

Sikhism

et le Lieu de travail accueillant

Un guide pour des relations inclusives.

Ce guide est un bref aperçu d'une religion fascinante, conçu pour donner aux lecteurs des informations permettant de favoriser des relations accueillantes et respectueuses. N'oubliez pas que les sikhs sont diversifiés, variant selon la secte, la culture, le niveau d'adhésion et l'interprétation personnelle. Si vous êtes curieux de savoir si ces informations s'appliquent à votre collègue, voisin ou camarade de classe Sikh, nous vous invitons à entamer une conversation.



Encounter World Religions peut vous aider à en savoir plus sur la culture religieuse et sur la manière de créer un lieu de travail accueillant.

Sikhisme - Les principes de base

Le sikhisme est une foi monothéiste et la **cinquième plus grande religion du monde**. Fondée en Inde vers 1500 de notre ère, être "Sikh" en punjabi signifie être un "**étudiant**" ou un "**disciple**" (de Dieu).

Le fondateur du sikhisme était un chef spirituel connu sous le nom de **Guru Nanak**. Nanak a eu neuf successeurs, créant ainsi une lignée de dix gourous humains. Le dernier gourou a dit qu'après sa mort, le leader de la communauté serait leurs écritures plutôt qu'une personne.

Les écritures, ou **Guru Granth Sahib** ("gourou du livre") sont traitées comme un **gourou vivant**. Habituellement conservé dans les temples, le livre est placé sur un trône et a toujours un accompagnateur. Lorsqu'il n'est pas utilisé, il est placé rituellement sur un lit dans une chambre séparée.

Les sikhs se **déchaussent** et **se couvrent la tête** avant de s'approcher du livre et s'inclinent devant lui, en signe de révérence à la sagesse qu'il contient.



Les Dix Gourous

Les sikhs mettent l'accent sur trois principes fondamentaux : la **dévotion à Dieu**, le fait de gagner sa **vie dans la vérité** et le **service à l'humanité**.

Les sikhs affirment avec force que tous les individus, quels que soient leur caste, leur sexe, leur race, etc. sont égaux devant Dieu.

Les Sikhs se font souvent remarquer par les turbans qu'ils portent.



Le lieu de culte sikh est appelé **gurdwara** ("porte du gourou"). Dans un gurdwara, tous enlèvent leurs chaussures et se couvrent la tête.

Khalsa Sikhs - Les 5 ks

Certains sikhs prennent une vocation supplémentaire en devenant des "sikhs khalsa". Ces Sikhs portent toujours les cinq K :

1. **Kesh - cheveux non coupés.** Une fois initié, un sikh khalsa ne coupe plus jamais aucun poil sur son corps, ni ne l'épile, ni ne le teint, ni ne le coiffe. Les cheveux ne sont que l'un des nombreux dons de Dieu et ce qu'il donne n'a pas besoin d'être amélioré.



2. **Kangha - peignes en bois.** Le fondateur a enseigné que la propreté du corps mène à la propreté de l'esprit et la tradition met donc l'accent sur le bain et le toilettage. Le peigne sert à la fois à garder les cheveux propres et à les maintenir en place sous le turban.



3. **Kara - bracelet.** Le bracelet unique est considéré comme une sorte de menotte dont l'autre extrémité est reliée à Dieu (ce qui permet de se menotter à Dieu). Lorsque le porteur remarque le kara pendant la journée, il doit se demander si ce qu'il fait est honorable aux yeux de Dieu.



4. **Kirpan - dague.** Le kirpan rappelle aux sikhs qu'ils doivent être des saints et des soldats, ce qui signifie que si une injustice est commise, ils doivent protéger les innocents, même si cela implique un grand risque pour leur propre sécurité. Certains sikhs conservent un kirpan émoussé ou le font coudre dans son étui, qu'ils portent néanmoins pour se rappeler qu'ils doivent se dresser contre l'injustice.

5. **Kacchera - caleçon.** Ce caleçon blanc de type boxer est porté pour souligner la retenue dans la sexualité.

Sensibilisation culturelle

Les sikhs ont des pratiques variées en matière de cheveux. Certains sikhs se font couper les cheveux et sont rasés de près. Certains portent des turbans et ont une barbe taillée. Une fois initiés, les **sikhs khalsa ne se couperont jamais les cheveux** sur la tête ou le corps, ce qui signifie qu'ils portent des turbans et des barbes non taillées.



