

L₁ A₁ G₂ A₁ Z₁₀ E₁ T₁ T₁ E₁ D₂ E₁ S₁

B₃ O₁ N₁ N₁ E₁ S₁ N₁ O₁ U₁ V₄ E₁ L₁ L₁ E₁ S₁

Numéro 136

Juin 2019

La citation du
mois :

«Lorsqu'on
regarde dans la
bonne direction,
il ne reste plus
qu'à avancer. »

(Proverbe
bouddhiste).



EDITO

La Gazette va continuer sa modeste carrière, ouf !

Après plus d'une centaine de réponses à la question du mois dernier : « Lisez vous encore la Gazette ? », me voici un peu rassuré.

Et en même temps, lucide sur le fait que beaucoup de précédents lecteurs ont changé de courriel, et ne font bien sûr plus partie des 500 personnes annoncées en fin de numéro.

Il faut avouer que le mois dernier, une semaine avant la parution, j'ai un peu paniqué.

En effet, je n'avais aucune piste pour un thème d'édito (merci à Cécile de m'avoir fait découvrir, le jeudi avant la parution, la vidéo sur le potager paresseux).

Mais en plus, seuls 3 articles m'avaient été envoyés : même pas de quoi remplir une page !

Alors j'ai envoyé un appel de détresse à quelques fidèles contributeurs, qui ont répondu présents, et ont permis finalement la réalisation d'un numéro de 7 pages.

Tout cela n'est bien sûr pas très grave, et est sans commune mesure avec le patron de PME qui ne sait jamais s'il va avoir assez de trésorerie pour payer ses salariés en fin de mois...

Cependant, je me suis réellement posé la question de savoir, si après 11 années, il n'était pas temps de terminer cette aventure un peu « décalée ».

Décalée, parce qu'évidemment, ce n'est pas la vraie vie d'avoir un journal exclusivement de bonnes nouvelles, d'expériences positives et optimisme à toutes les lignes.

C'est vrai, cela n'existe pas, c'est presque un décor de théâtre pour enfants !

Mais pensez-vous, a contrario, qu'une publication ou un journal télévisé, avec uniquement des faits sordides, scabreux, démoralisants et colorés de pessimisme avec 2 belles couches de peinture noire obscure, c'est également la réalité ?

Alors, gardons notre Gazette, comme vous l'avez tous souhaité et exprimé.

Elle nous sert d'antidote, et nous permet d'ajuster notre regard vers une vie un peu plus équilibrée, voire positive...

Pour terminer, je voudrais vous partager deux témoignages :

- « Je lis encore et toujours avec autant de plaisir votre Gazette. J'en imprime une certaine quantité pour que les résidents de la Résidence de Tourisme que je dirige puissent profiter de cette nourriture positive ».

Et pour rester dans un domaine presque médical :

- « Je vais la lire et l'enregistrer sur mon ordinateur : les jours de blues, je vais piocher au hasard d'une G DBN pour me remonter le moral ! »

Merci encore à vous tous, qui sans faire beaucoup de bruit êtes de fidèles lecteurs et contributeurs depuis plusieurs années, ou qui viennent tout juste de nous rejoindre, comme Armelle, Eric et Lydia ce mois-ci.

Bonne lecture de ce nouveau numéro !

Jean-Yves

*Comment
faire revivre
une vocation
de musicien !*



Inoubliable !

*Un nouveau
concept de
consommation,
qui commence à se
propager dans
notre pays.*

« Des notes dans la nuit »

J'ai découvert ce livre de Thierry Lenoir (à ne pas confondre avec les écrits de Frédéric Lenoir, qui sont fort intéressants eux aussi).

Ce merveilleux roman de Thierry Lenoir (Editions Cabédita), est si vrai et si encourageant !

«Au cours d'une nuit de désespoir...un événement dont il est le seul témoin va radicalement bouleverser sa vie. » J'ai tellement aimé ce livre que j'en ai acheté beaucoup d'exemplaires, pour offrir à des connaissances et amis.

