



L'entrepreneur de 34 ans Jonathan Langlois dans le studio de son émission «Les lueurs », à Paris, le 17 décembre. Stéphane OUZOUNOFF

Article paru dans La Croix du vendredi 27 décembre 2024

Jonathan Langlois, cofondateur du podcast « Les lueurs » : « Perdre sa voix... pour rencontrer Dieu »

Jonathan Langlois est le cofondateur des « Lueurs », un podcast qui a pour ambition de répondre au vide intérieur du grand public. En moins de deux ans d'existence, le média a su trouver son public, avec près de 160 000 abonnés. Pour l'entrepreneur de 34 ans, ce projet s'inscrit dans un long cheminement personnel.

- Propos recueillis par Youna Rivallain,
- le 24/12/2024 à 12:00

La Croix : Dans quel environnement familial avez-vous grandi ?

Jonathan Langlois : Je suis tombé très tôt dans la marmite catho, puisque je suis né à la maternité de Paray-le-Monial : ça ne s'invente pas ! Mes parents étaient des nouveaux convertis et faisaient partie des premiers couples très actifs dans la communauté de l'Emmanuel, qui marquera profondément mon enfance.

À lire aussi [« Les Lueurs », le média qui répond aux questions qu'on se pose « à 2 heures du matin »](#)

Mon père a été éditeur pendant vingt-cinq ans, et ma mère était coach et consultante sur le leadership au féminin notamment. Je grandis donc dans un environnement marqué à la fois par la spiritualité et par le développement personnel, la psychologie, la compréhension de l'humain... Je me souviens qu'à table, nous parlions de pourquoi les autres agissent de telle ou telle manière, des blessures du passé, nous essayions de comprendre notre environnement. En parallèle, notre vie était rythmée par la prière quotidienne et les week-ends mensuels avec la communauté de l'Emmanuel.

Mais ensuite, ce modèle s'effondre...

J. L. : Lorsque j'ai 17 ans, mes parents se séparent, puis divorcent. Pour moi, c'est un cataclysme. Cela fait vingt ans que nous sommes la famille parfaite, nombreuse, joyeuse, très engagée... Et à l'époque, je me disais que si nous sommes si croyants, si fidèles, alors Dieu serait avec nous et il ne nous arriverait rien. De même pour moi, je me disais que si j'étais l'enfant parfait, aimable avec tout le monde et obéissant avec Dieu, tout irait bien.

Mais tout à coup, ce modèle s'effondre. J'ai l'impression qu'on s'est moqué de moi ! Si eux, qui ont tout donné à Dieu et sont un exemple pour beaucoup, divorcent, il y a deux solutions : soit Dieu n'existe pas ; soit Il existe mais Il n'est pas Celui que l'on m'avait décrit et Il ne peut pas assurer mes arrières. Je suis révolté ! Pendant deux ans, j'arrête de pratiquer, je n'ai plus envie de croire. Je suis écœuré.

Quand la foi revient-elle dans votre parcours ?

J. L. : En 2008, poussé par mes parents qui me voient m'éloigner de l'Église, je pars aux JMJ de Sydney. Là-bas, je vois la ferveur des gens qui attendent le pape Benoît XVI des heures et pleurent sur son passage. Au cœur de ma révolte face à Dieu, cet engouement suscite une forme d'incompréhension chez moi. Je décide d'aller au bout de ma révolte et je commence à creuser intellectuellement la question de la foi, dans l'idée de prouver que Dieu n'existe pas. Sauf que plus je creuse... plus Il existe !

En parallèle, le divorce de mes parents a renforcé mon côté « je ne peux compter que sur moi-même » : si je travaille dur, si je vais à la messe, si je suis parfait, alors Dieu m'aimera et j'aurai un beau métier, mais surtout je réussirai là où mes parents ont échoué ! Après une école de commerce, j'entre dans une grande agence de communication, où je me défonce au travail.

Bientôt, le burn-out vient vous stopper.

J. L. : Un matin de 2017, je me réveille... sans voix. Je n'ai plus de son. Ce que je ne sais pas, c'est que cette période va durer un an et demi ! Au bout de trois mois, je lâche mon emploi et me retrouve au chômage. Pendant un an et demi, je cherche des réponses à mes questions, pour retrouver ma voix. Je vais voir 19 médecins, mais aussi des prêtres et des accompagnateurs spirituels, je fais des retraites spirituelles, je pars marcher en Italie sur la Via Francigena... De mois en mois, je récupère ma voix tout doucement.

