

Tranche de vie | C'est l'Est au Sud

Off Cabane | Les Roccos and Co.

Le saviez-vous ? | Merca à la baguette

Remember me | La Ronde des Nutons 2006

PRÉSENTATION

ET VOICI VOTRE NOUVEAU MAG ...

LE TEMPS PASSE TRÈS VITE ! J'AI L'IMPRESSION D'AVOIR À PEINE FINI LE MAG PRÉCÉDENT.

NOUS VOILÀ DONC EN MARS ET À CETTE ALLURE LÀ, ON FONCE TOUT DROIT VERS CE FAMEUX WEEK-END DE PENTECÔTE ET LE TRADITIONNEL 100KM CÉLESTE MÊME SI CETTE ANNÉE, LE CHOUIA EST EN BAISSE !!!

BREF, ON SE RÉJOUIT DÉJÀ !!! MAIS POUR CELA, IL NE FAUT PAS OUBLIER DE S'INSCRIRE.

COMME VOUS LE DÉCOUVRIREZ DANS LA RUBRIQUE DE P'TILOU, J'ABONDE DANS LE MÊME SENS POUR LE MAG. N'OUBLIEZ PAS QU'IL S'AGIT AVANT TOUT D'UN OUTIL DE PARTAGE. PARTAGEZ VOS EXPÉRIENCES, QUE CE SOIT DES OFFS OU DES COURSES CAR NOUS AVONS TOUS AU FOND DE NOUS UN ESPRIT DE COMPÉTITION (MÊME SI POUR CERTAINS IL EST BIEN LOIN ☺).

BONNE LECTURE ...

PETITE PENSÉE À FRED LE CORSAIRE

CHAPI

SOMMAIRE

NUMÉRO 17 MARS - AVRIL 2015

L'ÉDITO DE P'TILOU 04

TRANCHE DE VIE :
« C'EST L'EST » AU SUD 05



LE BILLET D'HUMEUR DE PDM 08

REMEMBER ME :
LA RONDE DES NUTONS 2006 09

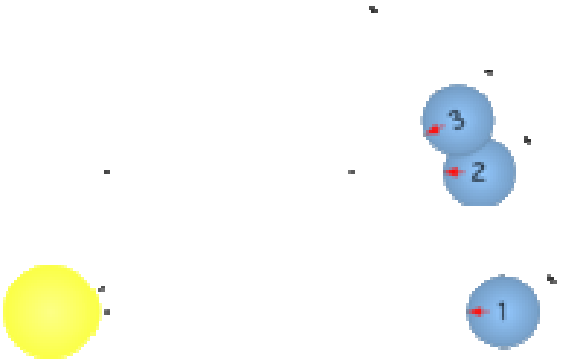


OFF CABANE :
LES ROCCOS AND CO. 12



LA MINUTE PHILIOT'SOPHE 14

LE SAVIEZ-VOUS ? 15



LES RÊVASSERIES DU HOGON 17

MABIA :
UNE CÉLESTE DÉCOUVERTE 18

L'ÉDITO DE P'TILOU



Qui ? Quand ? Où ? Comment ?

Je me souviens d'une réflexion de Gada au retour de ses vacances... pendant qu'il sirotait son X^{ième} apéro dans le sud de la France... le brave Lulu, visitait la même région, mais en participant à un trail à quelques km du bar préféré de Gada !!!

Ce n'est qu'à son retour en Belgique, que le brave GOCC avait appris les exploits de ce futur septuagénaire, déjà inscrit à la Nocturne des 3 Plateaux !!! et qu'il avait bien regretté de ne pas avoir vu et encouragé le Céleste de la première heure.

Dès lors, ce serait sympa, via le forum, de faire savoir quels sont les trails auxquels vous allez participer.... plus on est de ~~fou~~ Céleste, plus on s'amuse J

Et aussi, les trails dont vous rêvez et pour lesquels vous êtes hésitants, cela pourrait amené simplement à la concrétisation... d'un beau projet.

Pour ma part, je n'ai pas de grand secret... je peux déjà vous dire où je serai le 24 mai J, mais aussi :

Le dimanche 21 juin, au trail de Sully pour un dernier hommage à Frenchie, c'est bien sur son club qui organise ce trail... http://traildesully.free.fr/

Le samedi 15 août, je change de sport... une partie de pétanque pour Solidarité Dogon...c'est toujours fun...

Les 12 et 13 septembre, autant s'amuser 24h... à Liège

Le samedi 19 septembre, l'incontournable Rock N' Roll marathon, avec peut être quelques nouveautés !!

Le dimanche 18 octobre, l'incontournable Ultra Tour de Liège... de Madness

Et aussi... à la Petite Trotte à Léon... par amour... de la montagne 

TRANCHE DE VIE :

« C'EST L'EST » AU SUD

La piste s'élargit, devient plate et moins rocailleuse. Alors les chauffeurs des deux 4x4 se font plaisir, ils s'écartent et accélèrent créant derrière eux des nuages de poussière. Nous sommes sur l'ancien tracé du Paris-Dakar.

Foum-Zguid apparaît au loin, adossée à la montagne. Le car est au rendez-vous et le transfert des bagages se fait rapidement. Les adieux aussi. Une tranche de vie s'achève. Nous laissons un peu de nous-mêmes mais emportons beaucoup. Les deux véhicules rebroussent chemin pour Zagora, là où notre aventure a commencé.

Au loin, sur une grande dune, un peu à l'écart de l'arrivée, je crois apercevoir une silhouette qui, après quelques instants, se déplace et disparaît. Le désert et ses mirages, pensais-je. Environ un kilomètre plus loin et face à nous, deux silhouettes tiennent un étendard, de confection très locale, pour nous accueillir au bivouac. C'est Rachid et P'ti Lou avec le tapis sur la dune garni de la théière, des verres et le reste du goûter. La première étape vient de s'achever.

Le campement est installé à l'endroit prévu, tout le monde est là. Les deux véhicules sont garés un peu plus loin. La première étape s'est bien déroulée et tout le monde semble apprécier. Je suis content.

Désert et vrai bivouac obligent, nous nous dispensons de "corvée " de savons, shampoing et autres eau de toilettes. Vite, certains lèvent déjà le coude. A l'attention des faux puristes, le thé se boit aussi en levant le coude. On ne sait pas par quoi on a commencé, à la fin c'était du " pastithé ".

La silhouette que j'ai crue mirage avant l'arrivée était celle de P'ti Lou qui était monté dans le 4x4 accompagnateur quelques kilomètres avant.



Le feu crépite et nous sommes assis en fer à cheval autour, adossés à la dune. Le sable chauffe et bientôt il servira de matières à four.