Il me fallait choisir à qui j'allais les donner.

Le livre parle du violon.

Un de mes cousins, Maurice, possédait un violon dans son adolescence, qu'il n'avait plus eu l'occasion de retoucher, vu son travail de scientifique dans son parcours de vie.

Sa sœur me dit un jour :

« Tu sais, le livre que tu as donné à Maurice ? Je l'ai lu. Il est merveilleux et mon frère Maurice, qui venait de prendre sa retraite, est un jour parti au marché pour s'acheter un maillot de bain et il est revenu avec un... violoncelle!

Il s'est remis à jouer et avec un groupe d'amis, il va maintenant jouer chez des gens qui sont seuls et qui apprécient leur musique ».

Andrée de K.

En haut du Canigou !

J'ai vécu une expérience extraordinaire, par le biais de l'Association Equilibre 66 et de La Maison Entre parenthèses de Perpignan.

14 femmes atteintes par le cancer, que j'ai eu l'honneur d'accompagner durant quelques mois, avec toute une équipe de bénévoles, sont montées au sommet du pic du Canigou : 2784m.

Certaines n'avaient jamais fait de randonnée et se sont entraînées pendant plusieurs mois, malgré les opérations et les traitements en cours.

Elles ont toutes réussi, grâce à la cohésion et à l'unité du groupe, à surmonter ainsi la division des cellules... et à conquérir le Mont sacré des Catalans.

Une journée inoubliable pour tous les participants.

Corinne l'H.

Bocage, des chaussures à louer!

Dans la revue Challenges d'avril 2019, un article (de Mme Valérie Xandry) nous apprend qu'il est désormais possible de prendre un abonnement de 29 euros par mois (34 euros en hiver), afin de louer des chaussures neuves au lieu de les acheter.

Cette offre éco-responsable, disponible dans une trentaine de boutiques du groupe ERAM, renforce la fidélisation de la clientèle et permet de soutenir la marque française de l'atelier Bocage.

Les chaussures sont de qualité et leur offre est diversifiée. Au bout de 2 mois, l'adepte de ce type d'abonnement peut changer de chaussures en rendant l'article utilisé.

Quant à ce dernier, il est désinfecté, remis en forme et reconditionné dans un atelier français. Ces chaussures de seconde main seront alors louées 19 euros par mois via une plateforme en ligne.

Mais la marque Bocage ne s'arrête pas là, puisqu'elle propose désormais la location d'électroménager et de bijoux. Selon une étude de l'ObSoCo, 77% des français privilégieraient l'usage à la possession.

Et le phénomène est mondial, puisque Rent the Runway, par exemple, a levé 125 millions de dollars en valorisant la location de vêtements. De même chez Spartoo, un site de vente en ligne de chaussures, sacs et vêtements livrés gratuitement.

Voir le site: www.spartoo.com. Pour Bocage, dont 1/3 de la collection de

chaussures est fabriqué en France, la location est considérée comme "un levier de développement".

Bocage espère atteindre 1500 abonnés en 2019. En effet, la dimension éco-responsable touche les acheteurs et acheteuses, qui y trouvent leur intérêt.

Et soutenir l'industrie française est également un argument qui fait mouche...

Pour en savoir davantage, consulter le site: www.bocage.fr.

Lyliane M.

Elle avait retrouvé mon sac !

Un hasard peu ordinaire...

Aujourd'hui, mon mari et moi sommes allés avec notre petite fille faire une promenade au bord du lac.

Nous nous sommes arrêtés au parc pour enfants, avons grimpé dans la tour du château. J'ai porté la fillette de 5 ans, afin qu'elle puisse voir le lac, les bateaux, la maison de son papa lorsqu'il était encore un petit garçon.

Comme vous le savez peut-être, les enfants ont toujours faim. Nous sommes donc entrés dans une boulangerie et nous lui avons acheté un «chausson aux pommes».

