

Une randonnée sensorielle pour redécouvrir la nature

S'émerveiller de la Création en exerçant activement nos cinq sens : c'est ce que propose le CCFD, avec la marche vers l'EsSen(s)tiel. Reportage à Lourdes.

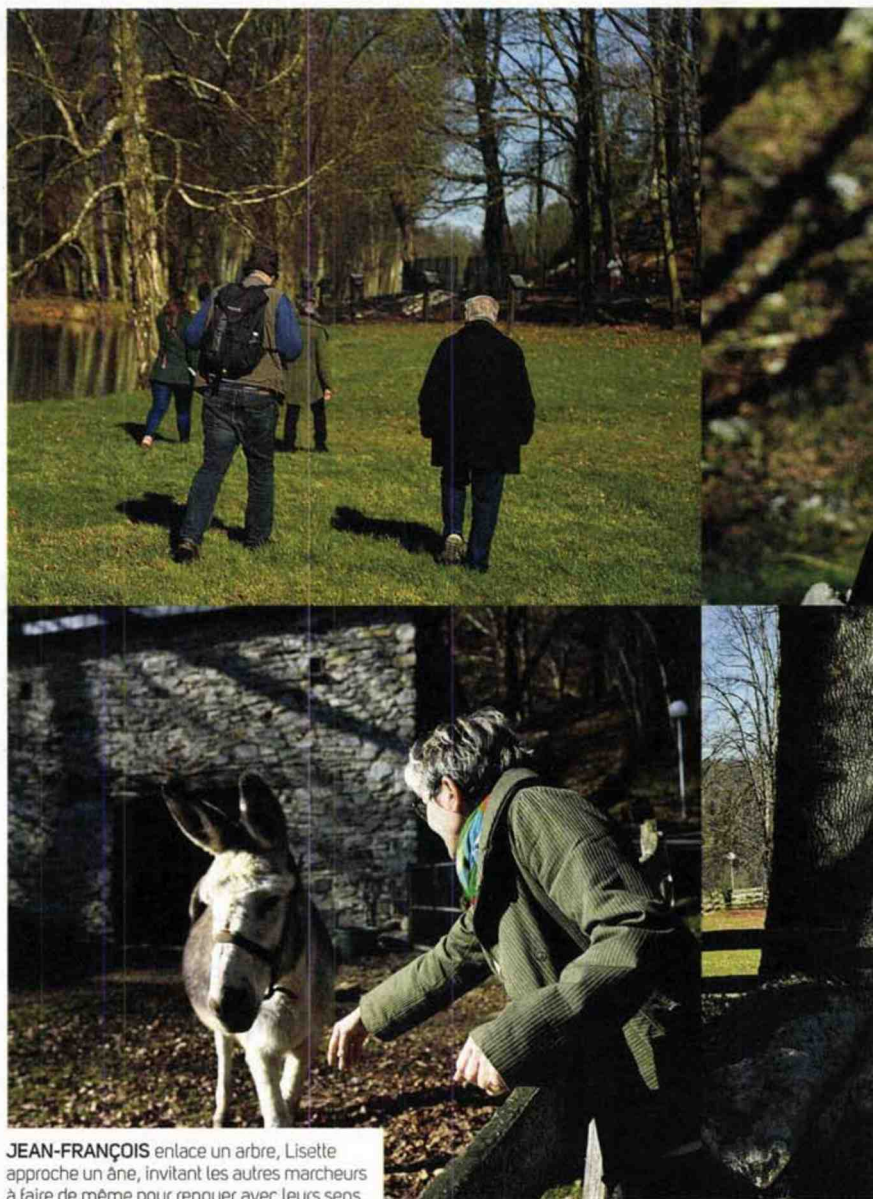
spiritualité

Avez-vous déjà enlacé un arbre, touché son écorce rugueuse de vos doigts et senti sa force tranquille ? Vous êtes-vous parfois arrêté pour ouvrir grand les yeux sur le patchwork de couleurs que vous présente la nature ? Avez-vous déjà, vraiment, senti, goûté, vu, touché, entendu ? Telle est la marche vers l'EsSen(s)tiel, une initiative proposée, depuis 2017, par Lisette Prost, chargée de mission au CCFD-Terre solidaire à Lourdes. Il s'agit, le temps d'une randonnée en groupe, de mettre en éveil ses cinq sens et de se laisser émerveiller par la nature. Une démarche inspirée par l'encyclique *Laudato si'* du pape François qui peut s'accomplir partout en France, au gré des demandes.