Ce qui semble être de l'improvisation pour un néophyte apparaît vite d'une grande maîtrise. Le moment est étonnant quand le trou est creusé dans le sable et la galette déposée et recouverte de sable chaud et d'une fine couche de braise.

Incrédulité, émerveillement, communion totale. Les enfants d'un soir savourent ces moments de cuisson à la fois rudimentaires et ingénieux, archaïques et précis, simples et efficaces. Les chants, les sons des tambourins et les claquements des mains complètent le cérémonial. La galette est cuite, le résultat est magique. Tout chaud, le pain est rompu et le festin peut commencer. Les soirées ne sont pas longues dans le désert, demain c'est la dernière étape.



Il fallait garder le secret. Pour ce troisième jour j'ai prévu un méchoui pour le soir. Deux agneaux étaient prêts à M'Hamid et le 4x4 accompagnateur-ravitailleur devait aller les chercher, en secret, pour la cuisson à côté de notre bivouac.

Le désert a ses hommes et ses femmes, nous ne sommes que des intrus, parfois invités, d'autres fois on s'invite mais cette dernière notion est inconnue chez les bédouins. Celui qui est de passage est un invité et le bédouin sort tout ce qu'il possède. Nous en avons fait l'expérience. Nous sommes accueillis dans son humble demeure avec beaucoup de chaleur et de générosité.

Lait de chamelle, thé et cette éphémère mais oh combien humaine compagnie nous ont ragaillardis. A la sortie il fait chaud et Rachid ne tarde pas à entonner le "bismala", pour se mettre en course parce que le coucher du soleil nous attend au sommet des dunes de Cheggaga.
C'est l'étape avec de nombreux contrastes. Les grandes dunes sont à l'horizon, elles culminent et enveloppent d'une façon magique tout le reste, nous sommes aspirés.



A l'arrivée et sans répit nous partons en petit groupe pour explorer ce qu'il y avait derrière la grande dune. C'était une autre grande dune, derrière, une dune encore plus grande et au sommet, un océan de dunes et le spectacle est majestueux et on n'a pas envie de quitter les lieux.
Les yeux se perdent dans l'immensité, l'esprit se vide et on n'a pas envie de parler, pas envie de contaminer ce silence, cette quiétude, juste remplir de provisions nos âmes pour les quelques temps à venir.
Le soir, le festin est à la hauteur de mes espérances, il culmine avec le méchoui. Tout le monde est assis, à la nomade comme tous les soirs, savourer à même le sol. Même Glacé avait presque oublié que sa chaise lui manquait. C'est tout dire.
Après Tata, sur la route de Goulmim, nous quittons la nationale 12 pour remonter vers Igherm et ensuite Tafraout qu'on espère rallier avant le coucher du soleil. Plus on avance, plus nos visages se collent aux vitres du car parce que le spectacle est époustouflant. Les roches sont burinées, entaillées, ciselées, presque dessinées ou peintes comme des tableaux. Les millénaires ont imprimé leurs passages, peut-être même que l'épicentre du Big Bang fut non loin d'ici (même si on le place plus loin)... On a le droit à un peu d'imagination puisqu'on est toujours sur un nuage.
Jusqu'au-delà de Tafraout et du col de Kerdous le spectacle est grandiose. Nous arrivons un chouïa trop tard pour voir les amandiers en fleurs, en terrasses et contre les roches rouges.
Nous arrivons chez moi. Il n'est pas encore question de reprendre contact avec les shampoings, savons et autre gants et serviettes, cela peut attendre encore



quelques heures. Anne-Marie avait bien fait les choses mais surtout compris le rituel des célestes, courir ensemble c'est bien, lever le coude ensemble c'est aussi bien. La suite fut logique et presque banale, où qu'ils soient, ces énergumènes ne perdent pas leurs repères et retrouvent vite leurs réflexes qu'ils ont à peine mis en sourdine dans le désert.
Les mets sont délicieux, le breuvage est varié. La soirée fut longue.

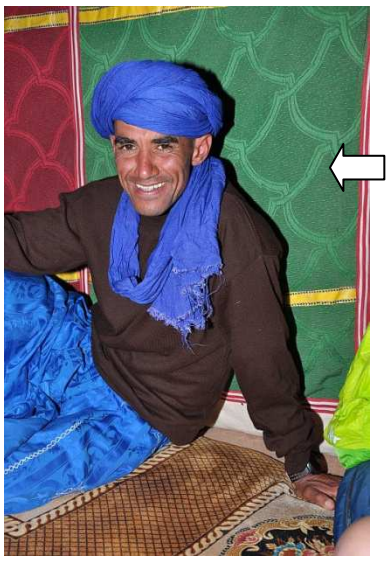


Le lendemain, j'attends la marée basse avant de partir avec un petit groupe, un autre groupe choisit d'aller marcher dans l'autre sens de la plage. Il fait délicieux pour courir près de l'eau et certains choisissent de courir torse nu et le plus vieux s'y est mis aussi... (il s'en souviendra, j'espère). A perte de vue, la plage s'étend sur 15 kms, après quelques kilomètres nous prenons la direction du "nid d'aigle", site connu des parapentistes, à travers une sorte de garrigue locale. A la descente du nid d'aigle le

rythme est soutenu jusqu'à la résidence. L'autre groupe est entrain de "lézarder" au bord de la piscine. Certains téméraires se jettent à l'eau. C'était tentant. L'apéritif est prévu chez moi sur la terrasse, sous la pergola, sur le salon marocain, il fait bon, il fait beau et l'ambiance est au beau fixe. Nous savourons ces



moments privilégiés, certains prolongeront ces moments par une sieste profonde. Je quitte la terrasse presque sur les pointes des pieds. Je suis comblé.
La soirée et une bonne partie de la nuit furent encore célestes, très célestes.
Ce sont là quelques tranches de vie à croquer ou à ajouter à d'autres tranches selon ce qui vous plaira.



Merci à tous. Merci de m'avoir fait confiance. La formule a emporté l'enthousiasme de Rachid aussi. Nous sommes entrain de créer ensemble une agence à Zagora pour œuvrer dans le même esprit. J'espère refaire la même chose avec le même groupe l'année prochaine. Je vous tiendrai au courant pour la suite.
Encore merci.

Amar

C'est leste au Sud ou Un thé chez les Berbères

Amar (c'est un cas l'Amar) nous monte un périple de Dieu le Père.
Nous sommes 14, sept ou huit accompagnants pour organiser les bivouacs, des gars très sympas dont Rachid, double vainqueur du Marathon des Sables.

Les nuits dans les dunes, les tambourins, le rite du thé, les dattes, les mandarines à tous les repas et le poisson séché...

Six cents kms de route, d'Agadir à Zagora, dans des paysages sublimes.

Puis 110 kms de désert total en course dans le reg et les dunes en trois jours.

Et ensuite une belle visite touristique et un séjour chez Amar.