Elle était très contente. Elle buvait à toutes les fontaines. Nous avons ramassé des fleurs et arrivés à notre maison, je lui ai appris à confectionner un arrangement pour sa maman. Une fois fini, je me suis sentie très, très légère.

Pourquoi pensais-je ?

Oui, je n'avais pas mon sac à main ! L'avais-je laissé dans les toilettes du

tea-room, au haut de la Tour, ou dans le parc de jeu ?

Impossible de le savoir et mon mari n'avait rien remarqué non plus. Nous nous rendons donc directement au bas de la Tour et avant d'y monter, je passe au restaurant.

Ils avaient le sac que quelqu'un avait rapporté.

- «La dame est là-bas », m'a-t-on dit. Je vais vers la dame pour la remercier et éventuellement la récompenser.

- « Non, me dit-elle, c'est normal... »

- «Christine, m'écriai-je c'est toi ? »

Il y avait dix ans que je n'avais plus vu Christine alors que nous étions amies. Je n'avais plus son adresse et le jour d'avant, j'avais fait une recherche sur internet pour la retrouver et voilà, elle était là devant moi et elle avait retrouvé mon sac !

Nous avons échangés à nouveau nos adresses et avons programmé de nous revoir.

Andrée de K.

Mon amie la rose...

Leçon d'humilité pour une citoyenne européenne

Il y a quelques semaines, jour de mon prénom au bout de tant de d'élections, je vais dans mon bureau de vote accomplir mon devoir de citoyenne européenne.

En repartant, je rencontre le mari d'une amie de très longue date, que je n'avais pas vu depuis des années, qui me dit :

-«Comment vas-tu Chantal, je suis tellement heureux de te revoir !»

Je repars toute joyeuse disant à mon fils qui m'accompagnait :

- «Tu te rends compte! Il se souvient

de mon prénom au bout de tant de temps !»

Et mon fils me répond avec un petit sourire :

- «Quand tu as voté Maman, on a entendu tout ton État civil ! »

On est bien peu de choses (et mon amie la rose me l'a rappeléce jour là....) - Françoise Hardy, 1965 !

(Pour ceux qui s'en souviennent, sinon écoutez la sur YouTube, c'est une bien belle chanson !)

Chantal B.

Le film de Jean Vanier

La vie d'un homme hors du commun.

Je dois dire qu'avant d'aller voir le film « le sacrement de la Tendresse », je ne connaissais de Jean Vanier que son nom et son engagement pour créer « l'Arche », association qui accueille les handicapés.

Grâce à cet excellent film, tourné en 2018, j'ai pu découvrir de plus près le personnage étonnant qu'était ce canadien né en 1928, et qui avait commencé

une brillante carrière d'officier de marine.
 Je n'en raconte pas plus, car si vous allez voir ce film, il faut que vous en gardiez toute la saveur de la découverte !
 En tout cas, un excellent moment, qui nous donne une fois de plus une belle leçon de vie !
 Et pour finir, une de ses pépites : « Aimer ce n'est pas faire quelque chose pour quelqu'un, c'est être avec lui ».

Raymond L..

Propositions pour la journée

*Et si l'on se fixait
 comme objectif
 de concrétiser juste
 une de ces
 propositions pour
 aujourd'hui ?*

Juste pour aujourd'hui

- ... Souris à un étranger
- ... Écoute le coeur de quelqu'un
- ... Laisse tomber une pièce de monnaie où un enfant pourra la trouver
- ... Apprends quelque chose de nouveau et enseigne-le ensuite à quelqu'un
- ... Dis à quelqu'un qu'il compte pour toi
- ... Donne une étreinte à une personne que tu aimes
- ... Ne garde pas rancune
- ... N'aie pas peur de dire "je suis désolé"
- ... Regarde un enfant dans les yeux et dis-lui combien il est grand
- ... Regarde derrière le visage de quelqu'un, jusque dans son coeur
- ... Fais une promesse et tiens-là
- ... Montre de la gentillesse envers un animal
- ... Tiens-toi debout face à tes convictions
- ... Sens la pluie, sans la brise, écoute le vent
- ... Utilise tous tes sens au maximum
- ... Dis bonjour à quelqu'un en premier
- ... Fais rire ou sourire quelqu'un
- ... Rends service à quelqu'un



Cécile F.

