

Thangkas tibétains

Miroirs de l'âme

Il y a treize ans, Carmen assistait à son premier cours sur la technique des thangkas, ces peintures tibétaines sur toile. Aujourd'hui, c'est elle qui sillonne le monde pour apprendre aux gens à réaliser ces représentations bouddhistes, mais aussi pour transmettre sa connaissance sur leur signification et les rituels qui les accompagnent.





“ On peut souvent deviner
qui a peint quel bouddha,
car chacun crée
inconsciemment
son propre bouddha. ”

Li règne un calme et une grande sérénité dans l'appartement lumineux de Carmen Mensink. Ses murs sont ornés de bouddhas et de mandalas peints.

Une guitare gît par terre et de délicates volutes d'encens se faufilent autour d'objets rapportés de voyages lointains. Avec une infinie précaution, Carmen se saisit d'un thangka, une représentation de Bouddha, et le dépose sur son bureau en bois.

« Ce type de peintures remonte à l'époque où le Bouddha vivait encore, quelque cinq siècles avant la naissance du Christ. Les toiles n'étaient pas encadrées, mais enroulées. La raison était avant tout pratique : le Tibet est une région très vaste et les monastères et temples étaient inaccessibles pour de très nombreux habitants. Le lama, un maître spirituel tibétain, pouvait ainsi transporter un thangka roulé dans sa besace. Il se rendait aux quatre coins du pays pour parler du bouddhisme. Lorsqu'il arrivait dans un village, les habitants se rassemblaient autour de lui. Il déroulait alors le thangka sur la place du village, aux yeux de tous les villageois, et utilisait ensuite un bâton pour indiquer les détails peints sur la toile et en expliquer le sens. »

À chacun son bouddha

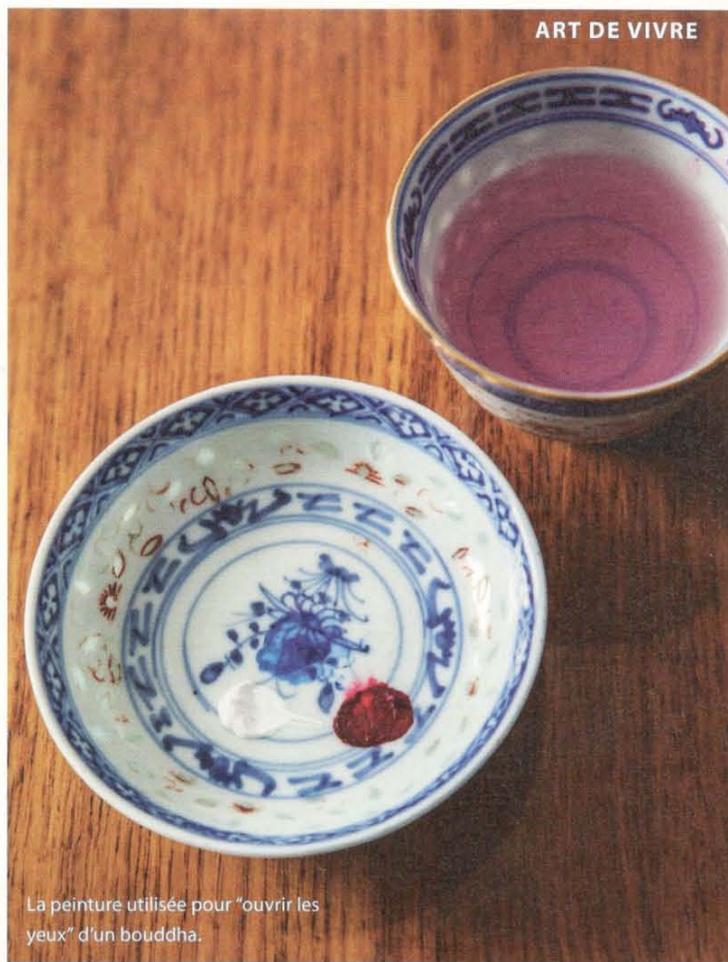
Carmen marque un temps d'arrêt. Lentement et avec une très grande attention, elle déroule le thangka. L'image qui apparaît alors est d'une perfection presque surhumaine. Chaque centimètre carré recèle une multitude de détails. Avec ses couleurs chatoyantes, on pourrait observer cette œuvre durant des heures. Carmen y a travaillé pendant deux mois, en commençant tôt le matin et en terminant tard le soir, dans une concentration ultime. « Vous reconnaissez ce bouddha ? C'est le bouddha de médecine. Le bouddhisme tibétain contient tout un arsenal de bouddhas qui possèdent chacun ses propres caractéristiques. Les proportions physiques sont établies dans des modèles quadrillés, transmis de génération en génération par les peintres de thangkas. Si vous regardez un bouddha de médecine du XIV^e siècle, vous remarquerez que son style pictural est totalement différent de celui d'aujourd'hui, mais cela ne vous empêchera pas de le reconnaître au premier coup d'œil, car les proportions sont demeurées inchangées. » Si chacun suit le même modèle, on pourrait croire que chaque dessin n'est qu'une copie des précédents. Mais il n'en est rien. Chaque œuvre reflète la main de son créateur. Carmen explique : « Les lamas disent que lorsque vous dessinez ou peignez un bouddha, vous

