



A l'instants...

Recherche

sur Tout le site

Ok

En ce moment

Tous les horaires

Les émissions...

Côté Profs...

Ressources  
pédagogiques pour  
les enseignants

Lettre d'informations

Recevez notre  
sélection d'émissions  
de la semaine

votre email ici

Abonnement Stop

Boutique...

Les meilleures  
émissions de la  
chaîne en DVD et  
VidéocassetteLe tour du monde  
des villes en images

Espace PRO...

Côté Presse

Le catalogue de droits  
Sales catalogue

AITED

BPS

## LA TENTATION DU JEÛNE



**Le jeûne allié à la marche a-t-il des vertus thérapeutiques ? C'est la question que pose "La tentation du jeûne", ce documentaire capte avec subtilité ce qui, dans la recherche du vide, peut toucher à essentiel.**



L'un est venu pour vaincre l'enfermement et la peur de la vie. Un autre pour voir si jeûner peut aider à mieux résister au stress et à la maladie. Une autre encore pour apprendre à "lâcher prise". Des motivations différentes pour une expérience

commune : une semaine au centre Jeûne et Randonnée de Léoux, dans la Drôme, situé à 800 mètres d'altitude à flanc de montagne.

Ne pas manger, c'est littéralement faire le vide dans son corps et par extension le faire aussi dans son esprit.

Gisbert Böling, le responsable du centre, est convaincu du bien-fondé de cette ascèse et trouve les mots pour le dire : "Dans le jeûne, il n'y a pas de produit miracle et, malgré l'absence de produits miracles, des miracles se produisent. Le jeûne, c'est un peu comme dans la nature en friche. On laisse reposer la terre et la terre fait pousser les plantes qui lui conviennent", explique-t-il.

C'est donc tout le propos du film : suivre les "marcheurs-jeûneurs" au fil des jours ; recueillir leurs impressions ; saisir – dans un mouvement, dans une transformation du regard et du corps – le travail qui s'accomplit au jour le jour ; deviner la graine qui au final va germer.

### L'enfermement comme une forteresse



Les randonnées ont lieu tous les jours, quel que soit le temps. Les journées se ressemblent : lever, infusion ou eau, départ de la randonnée et retour vers 16 heures, repos et... purge. Dans ce temps suspendu, ce dépouillement voulu au cœur de la

nature, le silence de l'ascèse prime sur la parole. La parole devenue rare prend dès lors un autre sens.

Henri se confie, parle de cette peur de la vie qui longtemps l'a empêché de vivre. "Quand je vais mal, je me renferme. La peur, c'est quelque chose qui s'inscrit au cœur de chaque cellule. L'enfermement, c'est comme une forteresse pire que les fleurs qui poussent à travers la pierre", confie-t-il.

Au fil des jours de jeûne et des marches, Henri travaillera cette peur, la fatiguera en fatiguant son corps pour se réveiller un matin