Des réactions inattendues

Ce samedi matin, rendez-vous au local du CCFD, rue du Bourg à Lourdes, pour une randonnée qui traverse le sanctuaire jusqu'aux hauteurs de la ville. Un petit vent frais souffle sur les joues, le soleil printanier fait ses premières apparitions, les oiseaux gazouillent. « Regardez, il y a même des primevères ! » Accompagnée de son ami Jean-François Guiraud, bénévole au CCFD de Besançon, Lisette, lunettes rondes et sourire communicatif, guide un groupe de marcheurs. Ça grimpe ! Une fois la côte passée, dans un site verdoyant aux abords de la cité Saint-Pierre, la sexagénaire s'arrête et donne la parole à son collègue, qui lit le passage de l'Évangile de Marc au cours duquel Jésus guérit un homme sourd-muet.

« Allez toucher ce que vous voulez », propose ensuite Lisette. L'un des marcheurs s'approche d'un arbre, un peu déconcerté, pose d'abord une main hésitante sur le tronc, puis deux. « Essayez d'être attentifs à ce qu'il se passe en vous », encourage la guide. Très vite, on se détend, d'autres



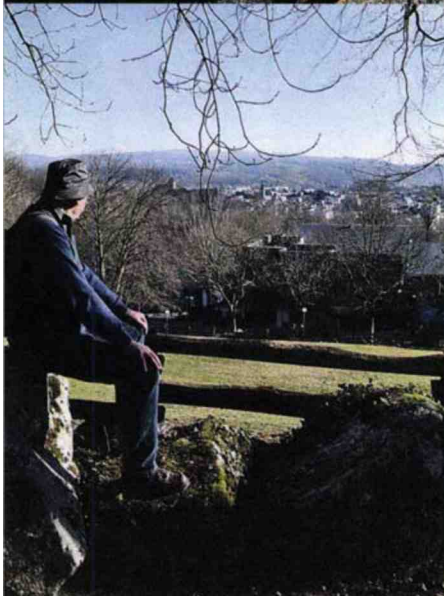
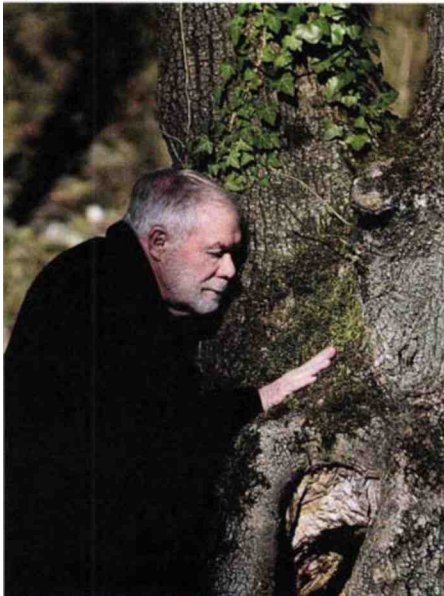
JEAN-FRANÇOIS enlance un arbre, Lisette approche un âne, invitant les autres marcheurs à faire de même pour renouer avec leurs sens.



enlacent à leur tour l'arbre sur lequel ils se sont appuyés. Les réactions sont parfois inattendues. « Certains n'ont jamais fait ça de leur vie, confie Lisette. Des gens fondent en larmes parfois, bouleversés par cette communion avec le vivant. »

Voir Lourdes autrement

Tout commence en 2009. La salariée du CCFD, venue de Lorraine cette année-là, organise alors, à Lourdes, des animations pour les pèlerins. Dans ce cadre,



l'amoureuse des Pyrénées apprend à mieux connaître les figures de la Vierge Marie et de Bernadette. Elle est chargée de sensibiliser les visiteurs du sanctuaire à la solidarité internationale chère à son mouvement. Mais comment s'y prendre quand ces derniers n'ont d'yeux justement que pour la grotte de Massabielle ? C'est lors de ces animations qu'elle rencontre Jean-François Guiraud, à l'époque directeur des pèlerinages du diocèse de Besançon. « Au-delà de la dimension priante, je ressentais un manque de curiosité chez les pèlerins », précise-t-il. Ancien professeur de lettres classiques, il fait alors appel au CCFD pour des ateliers. Entre Lisette et lui, le courant passe bien : dynamique, elle intervient à chaque pèlerinage dirigé par son acolyte.