Quel bonheur!

Jean-Ro



LE BILLET D'HUMEUR

... DE PDM



Ca m'arrive de faire des cauchemars de toute sorte mais il y en a un que je fais même éveillé depuis quelques temps... C'est celui de me réveiller un jour et de me dire que je n'ai plus envie de courir, que j'ai fait le tour... Non pas que le fait que courir m'ennuie mais celui de ne plus rien avoir à découvrir, de ne plus m'exalter devant un nouveau sentier, parce que je les connais tous... Certes, ce cauchemar vaut pour le temps que je passe à courir en Belgique... A part en Valais, je n'ai pas la prétention de connaitre les sentiers d'autres contrées que les nôtres... mais il est certain que si cette impression d'avoir fait le tour arrivait, cela aurait aussi des répercussions sur mon activité pédestre à l'étranger...

Mais aujourd'hui, je me suis rassuré... Quand je pars trottiner sur le temps de midi, je visualise souvent le début de mon itinéraire, parfois en me fixant un but, souvent, après quelques centaines de mètres, je change d'avis et aujourd'hui, j'ai changé d'avis... et alors que je m'apprêtais à faire un petite tronçons de route, je vois un petit écriteau "sentier pédestre"... Mais, mais, maaaaaais... je ne le connais pas... 500m d'un petit chemin zigzagant entre les haies, que du bonheur, à la limite de la jouissance comme dirait Glacé... et j'ai pu continuer de me rassurer car mes pensées sont devenues positives... Mes chemins seront toujours différents, s'ils sont pris... dans un sens, dans l'autre sens, au printemps, en été, sur un lit de feuille, ruisselants, écrasés par le soleil, seul, avec un ami ou avec un autre, sur un parcours d'une demi-heure, en fin d'un long entrainement... Une sortie a des millions de possibilités, tel un livre, telle une mélodie...

Je suis toujours bien...

REMEMBER ME :

LA RONDE DES NUTONS 2006

Vu par PDM

La Ronde des Nutons
Les 3 et 4 juin 2006
100 miles

Samedi, midi et demi, j'arrive à Soy. Le chemin, je le connais par cœur. La ronde, aussi. Je me tracasse un peu car baliser le jeudi, sous la pluie, en vtt et à la bourre, c'est peut-être pas une bonne idée. Mais, dans l'euphorie ambiante… rien ne m'arrête ! D'emblée, en compagnie du coureur fou, de Gott et de tm-qui-stresse-un-peu on s'engouffre un délicieux spaghetti préparé par nos tendres qui sont en cuisine depuis…hier matin (on ne les a pas épargnées les braves, 600 boulettes faites main pour économiser quelques deniers-ils sont rats les GOCC).

Ensuite, un peu d'effervescence, on se sent utile et inutile partout. On courre partout, on n'écoute pas sa petite femme qui nous dit d'aller s'allonger un peu, comme tout le monde. Mais,….il y a la musique à caller, les ravitos à aller déposer, les gens à aller saluer, humer cette atmosphère si particulière du départ d'une épreuve un peu folle, …

A 15h30, tout de même, 40 minutes à l'horizontale puis, en avant, on se prépare, petits sparadraps sur les seins, tape dans le dos, vaseline là où il faut, laçage minutieux des chaussures, enfiler ce Tshirt céleste qui attend son inauguration depuis longtemps, ajuster le sac et puis hop, … briefing avec Iron. De là, je vois tout le monde. Je vois des rires nerveux, des regards inquiets. Brefs tout le monde s'impatiente. Allez Iron, accélère !! Quelques mots de ma part, quelques uns du bourgmestre et puis en avant vers la ligne. Là, surprise, personne n'a l'air pressé de s'y rendre comme si c'était un point de non retour.

Enfin, musique, celle que je prépare depuis des mois dans l'auto, que je me repasse en boucle. Je l'ai encore écoutée hier pour me motiver. A 17h00, Silence, 10 secondes puis c'est l'embrasement, on est parti, le cœur bat et c'est tant mieux. Tout de suite on est un groupe d'une bonne dizaine en tête, derrière les klaxons du 4X4 d'Iron. Les gens autour de moi retrouvent la parole, ça blague, JupAl attend le démarrage de Rapha après 50 mètres. Mais celui-ci reste calé dans les roues, dans MES roues ; ils commencent à m'énerver à me « traiter » de favori, n'est-ce pas Yves.



Après 4 km, on rentre sur le GR, tout le monde se dit: c'est parti pour la boucle, Pourvu que l'on revienne en face. On descend sur Hotton, on passe devant chez notre ami Spartacus puis par quelques villages, toujours groupé. Au 17ème, petite banderille de Rapha puis de Jeffry et on arrive à Marche, on n'est plus que quatre puis deux. Rapha, Jeffry puis un peu plus loin, Amar et moi. L'allure est bonne et on file à du 12 à l'heure vers le premier ravito (28ème). Fidèle à son habitude, Rapha repart quasi sans s'être arrêté. Il est fou, c'est comme ça qu'on perd une course me dis-je. Personnellement, je prends plus ou moins mon temps et repart en compagnie de Jeffry et Amar, direction Rochefort où notre ami néerlandais nous devance. Un peu plus loin, Amar a des problèmes de sac. Après l'avoir aidé et attendu un peu, je repars me disant qu'il me rattrapera. C'est la dernière fois que je l'ai vu. J'arrive seul à Han sur Lesse, le soir tombe, je recroise le 4X4 d'Iron qui est en compagnie d'Amélia, juste le temps de leur dire que je savoure cette solitude nocturne et, heps, je

rentre dans le bois. J'aperçois parfois Jeffry devant moi mais je ne veux pas le rattraper. On arrive au ravito du 53ème, super accueil, les petits plats dans les grands, un grand sourire… admirable.

Je repars à deux ou trois minutes des premiers qui se sont regroupés. Il fait nuit noire, j'engouffre un sandwich au fromage, puis une crêpe et,… je cours, direction Wellin puis Revogne puis Martouzin avantl'effroyable gadoue juste avant Wiesme (y a-t-il encore des piétons qui s'aventurent sur ce GR ? Et làààà, les eaux et forêts qui réglementent nos passages et se permettent de nous donner ou pas des autorisations, un petit effort !!).

Enfin, les pieds trempés ça passe et on remonte lentement sur le ravito du 78ème. Là, il y a de l'ambiance !! Olivier est en grande forme. On les entend du pied de la côte (au moins 1500 m), j'entend les encouragements pour le premier puis pour le deuxième. Je ne suis pas loin. Mon ami Charles puis Olivier et enfin mon fiston avec son copain Jean viennent à ma rencontre, je marche mais tout va bien. Quel accueil. On me force à prendre mon temps, ils ont raison, c'est encore long ! Puis, après avoir poliment mais avec regret refusé un verre de vin, je repars accompagné pour 1 ou 2 km par Charles et Marc. Ils trouvent les mots pour m'encourager, presque trop, c'est l'euphorie.