C'est à cette période que s'entame une déconstruction spirituelle, au cours de laquelle le personnage de Job me parle beaucoup. Moi qui pensais avoir accumulé des richesses et acquis une haute image auprès de Dieu, j'ai l'impression que tout m'a été enlevé : je me retrouve fragile physiquement, en échec professionnel et social à 26 ans. Je comprends que la vie spirituelle n'est pas en forme d'arc-en-ciel comme je le pensais, c'est-à-dire être très exigeant avec soi-même, pratiquer les vertus, faire ses prières, être ambitieux sans tomber dans l'orgueil pour être aimé des autres et, d'une certaine manière, être à la hauteur de Dieu pour entrer au paradis. Mais je comprends que la vie spirituelle est plutôt en forme de « U » : se délester de ses fausses croyances, traverser le désert, revenir à sa condition d'humilité en mourant à soi-même, perdre sa voix... Pour rencontrer Dieu et se laisser guider par Lui.

Comment le projet « Les lueurs » intervient-il dans cet itinéraire personnel ?

J. L. : Pendant quelques années, je travaille comme consultant indépendant en stratégie de communication. Dans le cadre de mon activité, je me retrouve dans le bureau de l'économiste du diocèse de Paris. Lui m'explique qu'avec l'archevêque, à l'époque Mgr Michel Aupetit, ils aimeraient créer un média sur les réseaux sociaux et les plateformes d'écoute de podcast. L'idée me parle, mais je leur donne mon point de vue : si leur but est de créer un média pour parler de Jésus, échanger sur des questions de morale ou de dogme, ils risquent de renforcer ceux qui sont déjà croyants mais de ne pas toucher les 43 % de Français qui croient en Dieu mais ne pratiquent pas.

Si vous voulez vous adresser à ces gens-là, il faut leur parler de ce qu'ils vivent et ne comprennent pas : pourquoi la souffrance et comment Dieu peut les y rejoindre ? Pourquoi autant de divorces et de burn-out ? Comment transmettre l'éducation que l'on souhaite à ses enfants ? Pourquoi les gens abandonnent-ils leurs aînés ? Il faut les rejoindre dans leur vie intérieure et leurs questionnements personnels, qui peuvent faire l'objet d'une quête spirituelle. Or, avec les Pères du désert notamment, cela fait des siècles que l'Église travaille ces sujets d'intériorité. Alors sortons de la morale et du dogme et partageons notre richesse !

Comment le diocèse de Paris a-t-il réagi ?

J. L. : Ils m'ont laissé ma chance, en disant « *très bien, proposez-nous quelque chose* ». Il faut, je pense, le saluer : dans l'Église, tous n'ont pas l'audace de prendre ce genre de risque, de dépenser de l'argent sur un mec de 30 ans qui débarque et veut proposer un dispositif

innovant. Mais ce projet, je l'avais dans les tripes. Pendant deux ans, je rencontre des spécialistes des médias, des fins connaisseurs du monde catholique, des fondateurs d'associations pour prendre leur avis sur le projet. Et après la validation des trois archevêques qui se sont succédé à Paris (*Mgr Michel Aupetit, puis Mgr Georges Pontier qui a été administrateur, et Mgr Laurent Ulrich actuellement en poste, NDLR*), le premier épisode des Lueurs sort le 19 mars 2023, jour de la Saint-Joseph.

Les lueurs est-il un média de développement personnel ?

J. L. : J'aimerais que Les lueurs soit vu comme un média de « développement intérieur », avec toutes les facettes de l'intériorité que sont le corps, le cœur et l'âme. Notre but est de répondre au vide intérieur du grand public, et de refaire de la spiritualité un sujet de conversation. Nous avons la conviction que nos questionnements personnels sont aussi une occasion de cheminement spirituel. Qui travaille l'humain prépare le divin ! Je ne pense pas qu'il faille opposer développement personnel et spiritualité, qui sont deux facettes de la vie intérieure.

Les lueurs n'apporte pas de réponses toutes prêtes, on ne vient pas convaincre mais proposer, comme Jésus qui, au lieu de s'imposer, demandait « *que veux-tu que je fasse pour toi ?* ». Nous nous assumons chrétiens mais accueillons des invités de toutes confessions pour parler de vie intérieure.

Vous ne vous envisagez donc pas comme un média d'évangélisation ?

J. L. : Dire à quelqu'un qui souffre « *va à la messe et tout ira mieux* », ou alors « *Jésus t'aime et ça suffit* », c'est inaudible pour beaucoup de monde, la marche est beaucoup trop haute ! Nous souhaitons que Les lueurs soit avant tout un média de réconfort, d'échange et d'accompagnement dans la vie de chacun, comme une lueur d'espoir proposée au grand public face à ce que l'on appelle « *leurs questions de 2 heures du matin* », c'est-à-dire relatives à la vie intérieure. Ce que je préfère c'est quand des cathos me disent que ce sont des vidéos qu'ils peuvent partager à des amis non-croyants qui vivent une épreuve. C'est le meilleur compliment qu'on puisse nous faire !