Bien que chaque sikh choisisse la voie qui lui convient, ceux qui choisissent de ne pas se couper les cheveux ou les poils du visage le font en tant qu'engagement religieux et les **politiques des entreprises concernant les uniformes, les filets à cheveux, etc. devront en tenir compte**. Dans le milieu médical, si les cheveux doivent être rasés pour des raisons chirurgicales, sachez que cela peut être émotionnellement difficile pour une personne qui ne s'est pas coupée les cheveux depuis des décennies.



Les pratiques concernant la non-coupe des cheveux ont historiquement été suivies principalement par les hommes. Mais aujourd'hui, certaines **femmes sikhs** s'abstiennent également de se couper les cheveux sur la tête, le visage ou le corps. Ce rejet des normes occidentales relatives à la beauté féminine est le fait d'une minorité de femmes sikhs qui en sont fières.

Tous les sikhs ne sont pas végétariens, mais le **végétarisme** est considéré comme l'idéal. De nombreux sikhs khalsa sont végétariens et considèrent que cela fait partie de leur identité. Au gurdwara ou au temple, les repas sont strictement végétariens.

Les sikhs qui mangent de la viande sont nombreux à suivre la règle de ne pas manger d'aliments sacrifiés rituellement (de la même manière que la viande kasher ou halal est préparée).

Les sikhs khalsa s'abstiennent également de consommer de l'alcool.



Remerciements et vacances

La plupart des fêtes sikhs comprennent un **chemin akhand**, ce qui signifie que les écritures sont récitées en continu du début à la fin, et qui nécessite environ 48 heures et plusieurs récitrants. Souvent, le Guru Granth est conduit en procession tandis que des hymnes sont chantés. Des sermons sont prononcés, des prières sont offertes, et il y a toujours des repas langar gratuits pour tout le monde.



Guru Nanak

La fête sikhe la plus importante est **Baisakhi**, qui a lieu chaque année le 13 ou le 14 avril. Cette journée rappelle qu'en 1699, au milieu des persécutions, cinq fidèles ont accepté de donner leur vie pour protéger la communauté. Ces cinq personnes deviennent les premiers membres de la "khalsa".

Pour les Sikhs, cette fête marque l'engagement et la nécessité de faire tout ce qui est possible pour prévenir l'injustice envers soi-même ou envers quiconque. Il est prévenant de souhaiter à vos amis et collègues sikhs un **joyeux Baisakhi**.

Une autre fête importante est l'**anniversaire de Guru Nanak**, le fondateur des Sikhs. La date varie en fonction d'un calendrier lunaire, mais elle a généralement lieu en novembre.

Hola Mohalla, qui signifie "combat simulé", a été lancé par Guru Gobind Singh et célèbre les arts martiaux, le chant et la poésie. Il y a des expositions d'arts martiaux avec des épées, des bâtons, des boucliers, et de l'équitation. La date exacte varie légèrement chaque année, mais tombe généralement en mars.



Les sikhs célèbrent également **Diwali**. Diwali est une grande fête hindoue, mais elle revêt une signification supplémentaire pour les sikhs, car c'est le jour où le sixième gourou, Guru Hargobind, a été libéré de prison mais, grâce à son intelligence, il a réussi à faire libérer plus de cinquante autres personnes. Diwali a lieu vers le début du mois de novembre.

5 faits intéressants

1. Les prénoms sikhs **sont souvent dépourvus de genre**. Les prénoms sont généralement des traits de caractère.
2. Chaque gurdwara dispose d'une **cuisine Langar** car c'est un devoir religieux d'offrir de la nourriture gratuite à toute personne qui entre dans le gurdwara. Aucune plaque de collecte n'est passée. Les dons permettent de payer les ingrédients et les bénévoles cuisinent, servent et nettoient.



3. Les Sikhs mettent fortement l'accent sur le **Seva** ou "**service**". Au temple, certains nettoient volontairement les chaussures laissées sur les présentoirs à chaussures. Pendant le COVID, les médias ont couvert les activités des sikhs de Calgary, de Toronto et de New York, qui ont offert des milliers de repas végétariens gratuits aux travailleurs des hôpitaux, aux camionneurs et aux personnes confinées chez elles.
4. Les gourous sikhs ont mis l'accent sur l'**égalité de tous** et ont rejeté le système de castes de l'Inde. La caste se ressent à travers les pratiques alimentaires (qui peut manger avec qui, qui s'assoit en haut ou en bas). Ainsi, au langar, **tout le monde mange ensemble** et tous **s'assoient sur le sol** (si cela est physiquement possible) pour montrer l'égalité et l'humilité devant Dieu. Le turban sikh indique également la dignité humaine. Un peu comme une couronne, elle montre que **tous ont de la valeur**, indépendamment de leur caste ou de leur statut.
5. Le centre spirituel du sikhisme est le magnifique **temple d'or** d'Amritsar, en Inde. Des **portes sur les quatre côtés** montrent que tous sont les bienvenus et le temple sert environ cent mille repas gratuits par jour aux visiteurs, tous fournis par des bénévoles qui donnent de leur temps et de leur argent.