Tiens, je n'ai pas changé de chaussures. Tant pis. De toute façon jusqu'au 70ème, j'ai gardé les pieds au secs, je les ai bien préparés, j'ai une paire au 100ème et je vais rencontrer une nouvelle zone marécageuse. Je suis de nouveau seul en pleine forêt et dévale vers Houyet quand, devant moi, une frontale à l'arrêt. Jeffry ? Raph ? Non, c'est Bugs, notre ouvreur VTT qui rebalise un tronçon truandé. Un autre VTT était pourtant passé deux heures plus tôt. Il y en a qui sont motivé pour emmerder le peuple ! Je rattrape donc Jeffry et Raph quelques centaines de mettre plus loin et les redirige. Un petit coup de fil à Iron pour qu'il vienne soutenir Bugs dans sa tâche et on est reparti à trois. On ne cause pas beaucoup, on s'épie un peu. Ca va durer 7 km puis je décide de marcher dans une côte pour manger, ils partent devant. On descend ensuite sur Fenffe. Là je rattrape de nouveau un de mes prédécesseurs. Tiens c'est Raph ! Il est au plus mal. Une hypo dit-il. Le coup de la trace des Fées ? Je passe il s'accroche à 100m. Ca grimpe, et longtemps ! Jeffry a pris la poudre s'escampette. On l'aperçoit peu après le sommet, loin devant. Après une longue ligne droite sur asphalte (Ah oui, l'asphalte ! Je hais l'asphalte et aujourd'hui encore plus que d'habitude. Un signe (?), dans la descente suivante, Rapha revient sur moi, il est mieux. On arrive au gué, on ne se pose pas de questions, droit devant. Ca mouille, c'est froid et sur les jambes endolories, ce n'est pas, mais alors pas du tout, agréable.

On est presque à Chevetogne un … petit aller retour… interminable vers ce qui doit être une fantastique base de vie. Ca monte, je ne parviens pas à emboîter le pas de Rapha. J'en ai un peu marre. J'arrive au ravito, Jeffry est là, assis au milieu du jeu de quille à se changer tranquillement. Je prends une soupe, je cherche mon sac, je ne trouve pas mon sac ! m… je m'énerve et ouf, mimy et zaza sont là pour m'aider. Je change de pompe, de chaussettes, revaseline ou plutôt dans l'autre sens, vaseline, chaussettes puis pompes. Ca n'augure rien de bon. Quelques mots d'encouragement de Ptilou.



Rapha me dit qu'il faut partir, que Jeffry s'en va… Tant pis, j'ai le temps, je prends le temps et désormais je suis contraint de prendre mon temps car quand je ressors, je suis scotché au bitume. Même la descente est difficile. Dans la montée, je remange mais je sais que ça ne sert à rien. La panne, plus de carburant. Ca ne fait rien, il ne reste que… 60km. Alors, on oublie le chrono, on pense à autre chose. Tiens Cyrano, je l'avais oublié : quelques minutes de marche, de préférence dans les montées, alternée avec des périodes plus ou moins longues de course. Je mets 3h15 pour rallier le ravito du 123ème. Un peu avant celui-ci, je suis désespéré, je croise Oleg qui a compris puis Iron qui est venu à ma

rencontre puis Amélia, inquiète elle aussi, mais tous camouflent cette inquiétude dans des paroles de réconfort. Psychologues les lascars ! Puis je repense à Ptilou, à sa galère d'il y a trois semaines lorsqu'il a fait la ronde seul ou presque (Manu en VTT et moi sur quelques tronçons, 97 kil tout de même. Pas malin doc !) avec les pieds en feu et un moral d'enfer pour aller au bout. Ptilou, tu seras mon moteur. C'est pour toi que je ferai ces kilomètres. Et puis, positivons, ça me fera une expérience. On arrive enfin au 123ème. C'est maman qui tient le ravito avec Julie et le papa de DAC. Une petite soupe et une petite surprise, mon ami Luc est là en tenue de sport. Ca tombe bien. Celui-là aussi, un grand psychologue. On repart. On court ! Ouaiii… puis on marche ! ooooh. Moressée, on décompte, plus que trente km, à ce carrefour, plus que 25. Tiens, là on en a fait 2, donc plus que 23. Reste 5 pour le ravito. De la boue, chouette, on marche. Ca descend. Ravito 1km. De la visite, Glacé, Ma Loulou Amélia, le doc trailer. Le soleil. Un pont, une tente, une chaise !! Je m'assieds. Pas faim, pas soif. Ben alors, on repart. Pym est là aussi, impressionné. Lui qui veut faire du long, je ne me montre pas sous mon plus beau jour. Tiens, bonne surprise il ne reste que 15km. Moi qui connais le circuit par cœur, je me trompe sur le kilométrage !? Enfin, c'est toujours ça de pris !! Alors… à du 5 à l'heure, ça fait trois heure, à du 7,5, deux heures, à du 10, une heure trente à du 15… La fourchette est large mais je me situe plutôt sur le deuxième échelon. Tiens Raph est passé en tête avec trois minutes sur Jeffry et plus de deux heures sur moi. Quelle bête, celui-là. Il avait raison de me glisser à l'oreille dans la montée sur Chevetogne, alors qu'il sortait de sa fringale : « tu sais, c'est pas fini ». Impressionnant.

Petite digression : à ceux qui pensent que les coureurs de tête vivent des courses faciles, détrompez vous, j'ai décompté les kilomètres et juré sur l'asphalte même sur des courses où ça se passait mieux. L'herbe est toujours plus verte chez les autres. Aujourd'hui, j'agonise, les autres fois, je me contente de souffrir !!