En 2017, leur envie de proposer des sorties en pleine nature et une sensibilisation à la solidarité internationale résonne avec un appel d'André Cabes, prêtre et recteur du sanctuaire marial. « Bernadette était enracinée dans son pays et, pour le comprendre, il faut permettre aux pèlerins de faire des liens entre tourisme et pèlerinage, de sortir du sens étroit du religieux. L'idée était qu'ils intègrent que le pèlerinage à Lourdes n'est pas hors sol », réagit-il.

Pour Lisette Prost, c'est le déclic : elle va mettre en place un parcours sur les hauteurs de Lourdes axé sur la redécouverte de la nature à travers les cinq sens. Une autre façon d'explorer sa spiritualité : « Je ne suis pas à l'aise pour parler prière, mais toucher un arbre, moi, ça me cause ! », plaisante-elle. Le projet est salué par le recteur : « Une excursion n'est pas un excursus », résume-t-il. Très vite, l'initiative dépasse le cadre de Lourdes pour s'étendre

Organiser une marche chez soi

» Le CCFD-Terre solidaire organise des marches vers l'EsSen(s)tiel un peu partout en France, grâce à des salariés et des bénévoles formés à cette pratique. Pour suivre cette initiative durant le carême notamment, mais aussi au printemps ou pendant l'été, vous pouvez contacter Lisette Prost par e-mail : ccfd.lourdes@ccfd-terresolidaire.org

de Nevers à Paris, en direction de publics très variés selon les sollicitations (voir encadré ci-dessous). Dans ce projet, elle s'allie avec Jean-François Guiraud, plus à l'aise avec les textes bibliques.

Répondant à l'appel de l'encyclique *Laudato si'* qui exhorte à l'écologie intégrale alliant approche écologique et approche sociale, leur marche propose d'illustrer chaque expérience sensorielle d'un verset biblique. Pour le goût, saint Matthieu, par exemple : « Vous êtes le sel de la terre. Mais si le sel s'affadit, avec quoi le salera-t-on ? » (Mt 5, 13). Pour l'ouïe, l'Ecclésiaste : « Approche-toi pour écouter » (Ec 5, 1). Un sens, un verset, mais pas que : parfois aussi le témoignage d'un partenaire du CCFD. Un discours à la fois écologique, social et spirituel, cher au pape François.

Il commence à faire chaud, petit à petit les langues se délient. Éric – un vieux Nokia cabossé en mains –, bénévole au CCFD de Lourdes depuis sept ans, marche avec le groupe. Lui qui a grandi dans une exploitation agricole intensive a été profondément marqué par *Laudato si'*. « À Lourdes, on voit le Gave, mais pas que : on voit la mousse, les pierres, l'eau bleue du fleuve... mais les gens ne savent même plus s'arrêter, regrette-t-il. Aujourd'hui, si vous les ramenez à leurs cinq sens, ils ne savent plus où ils habitent ! La seule chose qu'on touche désormais, ce sont nos téléphones portables ! », s'exclame-t-il, très convaincu.

Une démarche libre

Écologie, solidarité, spiritualité... Dans ce troisième volet, Lisette insiste sur l'action de grâce. Pour elle, c'est en explorant pleinement le toucher, l'ouïe, le goût... que l'on réalise leur richesse : « On se perd dans le matériel et on oublie la chance qu'on a d'avoir l'usage de tous nos sens. » Pour la sexagénaire, les redécouvrir, c'est en être conscient, s'en émerveiller, et enfin rendre grâce, remercier. Justement, la marche se termine ainsi. Sous le soleil, au zénith, dans une petite ronde improvisée, les marcheurs se disent merci. On se gratifie d'abord les uns les autres, puis soi-même, et enfin on remercie « qui on veut ! », précise Lisette. Qu'il s'agisse de Dieu ou de Dame Nature, la démarche est et restera toujours libre. ♡

TEXTE YOUNA RIVALLAIN

PHOTOS LAURENT FERRIERE/

HANS LUCAS POUR LA VIE