

Vivre AVEC LE CŒUR

Oui, on peut être en lien à l'autre, au-delà des mots. Oui, le langage peut aussi nous éloigner de la simplicité du quotidien. L'expérience coréenne m'apprend à être en communion.

TEXTE ALEXANDRE JOLLIEU ILLUSTRATION TASSILO



Alexandre Jollieu est une personnalité d'exception. A 37 ans, le philosophe valaisan a déjà publié *Eloge de la faiblesse*, *Le métier d'homme*, *La construction de soi*, *Le philosophe nu* et *Le petit traité de l'abandon*. Autant de livres, autant de succès qui dépassent nos frontières. Si l'écrivain rencontre une telle adhésion, c'est sans doute parce qu'il touche, sans détour, le cœur. Avec des mots simples, de la chaleur, de l'empathie. Et de l'écoute. Alexandre Jollieu, qui anime de nombreuses conférences, reste proche de ceux que l'existence malmène. Nous lui avons demandé de nous parler de toutes ces interrogations de l'âme. De nous donner aussi des pistes pour nous aider à mieux vivre. Retrouvez-le dans ces colonnes toutes les deux semaines.

Depuis que je vis à Séoul, je suis un peu déboussolé et heureusement! L'obstacle majeur demeure la langue: j'ai beau concentrer tous mes efforts, j'ai peine à me faire entendre, je peine à entendre... Pourtant, j'ai décidé que chaque Coréenne, chaque Coréen que je rencontrerai serait mon professeur. Ainsi, la pharmacienne m'initie à la nomenclature primordiale des premiers soins, l'épicière m'introduit à l'immense variété des ingrédients délicieux qui finissent dans mon assiette. Je ne loupe aucune occasion d'apprendre. Dans l'ascenseur, j'essaie de deviner les quelques mots qui voltigent autour de moi. Plus que tout, face à la barrière de la langue, j'approfondis une voie de communion plus intérieure. Je suis contraint, et heureusement encore, de descendre au niveau du cœur pour m'approcher des gens. Ces temps, je passe mes journées avec une disciple du zen avec qui je rigole beaucoup. Elle ne connaît ni l'anglais ni le français, mon vocabulaire coréen est médiocre, et pourtant le courant passe! Une complicité est née. Parfois, tandis que nous roulons au milieu d'un embouteillage, elle me raconte des choses sans que je ne saisisse une seule phrase. Le plus surprenant, c'est que cette incompréhension de surface nous fait tous les deux éclater de rire. Oui, on peut être en lien à l'autre, au-delà des mots. Oui, le langage



peut aussi nous éloigner de la simplicité du quotidien. C'est d'ailleurs l'une des forces du zen que de nous inviter à quitter tous les concepts, à ne pas enfermer la réalité, son prochain, dans des étiquettes. Je parle de l'amour, de la bienveillance, de la générosité, mais l'amour, la bienveillance, la générosité en actes, c'est encore autre chose...

Communication ou communion?

L'autre jour, je me trouvais dans la montagne avec un maître zen, réjoui à l'idée de passer deux heures à discuter sur le

Bouddha dans un paysage magnifique. Soudain, le sage me prévient: «Parler nous fatigue!» J'avoue que ma réaction immédiate fut de me dire: «Mince, j'ai fait huit mille kilomètres avec femme et enfants pour apprendre le zen et, quand j'ai enfin l'occasion d'interroger un expert, me voilà obligé de la fermer...!» Et la leçon fut magistrale. D'abord, j'ai vu combien il est dur de me promener sans ce commérage intérieur qui commente tout. Comment savourer à fond un paysage, une rencontre sans que ce bla-bla détruise le miracle de la vie?

Souvent, je parle pour casser la solitude. Justement, comment l'apprivoiser? Comment accepter que chaque relation comporte des tiraillements, des fritures sur la ligne? Aujourd'hui, les médias parlent beaucoup de communication et l'expérience coréenne m'apprend à être en communion au-delà du mental. Peut-être le défi majeur consisterait à découvrir une liberté, une indépendance bienveillante. Nulle froideur, nulle distance, aucune morgue: juste la liberté de ne pas rentrer dans une dépendance à l'égard de l'autre. En effet, souvent, quand

* Bouddha, c'est...

un prince, prénommé Siddhartha. Après avoir rencontré un vieillard, un pestiféré, une famille en deuil, il quitte tout pour chercher la voie du salut.

* Le zen, c'est...

une forme de méditation silencieuse liée à la posture assise de Siddhartha Gautama quand il obtint l'éveil, il y a plus de 2500 ans.

* La vie spirituelle, c'est...

la vie de l'esprit, par opposition à celle du corps. Et, plus largement: la quête de sens, d'espoir ou de libération et les démarches qui s'y rattachent.

je vois quelque chose de beau, lorsque je vis un bon moment, je me précipite sur Facebook ou sur mon iPad pour écrire un e-mail. Je me sens immédiatement invité à raconter à autrui ce que je vis. Et l'autre jour, j'ai beaucoup ri en m'apercevant qu'au lieu de savourer un plat typiquement coréen, je m'étais empressé de le photographier pour le montrer à mes lointains amis.

Apprendre à sourire

Dans la méditation, au cœur d'une prière silencieuse, je peux m'unir à mes amis plus qu'en leur téléphonant tout le temps. Justement, la vie spirituelle que je découvre favorise cette vie avec le cœur. Et peut-être qu'elle commence le plus simplement du monde. Apprendre à sourire, à se rendre disponible à l'étranger croisé dans la rue. Et aussi à se méfier de nos agendas hyperchargés... Cet après-midi, j'avais prévu de faire des achats avec mes trois enfants. Mais lorsque je me suis retrouvé au milieu d'un carrefour à neuf pistes avec la poussette de ma cadette, je me suis dit: «Laissons tous les objectifs prévus pour aujourd'hui, perdons-nous simplement dans Séoul, sans but ni esprit de profit, et découvrons ce qui vient à nous.» Dès lors, un stress immense m'a quitté. J'ai cessé de regarder la montre et j'ai profité du miracle d'être à Séoul et de progresser gentiment sur le chemin de la paix. ■

PHOTO: ZOË JOBIN