

[GRATITUDE]

KASÀLÀ, faites-vous des louanges !



ANNABEL SOUGNIE



Art oratoire venu d'Afrique, le kasalà est un poème qui célèbre l'autre, en même temps que celui qui le déclame. Une invitation à cultiver la confiance en soi, la reconnaissance et l'esprit d'émerveillement, que nous avons testée sous nos latitudes.

Par Flavia Mazelin Salvi

Pendant des décennies, les Occidentaux en quête de sagesse spirituelle et de rituels de développement personnel n'ont puisé leur inspiration qu'en Asie et en Amérique du Nord. Ce n'est plus tout à fait le cas. Petit à petit, d'autres cultures ont fait connaître leurs traditions. Don Miguel Ruiz et ses accords toltèques, la redécouverte du chamanisme amazonien, le rituel hawaïen ho'oponopono, les traditions spirituelles Masai sont quelques-unes des nouvelles sources d'inspiration et de pratiques. Parmi elles, le kasalà, venu

également du continent africain, se pratique de plus en plus en Europe et en Amérique du Nord. « Le kasalà est un poème-récit cérémoniel de célébration ou d'autocélébration déclamé en public », explique son promoteur, Jean Kabuta¹. Cet ancien professeur de littérature, originaire du Congo et belge d'adoption, rappelle qu'en Afrique on composait traditionnellement un kasalà avant ou après la guerre, pour accueillir un hôte, pour introniser un chef, au cours d'une cérémonie de mariage ou des funérailles. Dans tous les cas, il s'agit de célébrer la vie en louant la beauté intrinsèque d'un être humain à travers l'énumération de ses singularités et de ses qualités.

C'est en 1995, après avoir soutenu sa thèse de doctorat sur le kasalà, que Jean Kabuta commence à animer des ateliers sur cette pratique et qu'il prend la mesure de sa puissance transformatrice. Les participants aux ateliers en





témoignent : créer et réciter un kasàlà renforce l'estime de soi, affûte la sensibilité et rend réceptif à la beauté de la vie. « Au début, j'ai eu beaucoup de mal, confie Élodie, 36 ans. J'avais l'impression de me vanter en mettant mes qualités en avant. J'ai contrebalancé en utilisant l'humour pour énoncer mes défauts et, au final, j'étais fière de moi, pas de mes qualités, mais d'avoir pu m'affirmer comme un être singulier devant les autres. »

Une parole qui prend soin de l'âme

Parce qu'il accroît le sentiment d'*ubuntu* (conscience d'être relié à l'ensemble de l'humanité, d'en être dépendant), le kasàlà permet de mieux accueillir la singularité et la dignité de l'autre. Cela est encore plus manifeste dans celui qui célèbre autrui. Selon Jean Kabuta, cette pratique, « qui est une parole prenant soin de l'âme et du lien, nous permet de dépasser les modes relationnels basés sur la compétition et la comparaison, pour faire l'expérience de la complémentarité et ainsi naître à la coopération ». C'est à ce titre que le kasàlà est enseigné et pratiqué en Belgique et au Canada dans de nombreux établissements scolaires et entreprises, et qu'il fait partie du programme de psychosociologie de l'Université du Québec à Rimouski.

Pratique de développement personnel et collectif, cet art oratoire est aussi une voie initiatique. « Selon la cosmogonie africaine, l'"être suprême", qui porte une multitude de noms, est conçu comme une totalité multidimensionnelle, détaille Jean Kabuta. Il est à la fois le plein et le vide, le masculin et le féminin, l'esprit et la matière. Par sa célébration de la vie, le kasàlà est une école où l'homme rendu conscient de toutes ses dimensions est non seulement initié à l'art d'être humain, mais est également mis en contact avec quelque chose de plus grand que lui-même. »

1. Jean Kabuta, auteur du *Kasàlà, une école de l'émerveillement* (Jouvence, 2015), s'occupe de l'association Kasàlà, très active en Europe, en Afrique et en Amérique (kasala.be).