Un boquet de ravel puis ça remonte puis de la route, pfffff et ce Luc qui m'exhorte à courir, si je l'envoyais paître là où l'herbe est plus verte… Non, il a raison, plus vite on avance, plus vite on arrive. Bientôt ce fameux bourbier après la ferme. Là, Luc n'aura pas d'alternative, je marcherai et je marche zut. Je m'appuie même un peu les mains sur les genoux. Je souffle, ça fait du bien. Ah oui, il a proposé de porter mon sac. Refus catégorique. Non mais ! Louis ne serait pas content ! Cette belle couverture de survie, ce beau sifflet, ce portable et ces gourdes que je trimballe depuis hier…



Allez à du 7,5, une heure depuis le dernier ravito, reste donc 7,5 !! Elémentaire mon cher… Biron approche, je cours de plus en plus souvent. Tiens, pressé ? Bientôt, quart de tour à gauche et la boucle est bouclée, le 577 est avalé, plus que la jonction. Encore des gens pour m'accueillir, les xhoffurlins sont là, Charles, Sylvie, Marc et les autres et ***mon petit Louis****, le mien, fier de son papa. Je cours et il …Marche à côté de moi !! Ca descend, on m'invective pour courir jusqu'au bois. J'y arriverai, j'y arrive.*

*Enfin, dernière montée, c'est une promenade, un jeu d'enfant car au bout, 500m avant la ligne, Nadine, Sylvie, Pierre, des autres, des gens que je connais, des gens que je ne connais pas, tout le monde applaudit, les enfants courent derrière moi, c'est le Mali, mes yeux s'embuent, j'y suis arrivé ! Je passe sous l'arche et fonds en larme dans les bras d'****Amélia****, Je t'aime, merci de me permettre de vivre des moments pareils. Une pensée pour Ptilou que je cherche du regard, il n'est pas là, dommage, Iron est là, Merci, Merci, Merci.*



La journée va encore être longue, les émotions vont se succéder au fil des arrivées célestes, On est bien, on nage dans le bonheur !!

OFF CABANE - 28/2+1/3-2015

LES ROCCOS AND CO.

Encore une belle histoire Céleste

Oufti... quel week end de ouffffffffff !
Bonne humeur, gentillesse, délire, grisé, hilare, joyeux, léger, quel bonheur de retrouver son âme de grand enfant...
Samedi soir, une petite escapade nocturne de +/- 12 km à partir de la cabane avec Campari en initiation lecture de cartes et Touareg en grand superviseur du 'petit' débutant... de la boue, de l'eau, des sentes, des buissons épineux... hihihi bibi lapin était de la partie... cf bibi lapin et le buisson épineux!!! Blagues, sourires, bonne humeur... Pour le coup, c'est certain, ça commence fort !





Rentrés à la cabane, la salle commune sert d'abord de salle de bain... heu enfin salle de bain... sans bain, sans douches, ... sans eau !! Disons... Salle de change pour être au sec ! Certains vont plus vite que d'autres et la salle commune devient vite une salle de café ! Glad et Campari joueront les rôles de chefs de bar ! La première fournée, bien au frais depuis le début de la balade, est vite déposée sur la table. Le choix ! Byzance... Mais c'est Nico qui va nous épater! Il nous sert une de ces bières, sortie de ...juste derrière les fagots!!! « La trappiste West Vletteren », l'une des 6 bières belges brassées par les moines trappistes dans l'enceinte de leur abbaye. Il paraît que cette bière se vend à prix d'or aux States. Humm... avec son petit goût sucré à l'arôme de miel pour contrer l'amertume... De quoi surprendre les plus connaisseurs de ce type de bières. Que dire de ces petits fromages de Jean Ro... j'adorrrrrrrrrrrrrrrrrre !! Ben oui, le fromage, c'est mon péché mignon.





Bon, ben, ce n'est pas tout... et voilà que cela continue… une nouvelle tournée, en veux-tu ? En voilà ! Et c'est maintenant que la salle du bar se décline en salle à manger et à Campari de mettre la main à la pâte... mais il a de l'expérience ce mec... précuire les pâtes à la maison pour juste les jeter dans l'eau bouillante! Chef, on a faim ! Action-réaction... Tiens, c'est comme ça qu'il fonctionne ce grand-là ? Miam miam... c'est bon cette bolo!! Qui a trouvé d'où vient ce petit goût particulier dans la sauce ? Qui ? C'est quoi ? Bingo : cannelle et Monsieur Top chef d'expliquer : la cannelle... quelle subtilité pour contrarier, sans la sucrer, l'amertume des tomates.



Glad et Campari veillent en maîtres des lieux sur la cabane, Glad est préposé au feu... Campari, à la cuisine. Mais que se passe-t-il ? Le sol est sale et notre top chef, balai en main, se mue en Cendrillon... et voilà comment Campari deviendra Cendrillon pour une longue nuit d'hiver...
Merci petit Jésus, j'ai bien mangé, j'ai bien bu...
Manger ? Oui ! Bu ? J'apprends vite qu'on n'en a jamais assez et re-belotte, tournée par ci, tournée par-là. En panne de bières ? Que nenni mais …

c'est sans compter sur le Rhum, le Whisky et... « le trou »...
Pas très fringante d'alcools forts, je décline l'offre ... et Touareg, un rien curieux, se verse un fond de verre. Je sens, je hume ... puis in fine, je pense à goûter. Waouw... Quelle douceur ce whisky!
Le verre à peine posé, la cabane se transforme en ouragan... Jean Ro, tapi dans le coin, lève les hostilités. Amar évite les premiers « lancers d'ô », destination Nico ... Becky ... Glad ... Campari. Bref tout le monde en prendra pour son grade et c'est la bataille... d'ô... et d « ô'tre » breuvages... après la bataille de glace et de neige lors de la balade.





Le temps passe, il est 2 h du mat, 3h...4h... la fatigue commence à attaquer Nico; Touareg tombe de sommeil, Becky commence à fermer l'œil.... et vous croyez que Bébé Antoine va passer avec le marchand de sable ? C'est sans compter sur Jean Ro qui se rend compte que la plupart des « cabaneurs » piquent du nez et... et ... récupère tous les moyens pour réveiller les esprits. Il ne faut que quelques minutes pour que tout ce petit monde, Amar y compris, se retrouve torse nu, groupirs devant le foyer, à tenter tant bien que mal, à faire sécher t-shirt et veste !
(hihihi, dans la boîte...Vite qu'on voie les souvenirs !!!)



Vers 4 h, l'équipe se décide à transformer la salle en dortoirs. Trois cabaneurs couchent sur les tables et les cinq autres au sol.... je croyais qu'on n'y arriverait jamais. Enfin, presque...! Que nenni, Jean Ro a décidé de mettre le foutoir et pour un foutoir ... c'en fut un. Tout le monde se retrouve pendant 20 minutes sans dessus dessous. Le sol est jonché de corps !!! Malheur à celui qui ose se redresser! Amar l'a compris, lui !!! Enfin, extinction des lumières... on n'entend plus que ... les ronflements... et ceux qui s'énervent dessus.

Et dimanche, 7h debout !!! Petit-déj pris à la salle au départ de la marche. Glad est chez lui, il connait tout le monde... et Jean Ro ... pareil ! Après une demi-heure, nous sommes sur la trace de la balade. 27 bornes, beau parcours... miracle... pas une goutte de pluie !

Retour cabane, opération mise au sec, un p'tit houblon, un potage et remise au calme... il ne faudra pas longtemps pour tout ranger et embarquer dans les teufs.

