

S'ouvrir à l'inattendu

PÈLERIN DANS BRUXELLES

Gérald HAYOIS

Trente jours de marche dans sa ville, sans rien planifier, pour changer de regard sur la vie : Sébastien de Fooz l'a expérimenté au printemps 2018, logeant chez l'habitant au gré de ses rencontres. Il le raconte dans un livre, *Partir chez soi*.

Rendez-vous avec Sébastien de Fooz à une terrasse de bistrot, non loin de son domicile à Etterbeek. Il a proposé ce lieu, car on y sera plus au calme ce mercredi après-midi qu'au domicile familial, où vivent aussi sa femme et ses trois garçons. On s'attend à le voir arriver à pied, mais c'est à vélo qu'il débarque, barbe poivre et sel, avec l'attirail du marcheur, sac à dos en bandoulière. En septembre, il a publié son dernier livre, *Partir chez soi*, qui relate son expérience de traversée à Bruxelles, pendant un mois en continu, au printemps 2018. « *Ce qui m'a poussé, c'est un sentiment de routine dans mon travail, explique-t-il. Je n'y trouvais plus de sens. Je me suis alors déplacé de plus en plus à pied dans la ville, en essayant de me rendre présent à ce que je rencontrais, d'être davantage dans l'instant, de remettre du sens dans mon déplacement urbain.* »

Âgé aujourd'hui de quarante-cinq ans, il a déjà une fameuse expérience de la marche. Il a en effet été pèlerin en route vers des villes célèbres et vibrantes d'une forte spiritualité : Compostelle en 1998, à vingt-cinq ans, Rome deux ans plus tard et, comme apothéose, Jérusalem en 2005. Suite à ce voyage vers la Terre sainte, il a écrit un livre, réalisé un film et proposé des conférences sur cette marche vécue comme une quête de soi, de sens et de Dieu.

DÉPAYSEMENT DANS LA PROXIMITÉ

Il a suivi, ensuite, un parcours professionnel varié, avant de travailler six ans dans le domaine social à Molenbeek. OÙ, suite à une restructuration, il ne trouve plus de sens. En février 2018, il quitte donc ce boulot qui ne lui convient plus. Un ami lui suggère alors de reprendre son bâton de pèlerin, sans aller très loin, à l'étranger, mais en restant à Bruxelles. Il saute sur cette idée : « *J'ai alors eu envie d'explorer ce qui m'entourne au quotidien, de vivre une aventure de dépaysement dans la proximité. En sortant du cadre d'une vie régulière, j'avais besoin de m'ouvrir à nouveau à l'imprévu, de réenchanter ma vie urbaine.* »

C'est ainsi qu'il a cheminé dans la capitale belge du 19 mai au 19 juin 2018, en tenue de marcheur au long cours, sac à dos, avec cinquante euros en poche, en se fixant comme objectif de ne pas rester plus de deux nuits au même endroit. Et sans jamais revenir chez lui. « *Mon intention a été de nourrir un regard bienveillant sur chaque être croi-*

sé en cours de route, d'où qu'il vienne, quel qu'il soit, le bénissant intérieurement. Ce n'est pas automatique. Cela coûte d'être bienveillant, mais en s'y efforçant, ça rend nos résistances plus malléables. »

RENCONTRES SURPRENANTES

L'aventure démarre à Etterbeek. Premier arrêt dans une église, puis direction la forêt de Soignes, où il loge à la belle étoile. « *Ma plongée dans cette aventure urbaine n'aurait pu avoir lieu en faisant l'impasse sur ce passage préalable dans la nature. Cette nature était une invitation à réinvestir la ville par la lenteur.* » Le lendemain matin, il passe par l'ancienne abbaye du Rouge Cloître. Sur un banc public, il croise une femme. La conversation s'engage. Elle est juive, petite-fille d'un déporté à Auschwitz. Toute petite, elle a été cachée dans une famille chrétienne en Ardenne. Sacrée entrée en matière pour cette expédition urbaine !

