

Une BD qui invite au voyage intérieur



Note : 4/5

« Je n'ai pas la prétention de dire que (mes) livres sont des chefs-d'œuvre. Ils sont juste sortis au bon moment. Les gens en avaient besoin », explique le psychiatre Christophe André à propos de ses ouvrages sur la méditation. La crise sanitaire a sans doute renforcé l'intérêt pour cette pratique : le succès de « Yoga », best-seller de la rentrée littéraire 2020 signé Emmanuel Carrère, en est la preuve. Joël Callède a, lui, choisi d'aborder

le sujet sous forme de BD.

Dans « Quelques pas vers l'infini », il retrace son parcours de méditant, revenant sur ses douleurs passées pour mieux témoigner de ce que cela lui a apporté. On le suit à la rencontre de guides célèbres, tels Christophe André donc, mais aussi Thierry Janssen, Thich Nhat Hanh, une prof de collège, le DRH d'un groupe bancaire, un infirmier psy... Une galerie de témoins qui ont pu vérifier les bienfaits de la méditation aussi bien auprès des enfants, qu'en milieu carcéral, en entreprise ou à l'hôpital... Parce que non, la méditation n'est pas un « truc de bobos mal dans leur peau ». Elle représente un moyen de gagner en liberté, en connaissance de soi, en ouverture à l'autre et au monde. Un moyen de cheminer au plus profond de soi... « vers l'infini ».

Catherine Richard

« Quelques pas vers l'infini », de Joël Callède. Les Arènes BD. 160 p. 22,90 €.