Un tout grand merci aux anciens de la cabane, Glad, Touareg, Campari, Jean Ro, Nico pour m'avoir si gentiment accueilli dans leur 'repère'
Merci, Becky et Amar, pour avoir partagé ces moments de délire.
Merci, Touareg pour la découverte de ces espèces de sentes et de buissons épineux..
Merci, Campari, je sais enfin qui est 'Cendrillon' humm... elle était bonne la bolo.
Et Glad, tu dis merci à Malou pour le délicieux minestrone.
Bises à tous et à de prochaines aventures délirantes...
Après un round d'observation assez cool... la suite fut toooorride.
Une bande de grands enfants qui savent encore ce que veut dire jouer, se faire plaisir, rire, être et profiter dans l' 'ici et maintenant'.
Quel bonheur d'avoir partagé tout cela avec vous tous.



Domi.



LA MINUTE PHILIOT'SOPHE

À celles qui font tourner le monde…

Dans quelques jours, la journée de la femme. Curieux, ces « journées de », journées de toutes les minorités et les luttes oubliées, dont on se souvient une fois par an. Une cause perdue, la femme ?

Curieuses aussi, certaines formes de féminisme contemporaines, dont les revendications tournent à vide ou dont les combats ont vite viré à la caricature et à la démonstration hystérique. Paradoxalement, c'est toujours l'image de la femme bafouée, opprimée, la femme-victime que l'on renforce.

Mais le vrai féminisme est-il là où il s'affiche le plus ?

Lorsque je traversais les Alpes, dans un moment où je me sentais vulnérable, j'ai écrit ces mots dans un petit cahier de notes : « je songe que c'est la quatrième fois qu'une femme prend, à sa façon, soin de moi. On dirait que je ne peux le faire moi-même, qu'elles le sentent instinctivement, et qu'elles s'en chargent. Hommage à toutes ces femmes qui m'ont soutenue, protégée. À ces femmes, qui sont les piliers du monde »…

Hommage à toutes les femmes qui mettent leurs baskets et n'ont pas peur d'aller librement sillonner les sentiers, mais hommage aussi à toutes celles qui ne courent pas et qui attendent, au bord des chemins, que leur homme passe, pour une minute de douceur. Hommage aux femmes qui luttent et se battent, empoignent le réel, mais aussi à celles qui ouvrent leurs mains, qui donnent, qui aident et qui aiment.

Je pense aussi à ces mères, toutes les mères, qui dès le commencement laissent leur enfant s'en aller de leur corps à elles, plus tard le regardent partir sur les chemins de l'école, puis sur ceux de la grande vie, parfois vers des terres étrangères, ou même celles de la mort. Ces mères qui n'en n'ont jamais fini d'apprendre la leçon la plus difficile de la vie, dire au revoir.

Le monde, c'est une histoire de mères et de filles, de filles devenant mères et de mères redevenant petites filles, comme dans ces romans d'Isabel Allende où rien ne peut venir à bout de ces femmes lorsqu'elles se dressent ensemble, ni dictature ni torture ni tornade, lorsqu'elles se transmettent, comme une infime flamme, l'écriture, la mémoire, la vie, cette éternelle et belle histoire du monde, toute de sang, de douleur et d'amour mêlés.

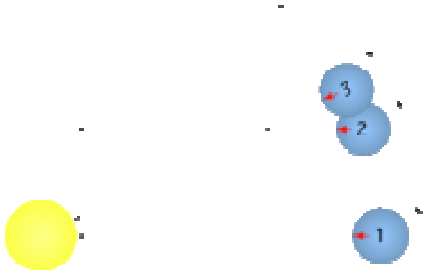
Ces femmes qui, dans le silence, font tourner le monde…

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pourquoi, en janvier, les jours s'allongent-t-il plus le soir que le matin ?

Noël est passé, les jours commencent à rallonger, ce sera bientôt le printemps. Si vous êtes un peu observateur, vous avez sans doute remarqué, qu'en janvier, c'est surtout le soir que le jour s'allonge. Alors quoi, juste une impression ? La question m'a longtemps intrigué. Mais un coup d'œil sur un calendrier, sur un GPS ou n'importe quel site internet de météo confirme cette impression. C'est bien au solstice d'hiver, le 21 décembre, que la durée du jour est la plus courte. Seulement 7h58 dans la capitale céleste. Mais il faut attendre le 31 décembre pour voir le lever du soleil le plus tardif, à 8h38, alors que le soleil s'est couché au plus tôt le 12 décembre, vers 16h32, et que les jours allongent déjà le soir depuis lors.

Question en passant : en 2015 combien de tours la terre fera-t-elle sur elle-même ? Facile, direz-vous : 365 ! Ou mieux 365 et ¼ pour les plus précis. Raté. Petit coup d'œil sur le schéma à droite. Pour faire un tour sur elle-même, la terre prend 23h56. Dans ce laps de temps, on retrouve une étoile lointaine exactement dans la même direction que la veille. Mais dans ce même temps, la terre a tourné un peu autour du soleil. Sur le schéma, elle est passée de 1 à 2. Pour revoir le soleil dans la même direction, il faut un chouia en plus et on passe de 2 à 3 sur le schéma. Ce chouia dure environ 4 minutes et on arrive enfin à 24 heures par jour. Avec tous ces 365 chouias, au bout de l'année, on a fait un tour en plus. La bonne réponse était donc 366. Et ce sera 367 en 2016.



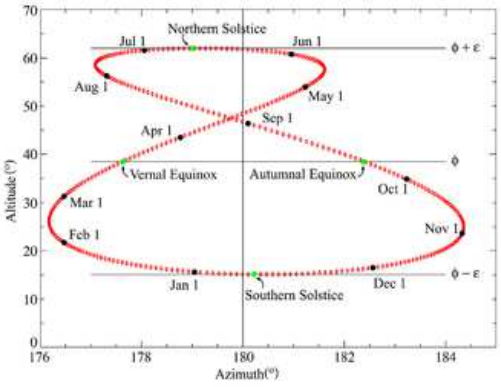
Pour avoir osé publier ici un écrit prétendant que la terre tourne autour du soleil, on aurait brulé Chapi il n'y a pas si longtemps. Si certains en rêvent encore, il faudra trouver une autre raison. Mais la terre ne tourne pas rond. En effet depuis Kepler au XVII ème siècle, on sait non seulement que la terre tourne autour du soleil, mais aussi que son orbite est elliptique. Et là, les choses se compliquent un peu. Parce qu'à cause de cela, la vitesse de la terre varie sur son orbite. Sa vitesse est de 109.033 km/h au périhélie, c'est-à-dire quand la terre est la plus proche du soleil, vers le 3 janvier. Sa vitesse est « seulement » de 105.448 km/h à l'aphélie six mois plus tard, quand la terre est au plus loin du soleil. Et quand la terre tourne plus vite autour du soleil, le chouia est plus long. Ben oui, si on va plus vite, la distance entre 1 et 2 est plus grande et il faut aussi tourner un peu plus pour passer de 2 à 3. Donc, quand la terre fonce, en janvier, il faut un peu plus de 24 heures pour revoir le soleil exactement dans la même direction. 24 heures, c'est la durée moyenne du jour moyenne sur l'année. Tous les jours ont une durée différente si on se base sur la position du soleil.



