

BENJAMIN BLASCO

## MÉDITER POUR RESTER ZEN

**Benjamin Blasco, cadre dirigeant, perpétuellement en voyage, a posé un jour ses valises pour aider chacun à se vivre mieux. Après un stage sur la méditation qui le convainc du bien-être procuré par cette pratique, il fonde en 2014 avec un ami, Ludovic Dujardin, le premier service francophone de méditation sur mobile et internet, Petit Bambou.**

Texte : Marie-Hélène Trouilleux - Photos : Laurent Antonelli / Agence Blitz

### **Pouvez-vous nous raconter votre parcours ?**

« J'ai fait l'École polytechnique, une école d'ingénieurs française. À l'issue de mes études, j'ai exercé des fonctions dans le capital-risque, les start-up puis le conseil en stratégie pendant 10 ans en France, puis j'ai eu une opportunité pour venir travailler quatre ans au Luxembourg pour PayPal. Je me suis tout de suite bien senti dans ce pays au cœur de l'Europe, à la croisée de la France, de la Belgique et de l'Allemagne. Je maîtrise aussi l'allemand. Il est plus facile de prospecter l'Allemagne au départ de Luxembourg que de Paris.

### **Pourquoi avoir créé Petit Bambou ?**

« 'Petit Bambou' est le nom d'un petit personnage créé en 2012 par mon ami de 15 ans et associé, Ludovic Dujardin. Je lui avais parlé de ma volonté d'aider les gens à être plus sereins et calmes. Nous avons eu une discussion ensemble sur la méditation. Nous avons creusé le sujet et finalement décidé de créer un service pour aider les personnes à se poser et à entraîner leur mental par la méditation. Ludovic avait déjà plusieurs créations de start-up internet à son actif. Nous avons démissionné tous les deux de nos emplois respectifs pour créer FeelVeryBien sàrl en août 2014. Le service 'Méditer avec Petit Bambou' a été lancé en janvier 2015. Ludovic a à sa charge le développement technique. Je m'occupe du volet marketing, communication et stratégie de développement. Aux États-Unis où la méditation est en vogue, de nombreuses start-up se sont créées dans le

domaine de la méditation et des neurosciences. La méditation puise ses origines dans le bouddhisme, puis a été simplifiée et laïcisée par Jon Kabat-Zinn, à l'origine d'études sur les effets de la méditation. C'est une forme de médecine douce du cerveau, que je pratique au quotidien. Je ne suis pas le seul : chaque jour, je reçois des messages d'utilisateurs qui nous disent que leur vie a changé, qu'ils vont manifestement mieux grâce à Petit Bambou. Cela nous nourrit et donne du sens à notre démarche !

### **Comment fonctionne Petit Bambou ?**

« Le produit est très convivial, accessible et motivant. Le design rend l'usage très simple. L'application génère aussi des messages bienveillants de relance, car nous essayons d'aider à créer une habitude vertueuse. Son concept de commercialisation est un modèle 'freemium' : les premières séances sont gratuites et ensuite, il est possible de souscrire un abonnement payant annuel, semestriel ou mensuel. Petit Bambou propose 250 séances de méditation différentes. Chaque mois, nous en proposons de nouvelles. Le prochain programme proposera des séances pour apprendre à méditer en avion. Je travaille avec l'aide d'experts, d'auteurs de livres spécialisés et référencés. Nous avons l'un des meilleurs programmes pour les francophones et bientôt les germanophones. Le service répond à un besoin latent : souvent les gens prennent soin de leur corps, de ce qu'ils mangent, mais ils s'occupent rarement de leur esprit et ne vont consulter un psychologue que lorsqu'ils vont mal. Notre solu-

tion est pratique et revient peu cher ! Il faut compter 5 euros par mois... le prix d'un sandwich ! Aujourd'hui, nous comptons 275.000 utilisateurs. Notre start-up est déjà profitable, avec seulement un petit pourcentage des utilisateurs qui sont payants. Nos coûts sont limités, car nous faisons très peu de publicité. Le marketing du bouche à oreille fonctionne à plein.

### **Qu'est-ce qui fait le succès de votre start-up, selon vous ?**

« Le choix des collaborateurs et experts avec lesquels Ludovic et moi allons travailler est primordial. C'est un véritable défi de trouver les bonnes personnes. Nous travaillons avec un expert en méditation à Trèves, un ingénieur du son près de Metz, une personne qui fait les dessins animés basée à Paris et quelques développeurs à Roubaix, en France. Je suis pour l'instant le seul à résider au Luxembourg, faute d'avoir encore trouvé les talents que nous recherchions au Grand-Duché. L'autre force de notre société est la qualité de la relation client : nous répondons personnellement à tous les mails et commentaires. Nous recommandons aux gens de prendre soin d'eux, il est donc normal d'avoir une relation bienveillante avec nos utilisateurs. Enfin, la culture est clé : mon associé a travaillé aux États-Unis et j'y suis moi-même allé assez souvent. Nous avons une culture très 'Silicon Valley'. On essaie (vite), on échoue (parfois, mais vite si possible) et si on échoue, on rebondit rapidement ! 'GSD'... *Get Stuff Done!* Autrement dit, l'important est de passer à l'action, de faire preuve d'agilité et de foncer... ►



Petit Bambou, l'application créée début 2015 par Benjamin Blasco et son partenaire, Ludovic Dujardin, propose actuellement 250 séances de méditation et est déjà profitable.

La start-up va emménager dans les locaux de nyuko, avec l'objectif de recruter dans un avenir proche.



## “ Une start-up doit allier l'ancrage local avec une intention mondiale! ”

### Quelles sont les prochaines étapes ?

« Nous souhaitons poursuivre notre développement en étoffant l'offre et en adressant certaines 'verticales' : proposer par exemple aux écoles un programme conçu pour les enfants ; solliciter les entreprises pour que le service soit proposé par les Ressources humaines aux employés... Nous allons étendre notre champ d'action en Allemagne où nous sommes déjà un peu présents et nous développer en Italie ou en Espagne. Nous nous sommes même fait connaître au Québec, par le biais d'un

reportage. Les nouvelles technologies font reculer les frontières. Il faut allier l'ancrage local avec une intention mondiale.

### Avez-vous pu bénéficier de l'aide d'organismes au Luxembourg ou en Grande Région ?

« J'ai été conseillé par l'Espace Entreprises de la Chambre de Commerce. J'ai également offert mes services en tant que membre du jury pour le Technoport lors du Start-up Weekend et partagé mon expérience lors de divers événements organisés par nyuko, une structure de soutien aux entrepreneurs, où nous allons bientôt emménager avec l'objectif de recruter dans un avenir proche.

### Auriez-vous un conseil à donner à un jeune entrepreneur ?

« Méditer avant de se lancer ! On gagne en lucidité... On calme l'esprit et on agit avec discernement. C'est justement lorsque le temps manque, qu'il faut faire une pause.

### Qu'est-ce qui vous motive ?

« J'aime recevoir les témoignages d'utilisateurs que la méditation a transformés et constater que nous avons pu les aider. Nous essayons de développer en chacun un peu de sérénité, ce qui manque parfois dans notre société. Nous pouvons rendre le monde meilleur, je pense. L'intérêt des journalistes et des médias prouve que c'est en train de devenir un phénomène de fond. Ensuite, nous apprécions beaucoup d'être au cœur de l'action et d'avoir la liberté d'être créatifs pour agir comme nous l'entendons, sans passer par des couches hiérarchiques ou des comités de décision. C'est rafraîchissant ! » ●

[www.petitbambou.com](http://www.petitbambou.com)