



L'homme qui marche partout
Pensée de la semaine #05 : le mardi 3 février 2026

Bonjour !

La *Pensée de la semaine* est de Erling Kagge :

Mettre un pied devant l'autre est l'une des choses les plus importantes que nous fassions.

Bien que simple à première vue, la pensée* de Kagge nous rappelle que la vie est une longue et unique marche, de la naissance à la mort. En sanskrit, explique-t-il, le passé se dit gata, « ce que nous avons marché », et le futur anagata, « ce que nous n'avons pas encore marché » ... le présent est marqué par quelque chose d'aussi naturel que « ce qui existe directement devant nous ».

La pensée prend tout son sens lorsque l'on considère que Kagge est un explorateur polaire norvégien et la première personne à avoir réussi le « challenge des trois pôles » en atteignant le pôle Nord, le pôle Sud et le sommet du mont Everest. Il est aussi écrivain, éditeur, alpiniste, avocat, collectionneur d'art, et père de trois adolescentes.

Bonne route, bonne réflexion et à la prochaine !

Denis



Crédit photo : Pixabay

N'hésitez pas à partager la *Pensée de la semaine* et à inviter toute personne intéressée par la marche à s'y inscrire gratuitement à : info@jemarchepartout.com. Même procédure si vous ne souhaitez plus recevoir cet envoi.

La *Pensée de la semaine* depuis le début de sa parution est également disponible sur le site Web jemarchepartout.com sous la rubrique *Les ressources*.

Vous trouverez également sur ce site tous les épisodes de l'émission de radio *Marcher vers le bien-être*, de même que ma chronique hebdomadaire à *Debout VM* et plusieurs autres éléments vous invitant à poursuivre la réflexion sur les bienfaits de la marche.