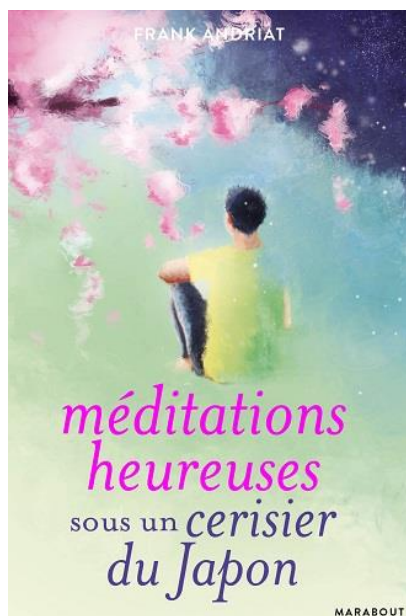


Les recensions de la boutique

N° 46

Monastère N-D d'Hurtebise



Frank Andriat

Méditations heureuses sous un cerisier du Japon

Marabout, Paris, 2018, 224 pp

Il est des livres qui nous emmènent loin de par le monde, dans d'autres lieux, d'autres époques. Il en est d'autres, plus rares, qui nous amènent au cœur de nous-mêmes. Non pour une contemplation égoïste ou égocentrique, mais pour reprendre souffle, nous recentrer sur l'essentiel, repartir avec plus de légèreté. « *Méditations heureuses sous un cerisier du Japon* » est de ceux-ci.

Le texte de quatrième de couverture, pour une fois, présente l'ouvrage avec justesse :

« Ne cherchez pas dans ce livre une histoire à rebondissements qui vous tienne en haleine... Au fil de ses pages, vous suivrez Grégoire dans sa quête de lui-même. De silence en silence, d'émerveillement en émerveillement, de moments de doute en moment de grâce, il apprend à vivre avec conscience les événements de la vie de tous les jours. »

Frank Andriat, n'a pas produit une de ces méthodes de bien-être tellement à la mode, pas rédigé un traité de méditation. Il a fait ce qu'il sait si bien faire : il a écrit une histoire, apparemment simple, imprégnée d'expérience et qui fait sens. « *Méditations heureuses...* » raconte donc l'itinéraire intérieur de Grégoire, un quadra bien de notre époque. Il travaille dans une maison d'édition parisienne, habite un petit village à un peu plus d'une heure de Paris (quand la circulation est fluide). Sans être une caricature d'homme pressé, il est un homme absorbé par mille préoccupations qui s'entrechoquent. Et par un chagrin d'amour : Lorena, dont il était fou, l'a quitté, choisissant de rester avec son mari. L'univers de Grégoire s'effondre. Pour se relever, il a besoin d'aide et s'adresse au Dr Merlin. Sur son conseil, il va

« déposer ses valises et profiter pleinement de ce qui est en lui »,

faire l'expérience du présent ou tout au moins s'y essayer... Il choisit un arbre de son jardin, un cerisier du Japon, et jour après jour, il tente de se laisser approcher par la beauté du monde.

Il lui faudra du temps, plusieurs années. Six ans plus tard, Grégoire a progressé sur son chemin quand il rencontre Sabrina. Il est prêt à faire l'expérience d'un amour profond, partagé, complice. C'est avec son aide désormais qu'il va cheminer, revenant sans cesse à son arbre mais apprenant aussi à s'en distancier pour être partout en phase avec le réel.

Le long chemin continue et il faut quelques années encore à Grégoire pour intégrer qu'il n'existe pas de clarté sans ombre, pas de joie sans chagrin, qu'il faut accepter et vivre l'une et l'autre.

Il sera prêt alors à offrir aux autres ce qu'il a reçu. C'est la troisième partie du livre, Selma, du nom de cette femme qu'il croise dans un train et qu'il va aider à suivre, elle aussi, un chemin de liberté intérieure (1). Et comme on ne donne pas sans recevoir, cet échange désintéressé, amical, va lui permettre d'ouvrir des portes intérieures restées closes.

Écrit dans une langue simple et fluide, « *Méditations heureuses...* » est un livre accessible à un large public. Dans cette histoire, il y a deux chats, de nombreux oiseaux, des fleurs et des arbres... Il y a des chagrins, des deuils mais aussi beaucoup de lumière, d'amour et de paix et la conviction éprouvée que l'aube vient toujours après la nuit. L'auteur a placé son ouvrage sous le signe d'un grand écrivain et poète, René Depestre, dont il a placé en exergue la belle citation :

*« La chance de mon destin
C'est d'avoir pu voyager en beauté à dos de cerisiers en fleurs. »*

Avec ce livre, Frank Andriat se situe aux antipodes de certains romans en vogue, tonitruants, où il s'écrit que le monde est laid et que le désespoir est le seul avenir de l'humain. C'est une petite voix discrète qui ne nie pas la solitude, l'injustice et la détresse mais affirme avec douceur et tendresse que le bonheur existe et invite à s'interroger sur ce qu'il est en vérité, sur le chemin à suivre pour l'atteindre et sur la manière de le partager.

Cela fait de ce livre le petit frère de « *Reçois et marche* », une belle méditation spirituelle (2) où Frank Andriat se faisait le chantre de la lenteur et, déjà, nous invitait à croire au bonheur malgré le chaos...

Anne-Marie Pirard

(1) Grégoire et Selma étaient les personnages du roman de Frank Andriat, « *Le bonheur est une valise légère* », paru chez Marabout en 2017 et édité en poche en 2018.

2) Frank Andriat, « *Reçois et marche* », Desclée de Brouwer, collection « Littérature ouverte », 2011.