

Vie intérieure

La retraite spirituelle n'est pas forcément de tout repos

Ils sont de plus en plus nombreux à tenter l'expérience pour contrer une société en constante accélération. Mais, croyants ou non, sommes-nous tous faits pour un tel pas de côté? Témoignages.

Marie Destraz Protestinfo

En fond d'écran de son smart-phone, Pierre Maudet a choisi une photo de l'abbaye de Sénanque, perdue dans la lavande en fleur. Un souvenir du printemps 2019, période à laquelle celui qui était encore conseiller d'État genevois est parti une semaine en retraite. Ce choix ne s'inscrit pourtant pas dans une démarche de foi. Ce protestant peu pratiquant suit le conseil de son entourage: s'extraire du «fracas médiatique» qu'il traverse.

C'est donc seul qu'il se rend en Provence dans le monastère cistercien totalement coupé des réseaux de téléphonie mobile. Il y vit au rythme des sept offices quotidiens, qui commencent à 4h15. Une occasion de prendre enfin du temps pour lui et même de rouvrir la Bible: «J'ai notamment relu l'Évangile de Marc: les questions de pouvoir, l'autorité de Jésus, sa relation à ses disciples, ont nourri mon introspection.» Un vrai retour aux sources et une vraie respiration qui lui permettent, en rentrant, de «ralentir le rythme».

À l'épreuve des mots

Ce récit ne fait pas figure d'exception. Halte privilégiée sur l'autoroute du surmenage, la retraite spirituelle gagne du terrain chez les personnes exprimant le besoin de se ressourcer. Pour autant, sommes-nous tous prêts à tenter l'expérience? «Ma première retraite, c'était l'angoisse. Je n'étais pas préparée à vivre le silence, c'était pesant. J'avais 22 ans et je m'attendais à une expérience mystique», se remémore Geneviève Spring, accompagnante spirituelle au CHUV. Mais ça ne l'a pas refroidie.

«Aujourd'hui, la retraite est un besoin. Elle me permet d'être pleinement moi-même. Je peux faire un travail de lecture de mon vécu, impliquant l'émotion et le corps», détaille-t-elle.



Inauguré en 1953 à Puidoux, Crêt-Bérard est un lieu de retraite, de repos ou de travail, avec des salles de séminaires, des chambres et un service de restauration. GÉRALD BOSSHARD

«Les gens ont besoin d'espaces où se déconnecter, se recentrer, où partager leurs doutes autant que leurs espérances.»

Alain Monnard, pasteur, résident de Crêt-Bérard

Si le silence est d'or pour les retraitants, il n'empêche qu'il demande à être apprivoisé. «Je traversais une période difficile. Je me suis inscrite à une retraite à Versailles (F), sans même me rendre compte qu'elle se déroulait en silence. Je n'avais qu'une envie: partir. Mais j'étais trop loin de chez moi. Alors, je suis restée, et j'ai bien fait», partage Anne Schneider.

Aujourd'hui, elle affiche une vingtaine de retraites au compteur et une dizaine en tant qu'accompagnante, à Grandchamp (NE). Une reconquête intérieure qui coûte: «Il faut être capable d'introspection autant que de se confronter à ses zones d'ombre», poursuit-elle.

Le besoin de distance

Pour d'autres, le chemin est moins sinueux. «La retraite s'inscrit dans une démarche de foi qui date de mon enfance. Comme on met de l'essence dans sa voiture, la retraite et la méditation me permettent de faire le plein d'intériorité pour continuer ma route», illustre l'enseignant spé-

cialisé Jean-Marc Ischer. «Les gens ont terriblement besoin de vivre des retraites. Avec la pandémie, le travail a envahi le lieu d'habitation. Ils ont besoin d'espaces où se déconnecter, se recentrer, où partager leurs doutes autant que leurs espérances», commente le pasteur vaudois Alain Monnard, résident de Crêt-Bérard, lieu de retraites destinées aux croyants mais pas seulement.

Force est de constater que la demande est là. «Je faisais face à un trop-plein dans mon quotidien. Je ressentais le besoin de prendre du temps pour moi, me retirer et vivre ma spiritualité pleinement», explique la Vaudoise Marie-Claire Chavan. Crêt-Bérard, Vaumarcus (NE), le monastère piémontais de Bose: à chaque fois, le silence lui permet d'être plus à l'écoute de ses ressentis et des textes bibliques.

«L'expérience de la méditation de pleine conscience en lien avec la foi chrétienne permet de s'approcher des textes sacrés en se mettant à l'écoute du corps et du cœur plutôt que de l'intellect. Le

silence est habité», observe Lia Antico, chercheuse en neurosciences et enseignante catholique de méditation pleine présence. Et l'essayer, pour beaucoup, c'est l'adopter. «Il y a trois types de participants: des chrétiens engagés, des nouveaux chercheurs en quête de sens et des adeptes de méditation séculière.»

Ascétisme démocratisé

«L'ascétisme est un mode d'accès au sacré qui s'est démocratisé. Il séduit les personnes en quête d'une reconnexion avec elles-mêmes et/ou la nature», confirme François Gauthier, sociologue des religions à l'Université de Fribourg. Et pour cause: la religiosité contemporaine rime moins avec «l'idée d'une vérité qu'avec une quête de sens qui passe par l'expérience».

En cela, nos contemporains renouent avec des pratiques datant des premiers chrétiens, peu à peu délaissées par les institutions ecclésiales. À la différence près que «l'impératif du sens est aujourd'hui tourné vers l'individu et non plus vers la communauté».