dessinez en réalité votre propre esprit. Et c'est vrai. Si trente personnes dessinent le même bouddha, vous distinguerez différentes expressions, alors qu'elles ont toutes suivi les mêmes proportions. On peut souvent deviner qui a peint quel bouddha, car chacun crée inconsciemment son propre bouddha. Le thangka est en quelque sorte un miroir de l'âme. Mes bouddhas présentent par exemple un visage légèrement plus occidental et féminin. [Rires] Il est beau de perpétuer une tradition ancestrale tout en imprimant son sceau aux œuvres que l'on réalise. »

Leçons de raffinement

Carmen se souvient comme si c'était hier du moment où elle a vu ses premiers thangkas. C'était dans un temple tibétain, il y a une vingtaine d'années. Elle avait déjà commencé à s'intéresser au bouddhisme mais n'avait encore jamais vu de thangkas dans leur environnement d'origine. Fortement impressionnée par ces peintures sur toile roulées, elle avait alors décidé d'en apprendre davantage et était partie en quête d'un maître capable de lui apprendre la technique et de lui transmettre le sens profond de ces représentations. « J'ai rencontré mon professeur en la personne d'Andy Weber. Ses cours m'ont permis de faire la synthèse entre ma formation de dessinatrice, mon intérêt pour la philosophie bouddhique et mon admiration pour l'art pictural. J'avais trouvé ma place. » Carmen a suivi les cours d'Andy pendant treize ans. À son grand étonnement, un jour, il lui a annoncé que le moment était venu pour elle de donner à son tour des leçons. « J'étais perplexe. Moi, enseigner ? Je n'y avais encore jamais pensé. Je trouvais que c'était un honneur incroyable de faire partie d'une telle hiérarchie, qui remontait à plus de huit générations, sur plusieurs centaines d'années. » Carmen a suivi le conseil de son maître et s'est ainsi mise à enseigner la peinture de thangkas, en commençant par un petit groupe d'élèves. Elle combinait alors son activité artistique avec son travail dans une agence de publicité. Lorsque la récession a frappé, il y a cinq ans, elle s'est retrouvée sans emploi. « La crise m'a donné le coup de fouet dont j'avais

Gros plan sur le thangka de Carmen "Les huit bouddhas de médecine".



La peinture utilisée pour "ouvrir les yeux" d'un bouddha.

Que sont les thangkas ?

Les thangkas sont, comme les images de bouddhas, des objets qui aident le bouddhiste à pratiquer sa religion.

C'est pourquoi on les trouve dans les monastères, mais aussi au-dessus des autels bouddhiques dans les maisons. Les bouddhas et mandalas représentés sur un thangka sont autant d'inspirations pour le perfectionnement de l'esprit et l'atteinte d'un niveau élevé de conscience, d'éveil.

En 2006 au Népal, Carmen a rencontré Thargey, le grand peintre de thangkas aujourd'hui décédé.





