

# Frédéric Lenoir

## Entretien

/ Cathy Premer

**On ne présente plus Frédéric Lenoir. Philosophe, sociologue, ...: il est l'auteur d'une quarantaine d'ouvrages vendus à plus de 7 millions d'exemplaires, traduits dans une vingtaine de langues. L'association Montagn'Arts l'invite régulièrement à Crans-Montana**

**Vous venez de publier un livre qui s'intitule «Jung. Un voyage vers soi». Qu'est-ce qui vous a motivé à faire découvrir ce penseur ?**

Médecin psychiatre suisse, Jung est beaucoup moins connu que Freud alors qu'il a fait des découvertes majeures qui ont révolutionné nos connaissances de la psyché humaine : l'inconscient collectif, les archétypes, les types psychologiques, les synchronicités, l'anima et l'animus etc. De plus, ce n'est pas un penseur matérialiste, comme Freud, et il est convaincu que l'être humain a besoin de sens et de spiritualité pour s'épanouir et grandir en humanité. J'avais donc à cœur de faire connaître à un large public la pensée visionnaire de ce grand psychologue qui a eu une influence sur ma vision de moi-même et du monde dès l'adolescence.

**Frédéric Lenoir** needs no second introduction. A philosopher and sociologist, he has written around 40 books that have sold more than seven million copies and been translated into around 20 languages. He is a regular guest of Les Montagn'Arts in Crans-Montana

**You've just published a book called *Jung: "A Journey Towards Oneself"*. What prompted you to offer an insight into the thinker?**

A Swiss doctor of psychiatry, Jung is far less well known than Freud, despite having made major discoveries that revolutionised our understanding of the human psyche: the collective unconscious, archetypes, psychological types, synchronicities, and the anima/animus, among many others. What is more, he was not a materialist thinker like Freud and was convinced that people needed meaning and spirituality in order to flourish and grow in humanity. That's why I wanted to bring the visionary thinking of this great psychologist to a wide audience, because he has influenced the way I have seen myself and the world since I was a teenager.

**You encourage children to engage in philosophy. What do you think it can bring to them?**

Children are wonderful little philosophers because they never cease to be surprised by things and to ask questions. All you have to do is teach them to reason and to set out an argument at school



**Vous encouragez «la pratique» de la philosophie dès le plus jeune âge, qu'est-ce que, selon vous, la philosophie peut apporter aux enfants?**

Les enfants sont de merveilleux petits philosophes car ils ne cessent de s'étonner et de questionner! Il suffit ensuite de leur apprendre à raisonner et à argumenter dans le cadre d'ateliers à l'école où ils discutent des grandes questions de la vie et de la vie en société. Cela les aide à développer une pensée personnelle et critique, à apprendre à écouter les autres et à s'enrichir de leurs pensées. C'est la raison pour laquelle j'ai créé en 2016 l'association SEVE (savoir être et vivre ensemble) pour former des animateurs à la pratique d'ateliers philo avec les enfants. Nous en avons déjà formé plus de 5000 dans six pays: la France, la Suisse, la Belgique, le Canada, le Luxembourg et le Maroc.

**Vous êtes aussi très engagé pour la cause écologique, environnementale. Vous avez notamment écrit un livre avec Nicolas Hulot qui s'intitule «D'un monde à l'autre». Vous êtes aussi engagé pour la cause animale...**

Nous sommes soumis à une logique de la quantité qui écrase les individus, divise les sociétés, apporte de terribles souffrances aux animaux et détruit les écosystèmes de la planète: rentabilité, profit, performance, efficacité, domination, compétition. Cette idéologie du «toujours plus» nous conduit droit dans le mur. Il faut passer à une logique de la qualité: qualité de vie, des relations humaines, coopération, respect du vivant, mieux-être. C'est donc à un changement de regard et de comportement auquel nous appelons dans ce livre.

**Quelles sont les personnes qui vous ont inspiré dans vos différentes quêtes, vos différents engagements que vous aimeriez mettre en lumière?**

Socrate, Jésus, Bouddha, Spinoza, Montaigne, Gandhi, Nelson Mandela, le dalaï-lama ou Jung. Il y a aussi des anonymes qui m'ont touché par leur compassion, leur cohérence de vie, leur générosité. Mais je n'ai jamais vraiment eu de maître à penser ou de maître spirituel. J'ai développé une pensée personnelle à partir de toutes ces lectures et de mes expériences de la vie. Le plus important pour moi c'est que chacun puisse grandir en connaissance, en conscience et en amour, quelles que soient ses convictions et sa culture d'origine. La vie sur terre est précieuse: essayons de la vivre intensément, les yeux et le cœur grands ouverts!

workshops, where they can discuss the big issues in life and society. It helps them to develop personal and critical thinking, to learn to listen to others, and to be enriched by their thoughts. That's why I set up the association SEVE (Savoir Être et Vivre Ensemble – Know How To Be And Live Together) in 2016: to train people to lead philosophy workshops for children. We have already provided training for more than 5,000 youngsters in six countries: France, Switzerland, Belgium, Canada, Luxembourg, and Morocco.

**You're also very committed to the environment. You've written a book with Nicolas Hulot called *From One World to Another*. And you're committed to animal welfare too.**

We are ruled by this whole concept of quantity, which crushes individuals, divides societies, brings terrible suffering to animals, and destroys the planet's ecosystems: profitability, profit, performance, efficiency, domination, competition. The ideology of "more and more" is driving us to the wall. We need to switch to a concept of quality: quality of life, of human relationships, cooperation, respect for life, well-being. What we are calling for in this book is a different way of looking at things and behaving.

**Who has inspired you in your various quests and undertakings?**

Socrates, Jesus Christ, Buddha, Spinoza, Montaigne, Gandhi, Nelson Mandela, the Dalai Lama, and Jung. There are also ordinary people who have touched me with their compassion, their constancy and their generosity. But I've never really had a guru or a spiritual master. I've developed my thinking through all these readings and my life experiences. The most important thing to my mind is that people have the chance to grow in knowledge, awareness and love, whatever their beliefs and their culture. Life on Earth is precious: let's try to live it intensely, with our eyes and hearts wide open.



Une vidéo de sa dernière conférence «D'un monde à l'autre» en septembre dernier à Crans-Montana sort en décembre (disponible sur le site [www.montagn-arts.ch](http://www.montagn-arts.ch))

A video of Lenoir's latest talk "From One World to Another", given in Crans-Montana in September, will be released in December (available at [www.montagn-arts.ch](http://www.montagn-arts.ch)).