Départ d'incendie dû à la foudre dans un chalet

Rougemont

Un gros orage a provoqué un début d'incendie. Les pompiers sont intervenus. Le feu a été rapidement maîtrisé.

Le gros orage qui s'est abattu vendredi soir dans la région de Château-d'Ex a laissé quelques traces. Les pompiers sont intervenus à deux reprises pour des feux et la police a aussi été alertée pour des pierres tombées sur la route.

Ce soir-là, la région de Château-d'Ex a été une des plus arrosées de Suisse, avec 60,5 millimètres d'eau tombés en trois heures, selon MeteoNews. Vers 18h30, les pompiers étaient appelés à Rougemont pour un début

60,5

En millimètres d'eau, telle est la quantité de pluie tombée en trois heures sur la région de Château-d'Ex.

d'incendie dans un chalet inoccupé. «La foudre a endommagé un lampadaire, qui est tombé sur le chalet, provoquant un départ de feu», a expliqué samedi Christèle Borloz, de la police cantonale.

L'incendie a pu être rapidement maîtrisé. Vers 20h45, un arbre touché par la foudre s'est lui aussi embrasé dans le village. Dans la région, la pluie a provoqué des chutes de pierres sur la chaussée, notamment à Rossinière. Mais aucune route n'a dû être fermée, selon la police. **ATS**

Sullens

Un coup de feu a été tiré dans un jardin privé

Samedi vers midi, deux hommes auraient été menacés par arme à feu dans un jardin privé situé à Sullens. Un habitant aurait tiré un coup de feu au moment où deux de ses connaissances, un père et son fils, ressortissants suisses de 59 et 32 ans, se présentaient à son domicile. Les victimes présumées ont pu quitter les lieux. Choquées, elles n'ont pas été blessées. Rapidement alertée, la gendarmerie vaudoise a pu interpellé le tireur présumé, un Suisse âgé de 48 ans, alors qu'il se rendait à sa boîte aux lettres. **YME**

Nyon

Succès des cours de français gratuits aux migrants

Pour la sixième année, des cours de français à l'intention des migrants ont été mis sur pied par la Ville de Nyon en juillet, dans les jardins du Conservatoire. Gratuits et ouverts à toutes et tous, ces cours ont vu leur fréquentation augmenter fortement cet été, notamment en raison de la participation de réfugiés en provenance d'Ukraine. Réparties en trois groupes, 52 personnes (contre 32 l'an dernier) y ont participé, dont 47 femmes. Les enfants présents avec leurs parents ont été encadrés par deux auxiliaires. **YME**

Le chauffage à distance enflamme les esprits à Épalinges

Enquête publique La date butoir pour réagir à un projet de centrale à bois varie selon les publications: 14 ou 28 août. Maurice Mischler, municipal, garantit un délai jusqu'à la fin du mois.

En ce début d'août caniculaire, le calme des vacances devrait régner. C'est d'ailleurs en excursion estivale que le municipal Vert d'Épalinges Maurice Mischler répond au coup de fil de «24 heures». Il se trouve que les esprits s'échauffent dans sa commune en raison d'un projet de chauffage à

distance porté par les pouvoirs publics.

L'implantation d'une centrale à bois, sur la parcelle de la voirie proche du Bois de la Chapelle, est soumise à l'enquête publique depuis le 16 juillet. Jusqu'à quand? L'avis communal publié dans nos pages le 15 juillet indique le 28 août. Mais des voisins ont fouiné dans la plateforme numérique de l'État de Vaud dédiée aux projets de construction. Et ils y ont trouvé un délai au 14 août.

Des habitants s'inquiètent d'une manœuvre estivale. Maurice Mischler réagit fortement: «J'ai demandé au service communal de prolonger le délai jusqu'au 28 août, justement à cause des va-

cances. Je ne veux pas faire passer les choses en force, au contraire.»

Il reste à savoir si le délai de la Commune l'emporte sur la date butoir qui figure sur le site cantonal. «Je m'engage à ce que la durée soit prolongée jusqu'au 28 août. Nous traiterons toutes les réactions déposées dans ce délai», assure le municipal chargé de la Durabilité et de l'Énergie.

Emplacement contesté

Sur le fond, une opposition déjà émise par un propriétaire de plusieurs immeubles, qui se présente comme un «voisin immédiat», reproche à la Commune le choix de l'emplacement. Le passage de ca-

mions dans un quartier résidentiel, sur le chemin de l'école, inquiète. Il est aussi question de la «cheminée haute de 30 mètres» et de la fumée. Des habitants suggèrent d'autres lieux, comme le «Four à pain», dans un grand virage de la route de Berne.

Plusieurs partenaires

Maurice Mischler n'entend pas se prononcer dans l'immédiat sur les questions techniques. Il insiste sur la philosophie durable du chauffage à distance et sur ses «économies d'échelle». Il défend aussi la technique choisie, la transformation du bois local en biogaz (gazéification), peu polluante. Selon lui, construire à un autre endroit se-

rait compliqué: «Il faut une affectation en zone industrielle. Ailleurs, cela prendrait 10 ans.»

Cette construction alimentera un réseau de chauffage à distance qui concerne les quartiers des Croisettes et de la Croix-Blanche. Et aussi le parc technologique et scientifique Biopôle: Maurice Mischler représente sa commune au conseil d'administration de cette institution, au même titre que Pierre-Antoine Hildbrand, municipal PLR de la Ville de Lausanne, qui est partenaire du projet de centrale à bois avec Romande Energie. Le dossier, lui, devrait rester chaud en tout cas jusqu'à la fin du mois d'août.

Philippe Maspoli