- > *besoin. Comme je n'avais plus rien à perdre, j'ai enfin osé me consacrer totalement à l'enseignement. Le plus beau – et cela vaut pour tout dans la vie –, c'est que dès que vous vous investissez totalement dans quelque chose, tout concourt à vous y aider. Un centre bouddhique en Italie m'a ainsi invitée à venir donner un cours. De nombreux autres pays ont suivi, en Europe et au-delà. Aujourd'hui, je parcours le monde entier pour apprendre aux gens à peindre des thangkas, pour les initier à leur signification profonde et aux rituels qui les accompagnent. »*

Ouvrir les yeux

Carmen déroule un second thangka. D'une voix posée, elle décrit les rituels qui accompagnent la peinture. « *Il s'agit du bouddha Shakyamuni. Ce thangka est presque terminé, il ne lui manque que les yeux. Pour chaque thangka, on commence par dessiner le paysage, et on progresse ainsi de l'extérieur vers l'intérieur de la toile. On garde le plus important pour la fin, c'est-à-dire le visage du bouddha, car c'est à ce moment-là que se crée le contact avec la personne qui le regarde. Je peins les traits du visage lors d'une cérémonie spéciale, la "cérémonie d'ouverture des yeux". C'est alors que, en rassemblant toute la concentration accumulée et affinée au fil des mois, je lui ouvre les yeux. »*

La tradition occidentale veut que chaque artiste signe son œuvre dès qu'elle est achevée. Avec les thangkas, vous ne verrez presque jamais de signature sur le devant de la toile. « *Ce n'est pas une question personnelle, il ne s'agit pas de l'ego de l'artiste. Parfois, mais c'est rare, on trouve son nom écrit en tout petit au dos de la peinture, au bas de plusieurs mantras et prières que l'artiste a ajoutés pour transmettre toute l'énergie accumulée à certaines personnes ou, plus généralement, pour apporter du bien-être et du bonheur à tous les êtres vivants. Comme une sorte de bénédiction. »*

Énergie vivante

Des rituels quotidiens accompagnent le dessinateur ou le peintre dans la réalisation d'un thangka. « *Vous commencez par une méditation sur le bouddha que vous êtes en train de peindre. Vous pouvez ensuite également réciter des mantras pendant que vous peignez. En répétant une phrase, qui contient l'essence de tout ce que représente ce bouddha et qui ne peut donc être expliquée en quelques mots, vous atteignez une certaine cadence, une concentration profonde. Et, avant même que vous vous en soyez rendu compte, la journée touche à sa fin. »*



