



PASSION(S)



Jean-Claude Rapiengeas

## D'un pas léger, sur les chemins

À l'approche de la rentrée, le pas, forcément, se fait plus lourd. Il va falloir reprendre le collier, oublier les longues heures passées à sillonner les sentiers de grandes et petites randonnées, les vicinales bucoliques, peuplées d'arpenteurs paisibles qui se saluent en se croisant. On pourra toujours panser sa nostalgie en se plongeant dans un livre agréable autant que profond: *Marcher, une philosophie*, de Frédéric Gros (1).

L'auteur explore les infinies ressources de cette activité de plein air « *la plus archaïquement naturelle* », que chacun pratique selon son propre rythme, en s'adaptant au terrain. Il ne sert à rien de forcer. Le paysage résiste. Le marcheur fait vite l'apprentissage de l'humilité. Il s'abandonne à l'énergie de son corps « *dans un effort doux mais continu* », se mesure à l'évidence du relief. Le cœur bat plus fort, l'esprit vagabonde, l'imagination musarde, les pieds n'en font qu'à leur tête et la tête

mène sa vie. La liberté et le plaisir se résument à « *une bouchée de pain, une gorgée d'eau fraîche, un paysage ouvert* ». Et à une lichette d'ombre quand la canicule rôtit le vaillant piéton. Passé les pentes trop raides, les descentes trop ruades, viendront la satisfaction du chemin parcouru, la détente du

corps et ce sentiment d'ineffable légèreté qui abolit la gravité de la progression.

Marcher, rappelle l'auteur, c'est découvrir le monde lentement, lui rendre visite autrement.

« *Le paysage est un paquet de saveurs, de couleurs, d'odeurs, où le corps infuse.* » Marcher, rappelle l'auteur, c'est découvrir le monde lentement, lui rendre visite autrement. Se

mettre de côté, en marge, rendre l'esprit disponible au monde des apparences. Le corps n'est plus qu'un regard. Et même si la marche est morne, répétitive, monotone, elle n'est jamais ennuyeuse. Frédéric Gros consacre des pages lumineuses à l'intériorité de cette expérience où se joue un dialogue intime, secret, entre le corps en mouvement et l'âme en éveil.

On marche avec beaucoup de monde en soi, souvent accompagné par des absent(e)s. On marche aussi en soi, dans un enchaînement de rêveries et d'idées effervescentes qui se diluent doucement. Les moines le recommandent comme remède à l'acédie, cet « acide » de la mélancolie qui ronge et noircit l'âme. Gandhi s'en servit comme d'une arme de protestation. Les religions la préconisent comme voie d'accès au salut. Les pèlerinages à pied sont le prolongement de cette foi qui soutient que l'homme est en perpétuel exil, à la recherche de sa vraie demeure.

Il est aussi des chemins intérieurs et silencieux dont le but paraît inaccessible. Il faut se mettre en mouvement, gravir pas à pas les sommets que le hasard dévoile au cours d'une vie, monter vers cette lumière, connue de soi seul, qui se rapproche, se rapproche... Alors on sait vers quoi l'on marche et pourquoi l'on continuera.

(1) *Marcher, une philosophie*, de Frédéric Gros (Carnets nord, 306 p., 17 €).