

UNE ANNÉE POUR MÉDITER

de Mike MEDAGLIA chez Delcourt coll. Tapas

Avec *Une année pour méditer*, la sagesse des grands penseurs du monde entier prend vie à travers les superbes illustrations de Mike MEDAGLIA, blogueur du *Huffington Post* et disciple du bouddhisme Zen. De Roumi à Roosevelt, en passant par Bouddha et Martin Luther King, les méditations illustrées dans ce livre vous aideront à surmonter votre stress, à libérer votre positivité et à apprécier l'instant présent. *Une année pour méditer* va exalter votre imagination, vous inspirer le changement et vous aider à profiter de la vie.

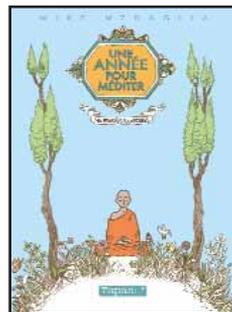
“ un visuel coloré et paisible ”

À chaque page une citation illustrée, comme un calendrier de réflexion, un parcours voué à se libérer du stress et positiver. C'est le pari qu'a pris MIKE MEDAGLIA avec cet ouvrage au petit format relié, que l'on garde à ses côtés, guidé par son signet pour débiter chaque jour avec un nouvel état d'esprit. Le trait est délivré avec une multitude de styles différents. Réaliste, simpliste, parfois naïf, parfois complètement abstrait, incroyablement détaillé ou rendu à sa plus simple expression géométrique. Une large palette de couleurs met le tout en relief, avec un rendu légèrement terni, ce qui donne un certain aspect d'affichettes vintage, parfois même de flyers pour quelques concerts psychédéliques. Les citations sont très variées, provenant de philosophes, politiciens, religieux, écrivains ou de scientifiques. Chacune est délivrée telle un prover-

be, simple et percutant, accompagné du nom de son auteur. Les phrases choisies s'accrochent aux illustrations, tantôt discrètes, tantôt imposantes ou faisant partie intégrante du dessin. Arabesques, trait stylisé, lettres distordues, police classique... Tous les styles sont explorés, rendant chaque proverbe et l'illustration qui l'accompagne uniques. L'ensemble de la pagination est présenté sous un format unique, comme une collection de cartes postales, une discrète retouche graphique y ajoutant un effet de papier cartonné, et chaque page affichant un nouveau jour en guise de numérotation. C'est un plaisir pour les yeux, toutefois bien souvent le texte semble totalement absorbé par l'ensemble, perdant de sa présence, de son impact, rendant difficile le but premier de l'ouvrage, de méditer au travers de ces citations pourtant bien choisies. La lecture est guidée par son format calendrier, mais la présentation des proverbes est totalement aléatoire. MEDAGLIA n'offre pas de thématique propre à tel ou tel jour, ce qui peut dans un premier temps déconcerter. Les citations s'enchaînent sans véritables connexions, intimant au lecteur le désir de commencer chaque jour par une réflexion sans préambule, d'y songer et d'aborder le jour suivant comme un tout nouveau. Le lecteur sera certainement apaisé par ce visuel coloré et paisible, mais peut aussi parfois se perdre dans ses mises en forme, perdre la valeur du message.

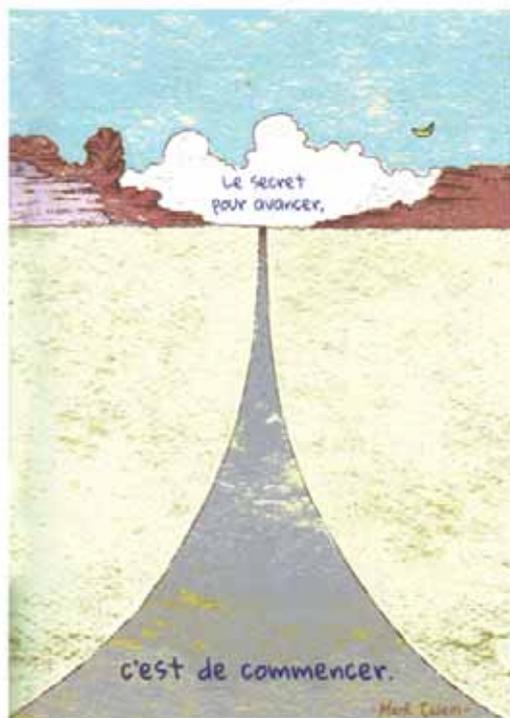
Une lecture initiatique qui nécessite patience et attention pour que chaque jour soit un nouveau départ.

Nicolas KARM





6 Juillet



15 Octobre