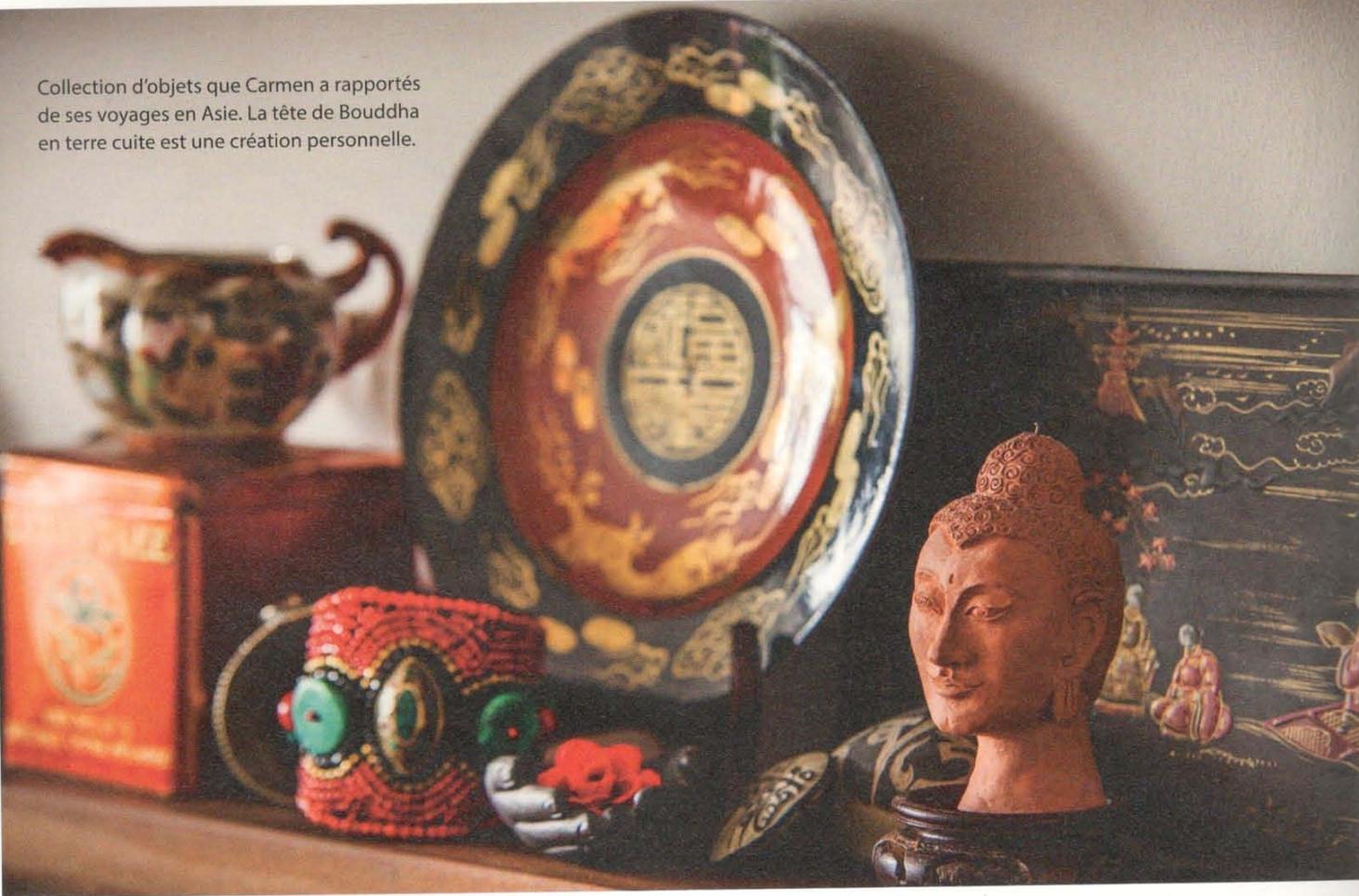
Pour réaliser ses peintures, Carmen dispose de pinceaux de toutes sortes et tailles.

“ **La sagesse et la compassion sont considérées comme les ailes du bouddhisme. Toutes deux sont indispensables. ”**

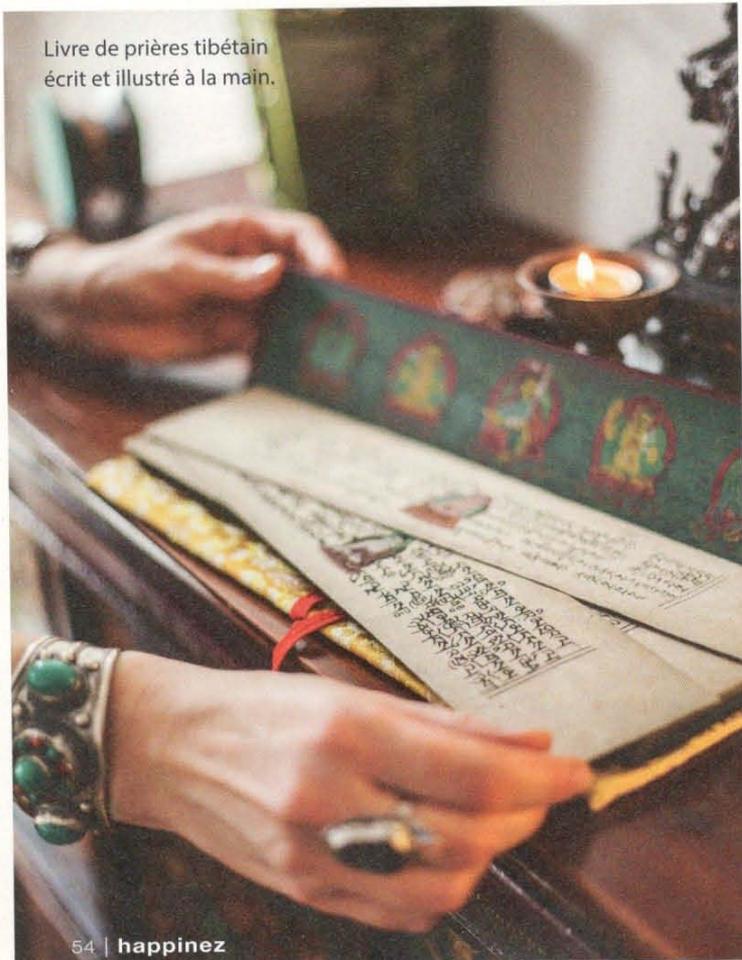
Pour les bouddhistes, une représentation d'un bouddha n'est pas qu'une simple image, c'est une énergie vivante, comme l'explique Carmen. « *Chaque bouddha possède des caractéristiques que vous souhaitez développer en vous. En peignant ou en méditant, vous vous connectez à cette énergie. Cela vous aide à vous lier à la qualité du bouddha sur lequel vous travaillez. Les pensées et émotions négatives, comme la peur, la frustration, la colère ou la jalousie, sont balayées. Ces émotions peuvent parfois vous déséquilibrer. Ces perturbations sont également une invitation à vous pencher sur votre propre esprit. Personnellement, je suis de nature assez impatiente et, grâce à cette pratique, j'ai appris à tempérer mes ardeurs. Mais j'ai encore du chemin à parcourir ! Idéalement, j'aimerais devenir comme la Tara verte, que vous voyez ici au mur. »*