Les lueurs, c'est le fruit de votre propre voyage intérieur ?

J. L. : Rien ne m'énerve plus que ceux qui disent que Les lueurs est un aboutissement, et que maintenant que j'ai vécu tout ça, je suis tiré d'affaire ! Revivre des burn-out, des épreuves, me planter, cela m'arrivera sans doute encore ! Le but de ce podcast est d'être justement une lueur dans la nuit des épreuves de chacun. Je suis toujours en quête, avec toujours autant de questions. Les lueurs est simplement la suite de ce chemin mais qui se mène devant une caméra afin de le raconter aux autres, parce que cette quête est universelle.

Personnellement, je sens que ce média vient nourrir en moi l'abandon, la paix et la confiance. Au fil des interviews, je perçois la beauté dans les limites que nous avons tous, et cela me conforte dans cette déconstruction spirituelle que j'ai vécue. Tout n'est pas dans nos mains, la vie passe là où on ne l'attend pas. Je pensais que Dieu viendrait dans ma vie dans un grand fracas, mais à travers le chuchotement des interviews en studio, j'apprends à goûter sa présence dans le murmure d'une brise légère.

Un podcast pour éclairer la vie intérieure

Cofondé par Jonathan Langlois et le diocèse de Paris, et lancé en 2023, « Les lueurs » se présente sous la forme d'un podcast vidéo et audio dont chaque nouvel épisode est diffusé le dimanche soir, sous la forme d'une interview avec une personnalité du monde de la culture ou du sport mais aussi des « anonymes », de confessions différentes. Le parcours de l'invité inspire à chaque fois un aspect de la vie intérieure : le couple, le deuil, la maladie, la parentalité, l'échec, etc.

Une centaine d'épisodes et autant d'invités plus tard, « Les lueurs » se hisse doucement parmi les podcasts les plus écoutés de France. Malgré très peu de publicité, la chaîne YouTube, au total, cumule plus de 8 millions de vues et « Les lueurs » figure parmi les 100 podcasts les plus écoutés de France sur l'application de streaming Spotify, avec en moyenne 80 000 écoutes mensuelles.

Pourquoi nous l'avons fait

Environ 150 personnes sélectionnées se pressent, ce mercredi 18 décembre, dans l'espace Bernanos de l'église Saint-Louis d'Antin à Paris, pour la première soirée consacrée aux abonnés du podcast « Les lueurs ». Au menu : entre interventions d'auditeurs et d'anciens invités, faire une relecture du projet « Les lueurs », que l'on appelle plutôt chez eux un « rembobinage », histoire de sortir du jargon catholique. Ici, beaucoup ont connu le projet par bouche-à-oreille ou grâce à l'algorithme de YouTube. « *Qui a déjà pleuré en écoutant un épisode ?* », demande Jonathan Langlois à la foule, parmi laquelle beaucoup lèvent la main. « *Qui a déjà partagé un épisode à un ami qui vit une épreuve ?* » Presque tous se manifestent.

Sur les réseaux, moins de deux ans après sa création, le « *média qui éclaire la vie intérieure* » fédère désormais plus de 160 000 abonnés qui attendent, chaque semaine, leur épisode du dimanche soir dont le panachage d'invités est pour le moins éclectique. Du journaliste Augustin Trapenard au chanteur Patrick Sébastien en passant par l'autrice Anne-Dauphine Julliand et le trompettiste Ibrahim Maalouf, tous viennent se livrer au micro de Jonathan Langlois dont le but, toujours, est de tenir sa ligne de crête : parler de vie intérieure et de spiritualité au grand public sans imposer une croyance, tout en s'assurant d'inspiration chrétienne.

Entre les accusations de relativisme d'un côté et les procès en prosélytisme de l'autre, la barre du gouvernail est loin d'être simple à tenir. « *Mais si un jour tous les cathos sont contents des Lueurs, je saurai qu'on n'est pas dans le bon chemin ; à l'inverse, si nos abonnés non-croyants nous applaudissent sans être bousculés, il faudra redresser la barre.* » Car face au vide intérieur et la soif de spiritualité de beaucoup de nos contemporains, l'entrepreneur de 34 ans en est convaincu, creuser sa vie intérieure peut être une réponse et l'occasion d'un chemin spirituel.