Découvrir nos idées fausses

Parfois, ce que nous pensons savoir n'est pas exact. Nous sommes tous susceptibles d'avoir des idées fausses et il est bon de vérifier nos hypothèses.

Misconception : Comment prononcer "Sikh".

Bien que la plupart des anglophones prononcent le mot "seek", il se prononce en fait comme le mot anglais "sick" (ou plus simplement "**sik**"). Apprendre cela et utiliser la prononciation correcte est une bonne façon d'être prévenant.

Idée fausse : La tradition sikhe est violente ou liée au terrorisme. Alors que chaque tradition compte des membres qui commettent des actes violents ou terroristes, le sikhisme **enseigne la paix** avec son voisin et entre les religions. Le livre d'écritures est simplement des hymnes de louange à Dieu et ne préconise aucune violence. Le kirpan doit se retirer uniquement de manière défensive pour protéger une vie.

Idée fausse : Le sikhisme est patriarcal

Les doctrines de la tradition sont **égalitaires en matière de genre**, et permettent aux femmes d'occuper toutes les positions qu'un homme peut occuper. Il n'existe aucun enseignement doctrinal qui élève les hommes au détriment des femmes ou qui réserve certains rôles aux hommes uniquement.

Idée fausse : Tout le monde s'appelle Singh. Il ne s'agit que d'une idée fausse partielle, car beaucoup s'appellent Singh, mais pas tous. Si un sikh décide de devenir un sikh khalsa, son nom de famille est changé en **Singh pour les hommes** (qui signifie lion) ou en **Kaur pour les femmes** (qui signifie princesse). Le changement de nom a été fait pour contrer le système de castes indien - les noms de famille indiquent la caste et donc le changement de nom efface ces distinctions pour favoriser l'égalité.

Idées fausses : Les sikhs pratiquent la charia.

Ironiquement, les sikhs ont souvent été la cible de la haine islamophobe. Au Canada, le chef du NPD, Jagmeet Singh, a été accosté lors d'un événement de campagne par une femme criant qu'elle ne voulait pas de sa charia. Dans ces situations, les sikhs ont refusé de dire "Je ne suis pas musulman", car cela irait à l'encontre de l'idée de **protéger les autres contre l'injustice**. Ils ont été si constants sur ce front qu'un imam du Texas a publié une lettre ouverte remerciant la communauté sikh pour son refus de jeter ses frères et sœurs musulmans et de les "montrer du doigt".

Vous voulez en savoir plus ?



Depuis plus de 20 ans, Encounter World Religions propose des programmes éducatifs d'**alphabétisation et d'inclusion religieuses** ainsi que des services de conseil pour aider les entreprises, les organisations et les communautés à créer des espaces inclusifs et accueillants.

Nous proposons des programmes intéressants pour les lycéens, les étudiants et les universitaires, ainsi que des formations professionnelles pour les éducateurs.

Nous aimons également parler aux groupes d'apprentissage tout au long de la vie, aux groupes communautaires, aux congrégations, aux organisations et aux entreprises des religions du monde, de la diversité et de l'inclusion. Notre série "**Discovering Identities**" invite à une exploration plus approfondie et ciblée des principales religions du monde. Ce guide n'est qu'un avant-goût de ce qui est abordé dans notre exposé sur l'Islam.

Notre **Semaine de la découverte**, qui se tient chaque été à Toronto, est une visite divertissante et instructive de 11 religions et de plus de 20 sites.

Il est parfait pour les éducateurs, les policiers, les professionnels et les personnes réellement curieuses qui veulent en savoir plus sur les religions du monde et les personnes qui les pratiquent. C'est comme faire le tour du monde en une semaine.

Rejoignez-nous dans cette incroyable aventure !



Les programmes de Encounter sont enseignés dans une perspective non sectaire et sont accueillants pour tous.

Pour en savoir plus sur nos programmes et trouver d'autres ressources gratuites, consultez notre site Web à l'adresse

worldreligions.ca.

ou suivez notre blog via **religionsgeek.com**.

Nous vous invitons également à vous connecter avec nous sur LinkedIn, Facebook et Twitter.



Encounter World Religions