La serrure.

*Une invention
 au service de notre
 quotidien*

Tout a commencé par une serrure grippée...
 Nous habitons une maison construite il y a 15 ans, et depuis quelque temps, la serrure du portillon extérieur devenait de plus en plus difficile à ouvrir.
 Je mets quelques gouttes d'huile "3 en 1" sur le pêne : aucun résultat.
 J'achète une bombe de silicone graisseux, produit "hight tech" : pas plus d'effet.
 Alors je vais chercher mes outils pour me lancer dans une opération à cœur ouvert.
 Quinze ans sans entretien, la serrure a sans doute besoin d'une petite révision.
 Sauf que... je ne suis pas serrurier, et que c'est un domaine que je ne connais absolument pas !
 En ouvrant délicatement le mécanisme, je découvre des pièces parfaitement en place, avec des tiges, des butées et des axes. Tout a l'air en bon état, et cela m'intrigue.
 Je fais jouer la clef dans le canon de la serrure, et là, j'ai ce que je mérite : un ressort se décroche, et la moitié des pièces se précipitent à l'extérieur du boîtier!
 Je me dis que je me suis lancé dans une opération un peu inconsciente, et que je

risque même de ne pas m'en sortir !
 Alors je me fixe dans l'observation, pour comprendre comment marche chacune de la dizaine de pièces qui s'emboîtent les unes dans les autres.
 Je remonte un peu à l'instinct, mais à chaque fois, quelque chose bloque.
 Au bout d'une heure, je commence à avoir des sueurs froides, car je pressens que je n'y arriverai pas.
 Plan B : aller chez Leroy Merlin acheter une nouvelle serrure. Solution abandonnée, car au bout de 15 ans, je me doute que tous les modèles ont changé et ne seront pas compatibles.
 Alors... je m'y remets !
 Et au bout d'une 2^e heure, illumination : je découvre que j'ai remonté à l'envers une des premières pièces.
 Je termine de tout assembler, après avoir graissé chaque composant, et la serrure s'ouvre alors comme une neuve.
 Ça, c'est la première bonne nouvelle.
 La deuxième, c'est l'émerveillement que j'ai ressenti en me plongeant dans le fonctionnement de cette serrure. Une pure merveille de simplicité, mais en même temps d'ingéniosité.
 Et je me suis rappelé des vieux coffres à serrures du XV^e, admirés dans un musée, il y a quelques mois.
 Depuis 500 ans, notre société utilise au quotidien des inventions qui datent de nos lointains ancêtres, mais toujours utiles.
 Et la liste est longue : la bicyclette, le métier à tisser, les lunettes de vue, la scie, la pioche, la porte et les fenêtres, le crayon, ...
 Merveilles de l'ingéniosité de ceux qui nous ont précédés : qu'ils en soient remerciés, car notre vie en est grandement facilitée !

Jean-Yves L.

Courtoisie et légèreté

*Du baume au cœur,
 grâce à des moments
 « cadeaux »*

Qu'il est agréable, lorsque l'on est au volant de laisser passer un piéton sur un passage (obligatoire !) ou un conducteur qui n'a pas la priorité dans un encombrement (obligatoire), et ... que celui ci vous remercie d'un sourire ou d'un signe

Chantal B.

Inespéré !