Si vous êtes sceptique, et assez doué pour la photo, faites donc comme Anthony Ayiomamitis qui a pris des photos du soleil plusieurs jours de l'année, toujours exactement au même endroit et exactement à la même heure. Ici à Athènes en 2003, à 9 heures du matin, en direction de l'Est bien entendu. La figure se nomme Analemme. Au cours de l'année, la position du soleil à une heure donnée parcours ce grand huit. De droite à gauche (vers l'Est donc) en hiver au bas de la figure. On voit bien qu'en janvier, de jour en jour à une même heure, le soleil semble se déplacer vers l'Est (la gauche). Et pour que le soleil qui va vers l'Ouest (la droite) dans son mouvement pendant la journée revienne dans la même direction que la veille, il faut un peu plus que 24 heures.

Au lever du soleil, toujours en janvier, c'est la même chose. Ce qu'on gagne parce que les jours allongent, on le perd en grande partie le matin. Et le soir c'est le contraire. On gagne un peu parce que le jour rallonge, et encore un peu parce qu'il faut un peu plus de 24 heures pour que le soleil revienne dans la même direction.

Si on n'aime pas la photo, on peut aussi relever la position du soleil dans le ciel chaque jour à midi. On obtient alors un graphe comme celui-ci-contre, relevé à Greenwich en 2006. On obtiendrait à peu près la même figure chez nous puisqu'on est sensiblement à la même latitude. On retrouve aussi cette figure sur certains cadrans solaires.



Revenons dans la capitale pour voir ce que cela donne. Durant le mois de janvier, la durée du jour allonge de 1h08. Sans décalage, on gagnerait donc 34 minutes le matin et la même chose le soir. Mais, sur ce mois de janvier, comme la terre tourne plus vite autour du soleil et que donc les chouias sont un peu longs, le soleil retarde d'environ 10 minutes, au total sur le mois. 10 minutes de retard par rapport à nos montres qui comptent invariablement 24 heures par jour sans fantaisie. Résultat, on gagne seulement 24 minutes de jour le matin, mais 44 minutes le soir. Toujours par rapport à nos montres bien sûr. Si nous vivions à l'heure solaire vraie, il n'y aurait pas de décalage, mais les jours dureraient plus de 24 heures en janvier.

En réalité, mon explication ci-dessus est un peu simpliste et ne suffit pas à elle seule à expliquer la figure en forme de huit. La situation réelle est plus complexe. Car si la durée du jour varie au cours de l'année et qu'il y a des saisons, c'est parce que l'axe de la terre (Pôle Nord – Pôle Sud) est incliné par rapport au plan de l'orbite terrestre. C'est la combinaison des 2 phénomènes, inclinaison et orbite elliptique, qui explique l'allure en huit de l'analemme. Mais je ne vais pas vous embêter ici avec des équations compliquées. Si vous voulez en savoir plus, consultez par exemple Wikipedia, articles « Jour Stellaire », « Equation du temps », ...

Parole de Merca

LES RÊVASSERIES DU HOGON



FERNAND MARÉCHAL ALIAS « LE HOGON » EST NOTRE JEAN-LUC FONCK À NOUS. BIEN QU'IL SOIT À « LA TÊTE » DE L'ASBL SOLIDARITÉ DOGON, CELA NE L'EMPÊCHE PAS DE RÊVASSER À UN MONDE MEILLEUR ET DE SORTIR SA PLUS BELLE PLUME POUR L'EXPRIMER. UN VRAI PHÉNOMÈNE !

La course à pied peut-elle rendre fou ? Une de ces dernières nuits, je me suis posé la question. Dans un rêve, ou une aventure en semi-éveil, je n'en finissais pas de tailler mon chemin dans une jungle d'arbres et de ronces. Problème : il fallait ramener tout ce qu'on coupait à l'arrivée car, en l'occurrence, nous étions en plein trail. Je vous passe les détails…sinon que tout manquement à cette règle entraînait, dans votre boulot, soit des retraits de salaire soit une mise à pied.

Un coup de tonnerre annonciateur des giboulées de mars me tira de ce mauvais pas. Epuisé, en nage et plutôt inquiet. Est-ce que deux verres de Brunello sur un bon spaghetti ou quelques célestes accompagnées d'un chips paprika sont synonymes d'excès pour un prochain septuagénaire ? Halte là ! Et me vint, sur la rive du rêve, quelques pensées pour le moins narcissiques.

Oui, d'accord, les cartilages se font la malle. Mais il nous reste de belles images. Et des performances qu'on n'a pas oubliées : 17'21'' aux 5000, 36'12'' aux 10.000, 16 kilomètres dans l'heure, 2 h 47' au marathon, 8h12 aux 100 kilomètres, 172 kilomètres en 24 Heures, 333 kilomètres en 84 heures,…

Le jour pointe son nez à la fenêtre. Une lumière pâle sur un bilan délavé. Halte là ! Retour aux réalités. Y a jamais de raison de ne pas être fier de ses actes mais faut avouer que tous ces chronos ne m'auraient même pas permis de briller aux Jeux des Prairies de Julemont. Juste de quoi bomber le torse devant quelques gastronomes déprimés.

Me voici donc aux soins palliatifs du coureur de fond. Un peu gêné, je tire la couette vers le haut, histoire de retourner au noir du désespoir. Allez, je rigole…Encore un brin de sommeil avant d'enfiler les godasses. Comme un sursis de miel avant la course dans les sentiers en devers.

Cette fois, plus besoin des aiguilles qui trottent dans la tête. Une heure qui résonne au clocher du Val Dieu suffit à baliser le temps. Une caresse du soleil et le chant d'un l'oiseau ont balayé les élucubrations de la nuit. La lenteur est de mise. La jouissance aussi. Par-dessus les brumes, la tête flotte quand le corps se pose sans gêne sur les bâtons chéris. Juste un éclair…du 12 à l'heure hier, à peine plus de la moitié aujourd'hui. Faut juste reconnaître qu'on n'a pas choisi d'aller moins vite. Mais aussi savoir profiter de ce bonheur agrandi.

Ils diront que c'est la sagesse. Je dirais simplement que ce n'est pas plus mal ainsi. Juste qu'il aurait peut-être fallu y penser plus tôt. Et faire en sorte qu'il en soit ainsi toute sa vie. Voilà que nous est en effet offert de combattre le mal d'aujourd'hui. Celui d'aller toujours plus vite sans s'arrêter au carrefour des petits bonheurs et de griller sans cesse les feux des émotions partagées.

