



**CROQUER.**  
Une manière de communier avec Dieu et les hommes.

*portante en soi ; ce qui est important est d'être en relation. La parole de Dieu est présentée comme une nourriture pour être en relation. »* Ce qui explique, en tout cas pour le judaïsme, la place qu'y occupent les interdits alimentaires.

## PRESCRITS ALIMENTAIRES

*« Le cœur du cœur de la pensée juive est l'altérité. Le fait de ne pas manger ou de respecter des interdits n'est pas essentiel. La raison du kasher n'est pas culturelle, ou que cette nourriture-là est bonne pour la santé. L'important est que, pour pouvoir entrer en altérité, il faut une capacité de séparer les choses. Les prescriptions du judaïsme permettent de garder en tête qu'on doit vivre en alliance. Le christianisme a conservé le vécu de cette alliance. Mais en soulignant que le respect de la prescription, par lui-même, ne met pas en alliance. Celle-ci s'opère en vivant tout ce qui nous permet de respecter l'altérité, les autres et le Grand Autre qui est Dieu. La grande interpellation du monde chrétien par rapport au monde juif est : "Ne prenons pas la proie pour l'ombre". Il faut des prescriptions pour se souvenir qu'il y a un ordre, mais la prescription n'est pas à idolâtrer. »*

Le rapport des religions à la nourriture varie selon les cas. Dans l'islam, Martine Heano identifie un lien manifeste entre phénomène identitaire religieux et alimentation. Dans les philosophies indiennes et chinoises, les prescrits nutritionnels visent à être en bonne santé, sans prétention spirituelle. Mais toutes les thérapies et la médecine chinoises tiennent compte des aliments, de la diététique, car la nour-

riture est là considérée comme au centre de l'humain.

## MANGER PUR

Dans le monde chrétien, pas de prescrits spécifiques de ce type. *« Comme le judaïsme, le christianisme ne se positionne pas par rapport à une question de "pureté". La grande histoire de la révélation est que Jésus est venu abolir la différence entre le sacré et le profane. Toutes nos actions peuvent être un chemin de sainteté au sens de vie intense, d'être en alliance. »* Alors, pourquoi tant de préoccupations liées aujourd'hui à la « pureté » de la nourriture ? *« Je vois dans ce souci actuel de revenir à une pureté des origines pour se nourrir quelque chose de fantasmagique, comme si le paradis terrestre avait existé quelque part. Alors qu'il s'agit d'abord de questionner et d'interpréter, de s'interroger sur notre origine. Cette recherche de garantie de pureté par la nourriture biologique à une époque où il y a une désaffection apparente du phénomène religieux est, je crois, le résultat d'un transfert. Car, au fond, celui qui cherche coûte que coûte une nourriture pure, quelle pureté recherche-t-il réellement ? »* ■

Martine HENAO de LEGGE, *Se nourrir corps et âme, La bible et la table*, Paris, Médiaspaul, 2019. Prix : 18€. Via L'appel : - 5% = 17,10€.

Martine Henao de Legge présentera son livre le 12 octobre prochain à la librairie UOPC, Avenue Gustave Demey 14-16, 1160 Bruxelles.

*Au-delà  
du corps*



## ZEN URBAIN

Pour pratiquer le zen, nul besoin de se retirer du monde dans un monastère. Le quotidien de la vie en ville regorge de petits événements invitant à la méditation. Laia Monserrat, psychologue et psychothérapeute, enseigne le zen depuis 25 ans. Pour cette auteure, le déclic a été

un cadeau : un cerisier du Japon, bien incongru sur le petit balcon de son appartement. C'est avec lui qu'elle a commencé à s'exercer au zen dans un cadre urbain. Elle partage ici ses expériences et apprentissages. (F.A.)

Laia MONSERRAT, *Un cerisier sur le balcon, pratiquer le zen en ville*, Paris, Jouvence, 2019. Prix : 11,45€. Via L'appel : - 5% = 10,88€.

*Un touche-à-tout spécialiste en rien*

**ARNAUD RUYSSSEN**

*AUSCULTE  
LA DÉMOCRATIE*

Propos recueillis par Michel PAQUOT

Tenir en éveil l'esprit critique de l'auditeur, tout en lui donnant des clés pour décrypter le monde : c'est ce que fait depuis de nombreuses années Arnaud Ruysen, jouant ainsi pleinement son rôle de journaliste. Dans d'impeccables émissions radio qui dressent un état alarmant de la démocratie. Et aux manettes de *Soir Première* où il anime notamment CQFD, un débat quotidien sur un fait d'actualité, désormais aussi diffusé sur la Trois.

« **L**a démocratie, ce n'est pas seulement des gens qui votent, mais la manière dont les sociétés sont organisées et gèrent des sujets délicats. Au départ de son observation, on peut explorer énormément de choses. » Fort de cette conviction, Arnaud Ruysen, journaliste sur la Première depuis plus de quinze ans, est devenu, comme il se définit lui-même dans un sourire, un « ausculteur de démocratie ». Et il y a matière à « ausculter », avec la montée des populismes un peu partout dans le monde.

