

# Le temps de la sérénité

Autor(en): **M.M.S.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2009)**

Heft 1

PDF erstellt am: **17.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-832184>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



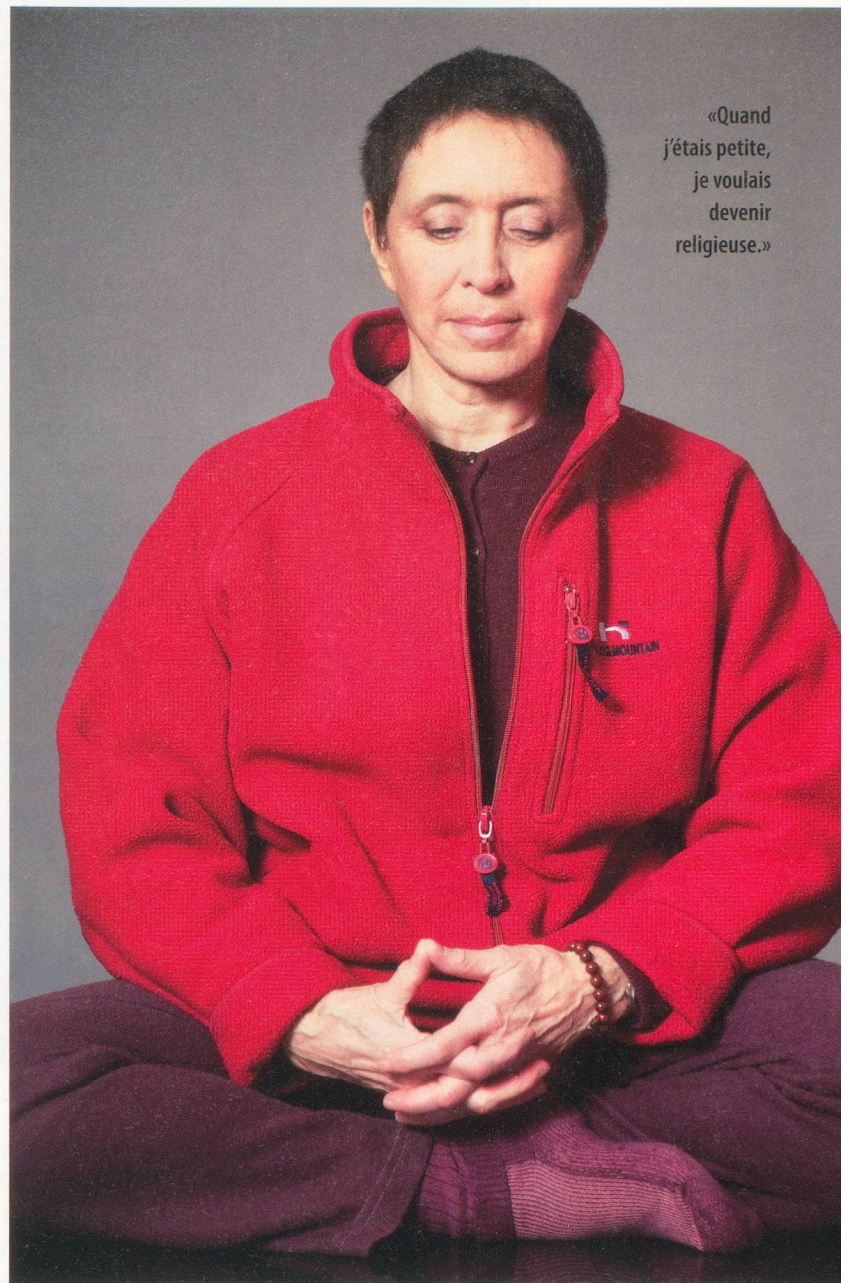
# Le temps de la sérénité

**Enseignement et méditation, Davina mène désormais la vie ordonnée d'une moniale.**

«**J**e ne suis pas spécialement devenue quelqu'un. Je suis restée ce que j'étais.» Née dans une famille pour qui la philosophie et la spiritualité jouent un rôle central – sa mère était égyptologue – Davina n'a jamais cessé de cultiver un mode de vie tournée vers l'intérieur. Elle reconnaît d'ailleurs qu'elle a dû se faire violence à l'époque de *Gym Tonic*. «Pas tellement devant les caméras, mais pour tout ce qui entourait l'émission. C'est le côté mondain et d'être constamment en représentation qui m'ont le plus heurtée.» Heureusement, dans le tandem, la brune introvertie peut compter sur la blonde extravertie.

Passionnée de philosophie hindoue, Davina a continué d'approfondir ses connaissances jusqu'à décider de prononcer ses vœux et de devenir moniale. «Cela s'est fait sans rupture. J'ai baigné dans la spiritualité orientale, mais j'ai été élevée chez les sœurs dans la religion catholique. Quand j'étais petite, je voulais devenir religieuse. Le bouddhisme ne demande pas de renier la religion de base. Je dis souvent que Jésus est mon premier maître et il est toujours dans mon cœur.»

Dans cette religion de tolérance, qui fait appel à la responsabilité personnelle de chacun,



«Quand j'étais petite, je voulais devenir religieuse.»

Wollodja Jentsch

Davina s'est orientée vers la tradition «gelouppa» qui est aussi celle de la lignée du dalaï-lama. «C'est l'ordre le plus strict, souligne-t-elle. On fait vœu de renoncement et de célibat.»

## Un lieu de méditation

En Poitou, Davina a transformé sa belle résidence secondaire en centre monastique. La vie bien ordonnée de la moniale se déroule aujourd'hui entre le Poitou et Paris où elle donne des cours dans les mêmes centres de fitness que sa complice Véronique. Davina a même réussi à faire entrer la méditation dans les salles de sport. Les disciplines qu'elle enseigne sont proches de

ses pratiques philosophiques: yoga, qi gong. «Je donne douze cours par semaine, du lundi au jeudi, de 9 h à 14 h. Le reste du temps, j'ai le champ libre pour mes études personnelles du bouddhisme.» Davina écrit beaucoup, médite, reçoit des gens en difficulté et s'occupe de son association Chökhör Ling qui vient en aide aux enfants tibétains dans leur pays et en exil. «Je vis en conformité avec la règle monastique: je ne sors jamais, je ne vais pas au restaurant ni au cinéma, je ne m'achète pas non plus de vêtements.» Ne souffre-t-elle pas parfois de solitude? «Non, il n'y a aucune solitude dans la vie spirituelle!»

M. M. S.