

# Agenda



La 13<sup>e</sup> édition des Rencontres Images mentales, édition spéciale « En temps de crise », réunira projections, débats, expos et spectacles du 5 au 12 février, à l'espace Delvaux... Elle aura lieu soit en présentiel, soit en virtuel, mais elle ne sera pas annulée. Infos: ibsm.be.



S'il n'y aura pas d'édition de « Disney on Ice » cette année à Forest National en raison de la pandémie, Mickey et ses amis donnent déjà rendez-vous... en février 2022. Les billets de février 2021 restent valables pour les spectacles correspondants en 2022. Infos: gracia.live.be.



La maison de la bande dessinée nous plonge jusqu'au 28 août dans l'univers de Midam, l'auteur de « Kid Paddle ». L'exposition « Midam - itinéraire d'un Kid de Bruxelles » retrace les grandes étapes de la carrière de Michel Ledent et lui donne la parole. Infos: www.cbbd.be.

## Top 5

### DES LIVRES LES PLUS VENDUS

(Source: Filigranes)

1. **L'anomalie**, d'Hervé Le Tellier
2. **Une année sans fin**, de Kröll
3. **Les Impatientes**, de Djaili Amadou Amal
4. **Le monde n'existe pas**, de Fabrice Humbert
5. **Le crépuscule et l'aube**, de Ken Follett



© Editions Emmanuelle Collas



© HANNAH ASSOULINE

## LIVRE - LES CHEMINS DU SACRÉ

# FRÉDÉRIC LENOIR: « Seul, on apprend à mieux se connaître »

Le philosophe, dont chaque ouvrage est un succès, a décliné sa série de reportages sur les cinq continents en un livre de photos. Une bouffée d'oxygène que ces « Chemins du sacré ».

### Avec vous, on découvre que le sacré n'est pas que religieux...

J'utilise une définition anthropologique, qui appelle le sacré ce sentiment universel que ressent tout être humain lorsqu'il est ému devant la beauté du monde et lorsqu'il s'interroge sur le mystère de la vie.

### Vous avez photographié des sites exceptionnels, de l'Australie au Pérou. Lequel vous a le plus bouleversé ?

J'en retiens deux. Au Guatemala, j'ai fait une expérience avec quatre femmes mayas qui ont fait un rituel de gratitude envers Mère Nature face à un volcan en éruption. Et l'Éthiopie, où j'ai rencontré un vieux moine copte qui vit dans une grotte depuis ses 13 ans. Le paysage ressemble là au Grand Canyon, avec une lumière exceptionnelle.

### En parlant de chamanisme, vous mentionnez aussi le trip à l'ayahuasca. Pourquoi ce rite est-il si prisé par les Occidentaux ?

Les Péruviens l'appellent la liane sacrée, parce qu'il permet de vivre un état modifié de conscience qui connecte l'individu à son âme, d'avoir des visions d'ordre spirituel.

### Un de vos chapitres est consacré à la solitude. En quoi est-elle bénéfique ?

Parce que lorsqu'on est seul avec soi-même, on apprend à mieux se connaître. On s'observe, on réfléchit à sa vie, on fait le point, on prend du recul, on met de la distance. J'ai photographié des ermites bouddhistes qui ont choisi de vivre la solitude, mais sans aller jusque-là, je crois qu'il est nécessaire pour tous de consacrer un moment de sa vie à cette introspection.

### Le sacré n'est pas forcément concentré dans un lieu, il est aussi dans le chemin. D'ailleurs, la marche fait l'objet d'un chapitre.

L'expérience de la marche permet de dé-

canner, de laisser les idées venir. D'ailleurs, mes trois grands maîtres spirituels, Socrate, Jésus et Bouddha, ont marché toute leur vie. Ils n'ont rien écrit pour montrer que la pensée doit être constamment en mouvement et qu'on ne doit pas se figer dans des dogmes, des certitudes. Parce que notre corps bouge, notre esprit aussi et cela fait que notre pensée évolue. La marche permet aussi de s'alléger. J'ai interviewé un Italien sur le chemin de Compostelle qui explique que plus il enlève des choses de son sac à dos, plus il s'aperçoit que cela permet de faire l'expérience de l'essentiel.

### Quel est le dénominateur commun entre toutes ces rencontres ?

Religieux ou non, tous cherchent un sens à l'existence, s'interrogent sur le pourquoi de la vie et vivent des expériences qui les relient à quelque chose qui les dépasse. Par exemple, Guillaume Nery, champion du monde d'apnée, dit que quand il plonge, il a l'impression de ne plus faire qu'un avec les éléments, ça c'est une expérience spirituelle très profonde. Ou les aborigènes d'Australie, pour qui toute la nature est habitée par des forces, des énergies. Ce qu'il y a de commun entre eux, c'est ce sens de l'invisible. Tous essaient de voir avec les yeux de l'âme.

### Pour vivre ces expériences, faut-il nécessairement se rendre dans des sites aussi magnifiques ?

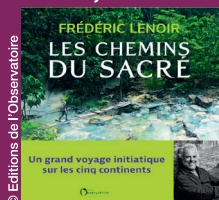
Non, on peut le vivre à travers la nature, la méditation ou dans la relation avec les autres. Il peut y avoir des moments d'amour très intenses où on a l'impression de toucher à quelque chose qui nous dépasse.

### Enfin, vous qui êtes philosophe, un petit truc pour surmonter la période du covid ?

On peut recréer ces hormones du bien-être en étant attentif à tous les petits plaisirs du quotidien. Une qualité de présence peut remplacer la quantité des expériences habituelles. ■

ANTONELLA SORO

« Les chemins du sacré », Editions de l'Observatoire, 347 p.



© Editions de l'Observatoire