Au bord des routes, quelques illuminés y croient pourtant encore. Même qu'ils ont placé de grands panneaux sur lesquels ils ont écrit : « Mieux vaut arriver en retard que mourir à l'avance ». Pour un coureur à pied, certes, pas besoin d'interdit. Courrons à notre rythme en n'ayant jamais à craindre de saupoudrer nos pas du sel du plaisir.

En amour, sans craindre d'être trivial, chacun reconnaitra que plus c'est long…plus c'est bon. En course à pied, dès lors, évitons aussi l'éjaculation précoce !

UNE CÉLESTE DÉCOUVERTE

LORS DE CHAQUE NUMÉRO, NOUS NOUS INTÉRESSERONS DE PRÈS À UN(E) COUREUR(SE) CÉLESTE.

20 QUESTIONS POUR TOUT SAVOIR.

PLACE À : **MABIA**



1. **TON IDENTITÉ ?**
   Mabia... un diminutif de macrale… ma sorcière bien aimée, macrale bien aimée... enfin un truc du style...
   Pseudo imaginé à l'époque (si j'ai bonne mémoire) par un ami que j'avais surnommé PDG suite à un séjour en Suisse assez arrosé… (Le G de Genepi… les 2 premières lettres restant inchangées… si vous le reconnaissez, demandez lui ☺...)
   Baptême lors du tour de Célestie… dans les bois en remontant vers le signal de Botrange… un grand moment…

2. **COMMENT ES-TU ARRIVÉ À LA COURSE À PIED ?**
   Athlétisme à gogo depuis mon plus jeune âge et jusqu'à saturation → Saturation des chronos, de la course à pied, de la pression, du stress, de la compétition, de faire des croix sur tout pour performer etc etc
   Activité physique réduite à zéro … puis quelques dimanches matin avec le team Nelles, les bois, la Fagne, les bières spéciales... un mini trail à gauche, un trail à droite... puis très vite… les Pierres du diable, Les Lucioles, Oso, CCC, Ptilou, la ligne 69, leTour de Celestie, Ethiopie, Mali, la Ptl, Andorre…
   La Célestie, quand on y a gouté, on a une seule envie… y retourner…

3. **TON MEILLEUR MOMENT « CÉLESTE » ?**
   Euuuh… et bien, la PTL... ☺ pour moi, ce fut une première longue expérience en équipe et au final 2 amies qui sont devenues des sœurs... D'ailleurs vous connaissez l'histoire du refuge d'Anterne ☺ ?
   Et puis peut être le jour ou P'tilou est devenu le parrain de ma fille...
   Sans oublier Pdm et Marsu et leurs familles cet été Place de l'amitié...

4. **QUE FAIS-TU LORSQUE TU NE COURS PAS ?**
   Je n'ai pas pour l'instant l'occasion de pratiquer d'autres sports car une petite Celestinette de 4 ans et demi à plein temps dans les pattes, ça prend du temps...

5. TON ÉQUIPEMENT PRÉFÉRÉ ?

Peu importe l'équipement … il me suffit d'avoir 1 ou 2 Célestes ou Celestinettes autour de moi pour que tout baigne dans le meilleur des mondes ☺

6. LA CÉLESTE ATTITUDE, C'EST QUOI ?

Un partage de valeurs identiques
Une amitié sans limite...
Un petit grain de folie...

7. DES PROJETS ?

La traversée Chamonix- Briancon avec Anneke et Princesse, départ le 18/07… Vivement !

8. TA SEMAINE, ELLE RESSEMBLE À QUOI ?

Je bosse, je mange, je dors, je m'occupe de ma fille (beaucoup), je cours (mais pas trop), je prends l'apéro (beaucoup trop), je bricole/chipote chez moi, je passe du temps avec ma famille et mes amis...

9. TA COURSE DE RÊVE ?

Un peu dans le genre de celle de la Pentecôte...des Célestes « dans tous les coins mais en un peu plus long », à la montagne, avec du soleil et une après course telle que celles qu'on connait !

10. TU PENSES À QUOI QUAND TU ES EN PLEINE SOUFFRANCE ?

… A ceux qui n'ont pas la chance de pouvoir faire tout ce qu'on fait ni de connaitre tout cela.
… A la bonne Céleste et à tous ces moments de fraternité qui m'attendent à l'arrivée.

11. TU VIENS D'OÙ ?

Rue du coin du bois… en plein milieu des Fagnes ☺
Le bout du monde, comme dirait la grosse ☺

12. TU MANGES QUOI ?

Un peu de tout... +/- équilibré la semaine. Le week-end, ça part en vrille...
J'essaie de prendre de bonnes résolutions… Mais je n'y arrive pas !

13. TES HOBBYS PRÉFÉRÉS ?

Je commence la guitare... mais il va falloir d'abord que j'apprenne la patience.
Aménager et chipoter dans ma maison fraichement construite.
Les apéros à rallonge avec ma famille et mes amis.
M'émerveiller devant ma fille.
Un bon resto avec mon amoureux…

14. TU VOUDRAIS VIVRE OÙ ?

Chez moi… avec peut-être un peu plus de soleil en été et encore plus de neige en hiver...
…Mais surtout pas trop loin de ceux que j'aime

15. PLUTÔT MONTAGE OU MER ?

Montagne montagne montagne...
J'aime bien la mer, mais la montagne… c'est la montagne…

16. UNE DEVISE OU CITATION PRÉFÉRÉE ?

On est bien !
Et sinon j'adore la citation de Brel…enfin de Ti Punch « je vous souhaites… »

17. 5 TRUCS QUE TU AIMES ?

- Ma famille et mes amis
- Le soleil
- Les moments de partage et de complicité
- Les gens passionnés
- Les nouvelles rencontres

18. 5 TRUCS QUE TU N'AIMES PAS ?

- L'injustice
- Les non-dits et les mensonges
- Voir les gens que j'aime souffrir
- Les jugements
- Le négativisme

19. UN DISQUE, UN LIVRE, UN FILM ?

Pas trop TV quoique j'aime bien de temps en temps me faire un gros navet pour décompresser… ☺
Un livre? Le dernier, "Là où elles naissent..." j'ai apprécié
Un disque? Ozark Henry, Jean-Louis Aubert, Dire strait, U2, Thomas Sfersen… un peu de tout en fait… suivant l'instant et l'humeur du moment...

20. UN TRUC QUE TU VOUDRAIS DIRE ?

Je vous aimes !
Merci pour tout ce que vous m'apportez!



PROCHAIN NUMÉRO

MAI 2015

Editeurs responsables : P'tilou et Chapi