*Une
 pochette-ceinture
 récupérée
 miraculeusement*

Je me trouvais sur le quai de l'Eurostar à Lille, destination Londres, puis Dublin en Irlande.
 Au moment où le train entre en gare, j'entends une annonce au hautparleur. "Une personne a oublié sa pochette aux WC de la gare". Je vérifie la mienne qui n'était plus à ma taille. Je l'avais oubliée dans les toilettes. Je n'avais pas le temps de la récupérer avant le départ du train et de plus mon billet aurait été perdu en retournant à la gare.
 Que faire ?
 Après une réflexion désespérée, je décide de faire le deuil de ma pochette avec mon téléphone portable et un peu d'argent à l'intérieur.
 Heureusement j'avais le billet de train sur moi, ainsi que mes cartes bancaires et de l'argent.
 Je m'installe dans le train qui démarre pour passer le tunnel sous la manche. A ce moment le haut parleur grésille et j'entends "la personne qui a oublié sa pochette à Lille peut venir la récupérer à l'avant du train auprès du chef de train".
 Comment ont-ils deviné que je prenais ce train-là, car d'autres trains étaient

alors en gare de Lille ? Je me suis précipité à l'avant du train en espérant que personne d'autre ne vienne la demander en se prétendant le propriétaire. J'ai récupéré ma pochette avec tout ce qui se trouvait à l'intérieur. Merci aux honnêtes gens qui ont transmis mon bien jusque dans le train. C'était inespéré !

David de K.

Dédicaces

Un site pour
des rendez-vous...
littéraires !

Vous avez envie de lire un livre pour vous aérer les idées ?

Ou vous pensez à un livre qui vous a marqué autrefois ou récemment, et vous aimeriez en partager avec d'autres les bienfaits ?

Rendez-vous sur le site www.dedicaces.be, créé par une de mes petites cousines.

Lisez les confidences et les conseils de ceux qui vous ont précédés et faites comme eux si cela vous a plu.

N'ayez crainte, c'est anonyme, sauf le prénom (éventuellement fictif), l'âge et l'activité présente ou passée.

Patrick de C

Réconfortant comme une tasse de thé !

Une belle lecture
pour l'été

« *La dernière conquête du major Pettigrew* », de Helen Simonson

Résidant à Edgecombe Saint Mary, au cœur de la campagne anglaise, le major Ernest Pettigrew est l'archétype du parfait gentleman : raffiné, courtois, sarcastique et irréprochable.

Désormais veuf, il a pour seule compagnie ses livres, ses chers Kipling, et quelques amis du club de golf fuyant leurs dames patronnesses.

Mais le jour où le major apprend le décès de son frère Bertie, la présence douce et gracieuse de Mme Ali, veuve elle aussi, va réveiller son cœur engourdi.

Tout devrait les séparer, elle, la petite commerçante d'origine pakistanaise, et lui, le major anglais élevé dans le plus pur esprit britannique.

Ils cultivent pourtant leur complicité et, avec humour, font cause commune contre le « qu'en dira-t-on » et le racisme ordinaire.

Un roman très drôle, tout en finesse, délicieusement critique envers les préjugés.

Réconfortant comme une bonne tasse de thé.

Bonne lecture et bel été!

Paul B.

Les proverbes et les amis de longue date

Un beau
témoignage
sur l'amitié

Au fond, j'aime beaucoup les proverbes.

Souvent, ils résument en quelques mots une sagesse qui est le fruit de longues et nombreuses expériences, et cela sous différentes formes, selon la région d'origine du proverbe.

Toutefois, il convient parfois de ne pas les suivre de manière aveugle. Ainsi le proverbe « loin des yeux, loin du cœur » est bien souvent vrai - mais pas toujours.

Dans ma vie, il m'a été donné de beaucoup voyager et d'habiter dans de nombreux pays.

Mes études et mon travail auprès d'une organisation internationale m'ont permis de créer des liens d'amitié avec des personnes ayant des origines bien différentes.

Ces personnes sont en général retournées dans leurs pays d'origine et j'ai continué à déménager pour finalement venir habiter en France.

Je ne revois ces amis que très rarement, en raison des distances impliquées,

mais j'ai récemment pu rencontrer plusieurs de mes «vieux amis» chez moi et également chez eux.