« Un vrai examen de conscience est à faire, observe-t-il. Se limiter à regarder le populisme sous l'angle de ses électeurs qui seraient trop "bêtes", mal informés et n'auraient rien compris, c'est passer à côté du problème. Car le populisme révèle des choses qui ne marchent pas. Si les solutions ne viendront jamais de lui, il peut néanmoins réveiller le fonctionnement de la démocratie. On a l'impression que la pièce est sur la tranche : les populistes vont-ils gagner, et mener des politiques qui pourraient être des reculs antidémocratiques, dangereux pour les droits de l'homme ? Ou bien la société va-t-elle réagir comme un corps humain face à des microbes, ici un cancer, et se dire qu'elle va revoir sa façon de faire ? »

## DÉMOCRATIE EN QUESTION(S)

Son « arme », pour maintenir en éveil l'esprit critique des citoyens est donc la radio. « On y jouit d'une totale liberté. Elle permet de se concentrer sur le contenu, on peut aller en profondeur dans un sujet et amener les gens sur des terrains très différents », se réjouit celui qui se définit comme un « touche-à-tout spécialiste en rien ». L'été 2018, secondé par Jonathan Remy, il a réalisé une série de huit émissions, intitulée *Démocratie en Question(s)*. De nombreux spécialistes dans différents domaines s'y accordaient

« En radio, on peut amener les gens sur des terrains très différents. »

sur l'urgence d'inventer des solutions nouvelles face aux dangers qui rongent la société. Les thèmes abordés étaient les migrations, le populisme, le capitalisme, les GAFAM ou l'Union européenne. « On est à la croisée des chemins, pense leur réalisateur. S'il faut être excessivement prudent dans le parallèle avec les années 30, on peut quand même s'y intéresser. Ce qui me sidère, dans la montée de l'hitlérisme, est l'ironie avec laquelle on regardait Hitler. On le trouvait ridicule, stupide. Il faut donc être excessivement attentif. »

En 2016, déjà, il avait réalisé *Autopsie*, un cycle d'émissions consacrées à d'anciens dossiers « chauds » qui lui a valu le prix Belfius de la presse radio. Ces sujets longs, mis en ondes par Patrice Hardy, ont trouvé leur public si on en croit leurs nombreux téléchargements. Et au printemps dernier, à la veille des élections belges et européennes, il a organisé quatre conférences-débats sur les campus universitaires de Namur, Bruxelles, Louvain-la-Neuve et Mons. Un millier de personnes, dont près de la moitié de moins de trente ans, sont venues entendre des universitaires, des économistes, des philosophes ou des journalistes parler du réchauffement climatique, des médias face au populisme, des GAFAM ou du défi migratoire pour les démocraties européennes. Et en juillet dernier, quelques jours avant la fête nationale, il a diffusé un documentaire radio en trois épisodes, *La Belgique en Question(s)*.

## PASSION D'ADO

Après une candidature à l'UCL en histoire de l'art et archéologie, Arnaud Ruysen, né en 1981, a bifurqué vers le journalisme, renouant avec sa passion d'adolescent. À douze ans, en effet, il écoutait son transistor avec ferveur et, muni d'un petit enregistreur, il interviewait son père qui imitait les hommes politiques de l'époque, Wilfried Martens, Guy Spitaels ou José Happart. À la RTBF, où il est entré au milieu des années 2000, après avoir assuré les journaux de nuit puis les dernières minutes, il s'est vu confier le journal de 13h qui était suivi par un débat sur un fait d'actualité. Comme l'est aujourd'hui *CQFD*, une séquence de *Soir Première*, la tranche d'information quotidienne qu'il orchestre avec finesse, humour et décontraction, entouré d'une équipe très solide et réactive.

Chaque jour, une question d'actualité est approfondie par deux invités, le vendredi, par trois journalistes, belges ou non. Et depuis quelques semaines, les auditeurs peuvent aussi être des téléspectateurs. Passant à vingt-cinq minutes, *CQFD* est en effet diffusé le soir même sur la Trois. Ce doublage n'allait pas de soi, la radio et la télé ne répondant pas aux mêmes exigences. « Nous devons faire en sorte que les gens qui écoutent la radio ne "voient" pas de différences, et que ceux qui sont devant leur télé n'aient pas juste l'impression de regarder de la radio filmée, résume le journaliste. Tout en gardant une ambition éditoriale, sans affaiblir le contenu. » Le résultat est concluant. Arnaud Ruysen est derrière une vaste table autour de laquelle sont assis les invités, ainsi qu'une autre journaliste, Catherine Tonerio, une nouvelle venue qui résume la question du jour et introduit un reportage en images. C'est de la vraie télé qui peut s'écouter à la radio. Et inversement.

## FOURNIR DES CLÉS

« La star de l'émission, c'est la question posée, explique son animateur. Il ne s'agit pas de fournir une réponse à l'auditeur, mais de lui permettre de se faire sa propre opinion. On veut donner des clés pour bien informer. Afin que ce ne soit pas une émission de commentaires, on reçoit des experts ou des acteurs de la problématique. *CQFD* signifie Ce Qui Fait Débat, mais aussi Ce Qu'il Faut Décrypter. Par exemple, sur la forêt amazonienne, la question n'est pas de savoir si c'est bien ou non qu'elle soit détruite, le débat est vite tranché, mais de connaître quels sont les mécanismes qui sont à l'œuvre. »

À une époque où les médias sont de plus en plus secoués par les fake news, les réseaux sociaux et les sites de « ré-information » aux tendances souvent complotistes, Arnaud Ruysen croit plus que jamais à leur importance. « Ils ont un vrai rôle à jouer. Ils doivent absolument affirmer leur marque qualitative, être des points de repère, ce qui n'est pas évident. On le voit avec Trump : des médias font un super boulot face à lui et il arrive à les décrédibiliser aux yeux de ses partisans. Quand on fait des fact-checking, on nous dit qu'ils n'atteignent que ceux qui ont déjà un doute, sans toucher les autres. À cela, je réponds que l'on donne des outils, des éléments concrets à ceux qui veulent combattre les fausses informations, afin de leur permettre d'y arriver. Et je fais le pari qu'à un moment donné, les gens vont se rendre compte qu'ils ne peuvent pas vivre dans une société où l'on ne sait plus ce qui est vrai et faux. » ■

*Soir Première*, de 17h30 à 19h et *CQFD*, à 20h sur la Trois, du lundi au vendredi.