La suite l'amènera dans presque toutes les communes du grand Bruxelles. Avec, jour après jour, d'autres rencontres surprenantes. Il loge ainsi chez une dame d'origine africaine à Watermael-Boitsfort et, suite à une rencontre dans un café, dans un home pour personnes âgées dans les Marolles. Il est hébergé dans une maison qui accueille des Roms de Slovaquie à Schaerbeek, chez un employé du Sporting d'Anderlecht, sous un abri dans un parc, dans une église... Les quartiers traversés sont très contrastés. « *On peut passer en quelques minutes du rond-point Schuman, où l'on croise les eurocrates, à la commune de Saint-Josse, où se côtoient des gens aux faibles revenus et originaires de tous les coins du monde.* »

Tout au long de ce périple, il croise des centaines de visages différents. « *Ceux que l'on rencontre sont comme des paysages que l'on traverse. Dans la vie ordinaire, on ne fait pas trop attention aux gens que l'on croise. Lorsque je me trouvais mal à l'aise face à des personnes, c'était un signe d'explorer en moi ce qu'il y avait derrière mes réticences.* »

UNE GRANDE VULNÉRABILITÉ

Le marcheur est ainsi passé par toute la gamme des émotions. Le bonheur d'être reçu par des hôtes pour la nuit.



L'AVENTURE. Elle commence au bout de la rue.

Quand la personne fait le pas d'accueillir, la confiance s'installe et, très vite, l'essentiel est partagé. Il connaît parfois le découragement, l'insécurité, le sentiment de solitude, le spleen. « *Le fait de vivre sans destination m'a plongé dans une grande vulnérabilité* », avoue-t-il. Il expérimente aussi le sentiment de rejet intégral. Un habitant de Molenbeek, à qui, dans une laverie automatique, il explique sa démarche, le traite durement de bobo qui se donne bonne conscience, alors que beaucoup d'habitants du quartier vivent vraiment difficilement. Il écrit, après cette altercation : « *Errant dans les rues de Molenbeek, l'envie de pleurer m'a saisi. Cet homme n'a pas tort. Accepter cela et ce que ça produit en moi m'a fait du bien.* »

« *Ce serait indécent de comparer ce que j'ai vécu à la vie d'un SDF, commente-t-il. Mais errer comme je l'ai fait est déstabilisant parce qu'on n'est plus en lien avec les autres. L'environnement devient alors menaçant. On n'est plus regardé à hauteur d'homme. Errer, c'est rompre le lien avec la communauté, car on comprend qu'on n'existe plus dans le regard des autres.* »

ENDROITS FRACTURÉS

Après ce mois de navigation sans cap fixe et tous azimuts dans cette ville multiculturelle, Sébastien de Fooz retire l'impression que le « vivre ensemble » à Bruxelles tient un peu du miracle. « *C'est surprenant, mais si on regarde bien, il y a beaucoup d'endroits fracturés, et on peut craindre que, tôt ou tard, cela génère encore plus de frustrations* », note-t-il. En fin de parcours, de retour chez lui, son impres-

sion a été aussi forte que s'il revenait d'une très longue marche, d'un périple lointain. L'aventure peut donc être présente au bout de la rue, à condition d'être disponible. S'il a tenu le coup, c'est également grâce à ses passages ici et là dans la nature, les parcs, la forêt, ou dans les églises, ces lieux de silence. « *La présence palpable du silence et la restructuration qu'il occasionne en soi m'ont été indispensables. Dans les églises, je me sentais à la maison. Depuis mes marches en pèlerin, je suis redevenu chrétien. Cette expérience-ci m'a invité à creuser mon intériorité qui est habitée, au-delà du brouhaha du monde. Au-delà de toutes mes résistances, il y a cette présence intime, cet espace d'accueil à l'Esprit.* »

Aujourd'hui, outre la publication de son livre et la réalisation d'un film sur ce périple urbain, il propose, à ceux qui le désirent, d'accompagner ou de guider différentes expériences pédestres : en silence ou en ville, ou des marches nocturnes d'un soir en forêt deux heures avant l'aube. Sa conviction est qu'il est possible de rompre avec la routine, de faire un véritable travail de transformation intérieure sans changer totalement de cadre de vie. ■



Sébastien de FOOZ, *Partir chez soi, changer de regard, s'ouvrir à l'inattendu*, Bruxelles, Éditions Racine, 2019. Prix : 19,95€. Via L'appel : -5% = 18,96€. www.sebastiendefooz.com

Au-delà du corps



RENDRE DROIT

Ho'oponopono, qui signifie « corriger ce qui est erroné », « revenir à ce qui est juste », « rendre droit », est une philosophie de vie, un processus de réconciliation avec soi. Il s'agit d'une implication individuelle totale. Proposant des exercices personnels, cet opuscule permet de repérer

« *ce qui est souffrance et dysharmonie* », de « *nettoyer nos pensées erronées et s'apercevoir que cela fonctionne* ». (M.L.)

Dr Luc BODIN et Maria-Elisa HURTADO-GRACIET, *Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens*, Genève, Jouvence, 2019. Prix : 9,57€. Via L'appel : -5% = 9,10€.