

## LE TOUR DU MONDE EN 352 JOURS

JENNIFER LAROCQUE  
MATHIEU MAULT

# La Malaisie, une destination spontanée

«Pouvons-nous emprunter la moto Mangsor?» Pas de problème, répond-il, les clés y sont déjà. Nous attachons nos casques et quittons notre charmant hôtel en campagne pour Pantai Cenang, un petit village bordant la plage sur l'île Langkawi. Nous préférons la route aux sentiers pour pouvoir filer en moto. En dix minutes, nous arrivons au resto-lounge Red Tomato pour rédiger cet article sur notre expérience en Malaisie. La propriétaire allemande nous reconnaît et nous apporte des petits gâteaux pour accompagner nos lattés.

La Malaisie est pour nous une destination spontanée. Les inondations de la Thaïlande débordant au Cambodge persistent. Un dix jours en Malaisie suffira pour que tout se règle. Enfin, c'est le pari!

Arrivés à l'aéroport de Kuala Lumpur, nous nous rendons vite compte que nous ne sommes plus au Vietnam. Moderne et propre, McDo et Starbucks, femmes voilées, conduite inversée à la britannique. Où sommes-nous? Sans préjugés ni attentes — coïncidence, cette dernière affirmation résume la philosophie de base de notre retraite de yoga dont nous vous parlerons plus tard —, place à la découverte.

Kuala Lumpur, capitale de la Malaisie, nous paraît comme toute grande ville. La langue de Shakespeare y est bien présente et, réalité non négligeable, est compréhensible. Son paysage urbain parfois maladroit et démesuré est typique des grandes villes de l'Asie du Sud-Est ayant connu un essor économique «trop» rapide. Nous voyons des gens aux traits chinois, indiens et aborigènes. Nous apprenons que les membres du groupe ethnique majoritaire, les Malais, sont pour la plupart musulmans.

## À la découverte des îles

N'ayant pas le temps d'explorer plus d'une île, notre choix s'arrête sur la très populaire Langkawi. Avec 40 vols s'y



PHOTO DE COURTOISIE

N'ayant pas le temps d'explorer plus d'une île, notre choix s'arrête sur la très populaire Langkawi.

posant au quotidien, nous nous attendons à une ville bondée de touristes et d'activités. Nous nous trompons. La plage est tranquille sans être déserte, le centre-ville est parsemé de restaurants de cuisines aussi différentes que ses touristes et le rythme est décontracté. La trame sonore «Buy from me» des boutiques du Vietnam a disparu. On y retrouve plutôt des promenades en moto, des *bands* à la Bob Marley jouant sur la plage, du *island-hopping*, des singes mignons, mais rusés, ou encore des marchés de nuit intimes où l'on déguste les saveurs locales.

## Une expérience inoubliable

Une retraite de yoga figurait très haut sur la liste des choses à faire (pour Jen). Coup de chance, l'île offre ce genre de truc. Quelques heures avant notre départ pour Langkawi, nous voilà inscrits à un programme de trois jours et deux nuits avec YogaNow. Le couple-proprio, Marc (un Irlandais qui parle le français) et Meng Foong sont hyper sympathiques et prennent tout en main. Ils nous accueillent même à l'aéroport. Y a-t-il un meilleur sentiment que de se faire attendre à l'aé-

roport? La scène est féérique: une maison de bois typiquement malaisienne convertie en studio de yoga. Décor simple, mais une atmosphère riche. Cacophonie authentique grâce à la faune et la flore qui nous entourent, sans oublier l'appel à la prière des musulmans qui semble venir de très loin. Le premier soir de la retraite, Marc surprend nos papilles avec sa cuisine végétarienne goûteuse. Les conversations sont un peu profondes, mais très intéressantes, au point où nous poursuivons le débat à deux en soirée. Nos hôtes sont plus que généreux avec leur temps et leur énergie. Nous avons adoré notre jour deux: 14 heures qui se sont envolées rapidement. Yoga, méditation, visite d'une forêt tropicale, baignade dans la splendide chute et même une pause santé dans une pâtisserie française! Deuxième cours de yoga de la journée, souper dans un restaurant authentique servant la cuisine du Sud de l'Inde où on mange avec les mains, et on clôt avec une session nocturne de méditation à la chandelle. Bref, nous avons dormi comme des bébés. Merci à Marc et Meng Foong, couple entrepreneur, sage et généreux, qui ont su partager leur philosophie

tout en nous renseignant sur l'histoire de la Malaisie. Nous repartons pour le Laos très satisfaits, et surtout, éveillés et reposés.

BLOGUE  
blogues.cyberpresse.ca/352



PHOTO COURTOISIE

### SELON ELLE

Arrêtez-vous dans des lieux impromptus. Nous étions ravis de goûter la bouffe locale en bonne compagnie dans le marché de nuit.

### SELON LUI

Faites-vous pousser une moustache comme je l'ai fait. C'est fortement en vogue ici et vous vous ferez des amis.