA: quel est le rôle de votre institut?

L'Institut des 5 Sagesse a pris son essor en 2002, dans la foulée de mon livre "les 5 Energies de Sagesse, comprendre, grâce au bouddhisme, les personnalités, émotions et relations humaines".

Trungpa Rinpoche avait l'habitude de dire: "les gens c'est notre affaire". L'Institut a pour tâche de dispenser des formations aux approches contemplatives du travail sur soi et avec les autres, en privilégiant particulièrement les énergies des 5 sagesse.

BA: et votre programme actuel: "Sagesse en action?"

"Sagesse en Action" est une évolution de cette idée. Dans cet apprentissage, on découvre sa sagesse innée et en quoi elle peut être utile pour le monde. On y trouve les moyens habiles qui permettent de cultiver une présence authentique, une communication habile, des environnements harmonieux, et une action efficace. Les arts sont constamment présents, en tant que moyen d'exprimer et de communiquer

pleinement qui on est. Un environnement de soutien et de confiance dans l'équipe partageant ce travail permet à celui-ci d'être très personnel.

BA: quelles sont les grandes lignes du processus que vous mettez en place dans cette formation?

Cette pratique, en tant que modèle de transformation de la confusion en sagesse, se fonde sur la compréhension que notre sagesse, notre santé d'esprit est sertie dans la même énergie que la névrose dont on fait l'expérience. Notre névrose et notre sagesse existent dans une matrice commune d'énergie, comme des courants alternatifs, ni solides ni statiques. Chaque posture est conçue pour intensifier et transmuier une texture névrotique spécifique, en relâchant des blocages.

En intensifiant l'énergie, on peut mettre au défi des habitudes de fonctionnement souvent verrouillées depuis des années dans son corps. Quand sa névrose se trouve exposée de la sorte, on en devient très conscient. La pratique consiste à prendre à pleins bras l'énergie intensifiée, en l'entourant d'une attitude d'amitié dénuée de jugement et inconditionnelle. On fait alors l'expérience de la relaxation et de la clarté au sein de l'énergie. Notre énergie bloquée peut alors se transmuier en santé d'esprit rayonnante, en acceptation inconditionnelle de soi-même.

BA: Quels résultats peut on attendre de ce processus?

Le fruit du travail avec les cinq énergies de sagesse est qu'on peut se trouver n'importe où et devenir n'importe qui, mais qu'on reste quoiqu'il arrive toujours en contact avec ce dont le monde a besoin. Une fois qu'on incarne sa sagesse, on peut la mettre en action dans le monde

Dernière occasion de participer au cursus 2006/2007 de formation "Sagesse en action: stage des 19/20/21 mai prochain, à Paris.

Inscriptions et renseignements auprès de Tessa Racine :05 55 03 28 10 ou 06 8732 12 41