>

Collection d'objets que Carmen a rapportés de ses voyages en Asie. La tête de Bouddha en terre cuite est une création personnelle.



Livre de prières tibétain écrit et illustré à la main.





“ Pour les bouddhistes,
une représentation d’un bouddha
n’est pas qu’une simple image
c’est une énergie vivante. ”

> La Tara verte

Carmen s’approche d’un thanangka qu’elle a elle-même peint il y a quelque temps. La dame verte sourit. Elle est entourée de superbes habits, étincelant à la lumière du soleil qui perce à travers la fenêtre.

On distingue également un Soleil. « *Le Soleil est peint en or véritable, comme une offrande à Bouddha. En face, la Lune lui répond. Le Soleil symbolise la sagesse et la Lune l’éveil de la compassion. La sagesse et la compassion sont considérées comme les ailes du bouddhisme : toutes deux sont indispensables. La sagesse sans la compassion ne mène nulle part et la compassion sans la sagesse non plus. Oui, la Tara verte est légèrement de travers. Sa jambe droite est dépliée devant elle, pour pouvoir agir directement dès qu’un être humain est dans le besoin. Elle est mue par une force originelle, exempte de toute peur. Elle a transformé les émotions négatives, comme la jalousie, en une grande vigilance. Cette force, cette capacité à agir sans crainte, tout cela me parle énormément. Je pense que nous avons souvent tendance à faire profil bas. Nous postulons que nous ne sommes pas capables de faire quelque chose, ou pas assez bons. Mais c’est absurde. Nous sommes capables de bien plus que ce que nous croyons. La clé se trouve au niveau de notre esprit.*

Le dalai-lama a dit une très belle phrase à ce sujet : “La voie du bonheur consiste à dompter l’esprit.” En peignant les thanngkas et en me connectant à l’énergie de la Tara verte, j’espère perfectionner mon esprit. C’est un processus lent, progressif. Malheureusement, mon esprit est marqué par plusieurs schémas perturbateurs, qui m’accompagnent vraisemblablement depuis plusieurs vies et que je dois accepter. J’essaie simplement d’avancer chaque jour sur la voie du perfectionnement, pour me rapprocher de la Tara verte. J’espère devenir un jour aussi téméraire, sage, vigilante et concernée qu’elle. » 🌸

TEXTE **MARJA DEN BOER**

PHOTOGRAPHIES **HAROLD PEREIRA**

STYLISME **MIRJAM VAN DER RIJST**



RÉALISEZ VOS PROPRES THANGKAS

Carmen Mensink organise des ateliers où elle apprend à dessiner le visage du Bouddha selon la tradition tibétaine des thanngkas.

Ces journées comprennent une brève méditation, une conférence avec diaporama, le café et le thé, un lunch végétarien et la mise à disposition de tout le matériel nécessaire. Pour connaître les dates, prix et lieux : tibetan-buddhist-art.com/workshops