A chaque fois, nous avons repris nos discussions avec la même entente amicale, comme si l'on s'était quitté il y a quelques jours et non quelques décennies. L'amitié ne se perd pas, elle est ancrée en nous et y reste - même si l'on est loin des yeux.

C'est ainsi que je reviens d'un voyage en Grèce, où j'ai pu revoir des amis après une quinzaine d'années.

Ils m'on invité pour fêter la Pâques orthodoxe en famille avec eux, et ce fut un moment de pur émerveillement.

Nous avons pu redécouvrir les magnifiques sites historiques et surtout les paysages.

En tant qu'artiste-peintre amateur, j'ai fait un petit dessin d'une vue sur le Golfe de Corinthe à Nafpactos, que j'ai plaisir de partager avec vous et qui égayera, j'espère, votre journée !

Bernard H.



Un texto, beaucoup trop tôt !

Voilà, je voudrais partager avec vous ce que m'écrit ma fille par SMS :

« Ce matin, (5h45) Remi (*le papa*) allonge Melchior, 15 mois, réveillé près de lui et Melchior se laisse faire tranquillement à ses côtés, espérant qu'il se rendorme.

Passée 6h, Melchior va tout seul vers son lit, puis, consciencieusement, dépose sa tétine dans son lit à travers ses barreaux d'un côté, puis son doudou de l'autre, et enfin s'assoit face à son père en attendant qu'il se décide à l'emmener au petit déjeuner.

Le moment venu comme d'hab... 6h30, il hurle tant que le biberon n'est pas à sa bouche ».

Et moi je fonds en lisant cela à mon réveil, car le texto m'a été envoyé beaucoup trop tôt.

Lu dans un ascenseur : «Si vous voulez connaître vos vrais amis, habitez un cinquième étage sans ascenseur», signé *Roux et Combaluzier*

Et enfin Somerset Maugham a écrit :

«Tout bonheur commence par un petit déjeuner tranquille»

Odile R.

*Une jeune
grand-mère
qui fond !*

La Vaillance n'attend pas le nombre des années !

*Des jeunes
entreprenants*

Un prix « Vaillance » a été décerné à Gennevilliers, par le fonds Cœurs Vaillants, au groupe « les Etoiles de Gennevilliers ».

Ce groupe comprend 12 enfants âgés de 8 à 11 ans, qui après avoir constaté l'absence d'activités périscolaires, ont décidé, soutenus par des adultes, de créer un club.

Ils ont pu obtenir de la Mairie une salle dans un centre social et maintenant, peuvent y faire des activités créatrices au lieu d'être réduits à trainer en bas de leur immeuble

Paul B.

Aider les aidants

*A l'écoute
pour soulager*

« Avec nos proches » est une démarche administrative ou association qui regroupe un certain nombre de bénévoles, au téléphone

De plus, elle milite pour qu'ils soient pris en considération dans leur rôle au

tous les jours de 8h à 22h. Ils se relaient pour écouter, soutenir

sein de la société. ou orienter les aidants, dans leurs avecnosproches.com et aidants.fr

PAM

Danser la vie par delà les murs

*Une évasion
particulière à
Montpellier*

Un spectacle de danse est proposé au Festival Montpellièrdanse, où une chorégraphie a été créée par un groupe de 5 détenues.

- « Me remettre à danser, c'est comme aller de l'avant », dit l'une d'elle.

- « Enfin, nous avons la chance de montrer une autre image de nous-mêmes », dit une autre.

Ou encore : « Avec cette pièce, j'ai le sentiment d'avoir construit quelque chose pour les autres, c'est un cadeau merveilleux ! ».

Anny B.

Les bons mots pour accompagner

*Savoir entourer
nos proches
qui sont dans
la maladie*

Bien que ce ne soit guère une "bonne nouvelle" - sauf si quelqu'un s'en inspire pour un proche ou un ami - voici un petit texte lu très récemment que je voulais garder en mémoire, au cas où....

