



L'homme qui marche partout
Pensée de la semaine #25 : le mardi 23 juin 2026

Bonjour !

La *Pensée de la semaine* est d'Albert Schweitzer :

Les hommes ne réfléchissent tout simplement pas.

Cette réflexion aurait été formulée en réponse à la question suivante d'un journaliste alors que le docteur Schweitzer recevait le prix Nobel de la paix, en 1952 : « *Quel est le plus grand problème de l'humanité aujourd'hui* » ?

Force est de constater que le diagnostic est toujours valable de nos jours, exacerbé par l'accélération exponentielle et généralisée du rythme de la vie. Nous avons l'impression de ne pas, ou de ne plus, avoir le temps de ralentir, d'observer et d'analyser à fonds.

Il existe un antidote efficace – la marche. Plus précisément, la marche méditative, surtout en plein air. Une valeur sûre pour retrouver sérénité et équilibre. Avancer lentement, consciemment, un pas à la fois vers la paix intérieure.

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.