David Servan-Schreiber, dans « On peut se dire au revoir plusieurs fois », écrit page 103 :

« Ce n'est pas si difficile de parler à une personne qui se bat contre la maladie. Il faut écouter son cœur et dire simplement : "Je suis désolé de ce qui t'arrive. Ça me rend très triste. J'espère que tu vas t'en sortir très vite. Dis-moi ce que je peux faire pour t'aider".

Parfois, un simple contact physique, comme de mettre la main sur sa main ou sur son épaule, peut suffire.

Un contact qui exprime d'une façon directe : "Je suis là, avec toi. Je sais que tu souffres.

C'est important pour moi d'être présent pour toi."

[Une cousine appelait du bout du monde et, extrêmement fatigué...] Je ne lui ai parlé que brièvement, mais elle m'a dit tout ce que j'avais besoin d'entendre: "Je veux que tu te soignes et je compte sur toi pour t'en sortir, parce que je t'aime et j'ai besoin que tu continues à être dans ma vie.

Ça me fait beaucoup de peine que tu doives traverser ce que tu traverses. Je pense que tu vas y arriver."

Ce n'était pas long, mais c'était parfait.

Chantal S.

Pour nos jeunes adultes

*Encore
une belle lecture
pour cet été !*

Un livre à mettre entre toutes les mains surtout pour nos jeunes adultes :
«Trois jours à Berlin », de Christine de Mazieres.
Cela pourrait faire un très bon film, mais je crois que la réalité dépasse la fiction !

Odile R.

Le Stromboli

*Deux belles
leçons
de vie !*

Le mois dernier, nous avons gravi le Stromboli en Sicile.
Stromboli est une île volcan toujours en activité, il suffit de lever la tête lorsqu'on arrive en bateau pour voir régulièrement des panaches de fumée s'élever au-dessus de la montagne.
L'ascension du volcan est encadrée : elle est très physique, dangereuse en raison du risque d'éruption et ne peut donc pas se faire sans guide. Résultat : des groupes de 20 personnes regroupées par nationalité.
Mais peu importe, le spectacle est tellement magique... Nous partons du village vers 17h et commençons à suivre le chemin qui monte sur la pente du volcan, le soleil descendant progressivement offre un paysage magnifique avec l'ombre du volcan sur la mer.
Après 1h30 de montée à un rythme régulier et avec des pauses fréquentes, nous sommes bloqués par un groupe nous précédant qu'on ne peut pas dépasser vu la largeur du sentier. Notre groupe, en bons français, commence à pester : qui ose donc nous freiner dans notre rythme et dans notre quête ?
Les commentaires vont bon train lorsque l'explication se diffuse : ce sont des malvoyants. C'est donc ça ! Après analyse plus détaillée nous remarquons effectivement que chaque malvoyant est encadré par deux personnes, devant et derrière. Quelle claque nous avons prise ! Et quelle belle leçon de vie, de courage, de ténacité.
Nous arrivons au sommet à temps pour voir le coucher de soleil à l'horizon avant, enfin, de rencontrer la bête... 5 cratères rougeoyants, des éruptions laviques et de gaz, des bruits de la puissance d'une fusée au décollage, une pluie de cendre... Une seconde leçon de vie qui nous remet à notre place : nous ne sommes rien devant la puissance de la nature.

Grégoire R.

Nous accueillons ce mois-ci 3 nouveaux lecteurs :

Armelle M.

Eric M.

Lydia S.

2 articles (2 500 caractères au maximum) par lecteur.

Du vécu de préférence !

Les sujets d'ordre politique ou religieux sont à éviter, tout le monde n'ayant pas la même sensibilité.

**Prochain numéro le :
Dimanche 25 Août 2019**



Diffusion de ce numéro par courriel : 534 personnes

Courriel : gazette.dbn@orange.fr

Blog partenaire : www.bonnes-nouvelles.stress-info.org/

Pour vous désabonner : gazette.dbn@orange.fr / RGPD : aucun nom ni courriel n'est communiqué.