

DIS-MOI DIX MOTS

« Dis-moi dix mots année Olympique » **Textes des membres de VISA 2000-édition 2024**

Participation d'un cercle amical région
alésienne, du club Richelieu Nîmes Camargue Cévennes
et de Visa 2000



Mots imposés, figurants en totalité dans chacun des textes
présentés :

**adrénaline ; aller aux oranges ;
champion ; collectif ; échappée ;
faux-départ ; hors-jeu ; prouesse ;
mental ; s'encorder .**

Table des matières

« 2024, année olympique ! » le règlement :	3
MARIE-THERESE LE PABIC : LE LION DU GOLFE (classé 10 ^{ème} /63 au Palmarès)	4
MYRIAM PAUMEL : Corps à Corps (classé 5 ^{ème} /63 au Palmarès).....	6
BEATRICE LAMPERT : Bucolique.....	8
BEATRICE LAMPERT : Épure.....	8
BEATRICE LAMPERT : Pensée pour Charles Cros	8
BEATRICE LAMPERT : Mi Cros mi Scrabble	9
BEATRICE LAMPERT 19 : Olympisme.....	9
NICOLE MENDEZ : Angoisse nocturne	9
CORINE NOTELTEERS : Pauvre ÉRATO (Muse de la poésie légère) (classé 2 ^{ème} /63 au Palmarès)	10
JEAN ROUSTANT : Le vent d'un nouveau monde	11
ANNICK SEGARD : L'envol (classé 3 ^{ème} /63 au Palmarès).....	12
ANNICK SEGARD : Petite	15
LIONEL VEYRIER : Jamais en retard... ..	15
JEAN-CLAUDE GAILLARD : Le footeux.....	16
MARIE-MARTINE VEYRIER : Course champêtre	17
SYLVIE MONTFORT : Souvenirs (fictifs) de l'été 1990(classé 13 ^{ème} /63 au Palmares)	17
CLAUDE GIRARD : Ancien temps.....	20
CLAUDE GIRARD: Concert.....	22
CLAUDE GIRARD : Divagations	23
MARIE-FRANCOISE SALEIL : Un moment d'anthologie.....	24
JEAN-CLAUDE SALHEN : Une ascension périlleuse	25
JEANINE REBOUL : Dur, dur le sport !.....	27
MARTINE BARBUT : Jacquotte et Léon aux jeux.....	28

« 2024, année olympique ! » le règlement :

Dis-moi dix mots a choisi d'entrer dans la course ! Le dispositif ambitionne de faire rayonner la langue française, la Francophonie autour des valeurs du sport et de l'olympisme. Dix mots comme dix défis pour se dépasser, jouer collectif, accepter les règles, apprendre à se respecter et respecter ses partenaires comme ses adversaires.

44 personnes dont **16 adhérents de l'association VISA 2000 ont relevé le défi lancé par le ministère de la Culture en participant à « Dis-moi dix mots sur le podium ! » Ils ont proposé 23 des 63 textes reçus pour ce challenge**

« Dis-moi dix mots » est une opération nationale de sensibilisation à la langue française proposée par le ministère de la Culture.

Cette suggestion du ministère de la Culture, est déclinée localement pour la huitième fois déjà sous l'impulsion du Club Richelieu Nîmes Camargue Cévennes., et des « amis du bassin alésien », ainsi que de VISA 2000 association multisports de séniors.

Cette nouvelle édition invite à s'inspirer de mots qui vous permettront de monter sur le podium !

Dix mots imposés sélectionnés par le ministère de la Culture :

adrénaline ; aller aux oranges ; champion ; collectif ; échappée ; faux-départ ; hors-jeu ; prouesse ; mental ; s'encorder .

Que fallait-il faire ?

Un, ou encore mieux plusieurs textes, contenant chacun la totalité des dix mots. Aucun style, aucune forme n'est imposée, une expression totalement libre dans la limite de 8000 caractères (soit 2 pages A4). Les mots peuvent être accordés et les verbes conjugués.

Les scripteurs deviennent toutes et tous le jury :

Les textes reçus par le Président de VISA 2000 sont anonymisés et ne comportent alors qu'un simple numéro.

Le président renvoie l'ensemble des textes reçus à tous les scripteurs simplement numérotés.

Chaque scripteur retient les cinq textes pour lesquels il a eu le plus de plaisir lors de leur lecture. Ils classent alors ces cinq textes en les notant de 1 à 5 : 5 étant le meilleur texte retenu, 4 pour le second et ainsi de suite jusqu'à 1 pour le cinquième.

Après que chacun a renvoyé sa notation par retour de courriel, le Classement des textes est effectué et le PALMARES 2024 est alors proclamé lors d'un « déjeuner littéraire » autour de ces dix mots...

Une expérience sympathique, qui permet sans apprêt chez tout un chacun de mettre en exergue les talents de sa plume enchantée pour nous faire rêver autour des nouveaux mots imposés par le ministère de la culture et qui cette année ont permis à certains membres de VISA de monter sur le podium !

Lionel VEYRIER

TEXTES DES ADHERENTS DE VISA 2000

MARIE-THERESE LE PABIC : LE LION DU GOLFE (classé 10^{ème}/63 au Palmarès)

Oyez, oyez, grands et petits, venez écouter la véridique, l'unique, la véritable légende du golfe d'ulion.

Elle débute de l'autre côté de la Méditerranée, en Afrique, il y a de cela fort longtemps.

Par un bel après-midi, un lion au pelage d'un roux étincelant, marchait lentement, écrasé par la canicule qui sévissait alors. Il avançait sans prendre garde à ce qui bruissait, besognait, sautillait, voletait autour de lui. C'est ainsi qu'il posa malencontreusement sa grosse patte velue sur la petite hutte construite avec amour et application par un petit grillon chanteur et la réduisit en bouillie. Ce dernier, courroucé, dérangé dans sa sieste, sentit monter en lui un flot d'adrénaline qui lui donna aussitôt un mental de champion toute catégorie ; à grands cris, il interpella le fauve impassible :

« Et toi là, monstre poilu, tu viens d'écraser mon gîte. Cette conduite indigne d'un animal civilisé est scandaleuse et même carrément border- line. Tu devras m'en rendre compte.

- Que dis-tu, vermine ? susurra le lion somnolent ; comment peux-tu oser m'adresser la parole en termes si discourtois ?

- Oui, oui, j'ose et je te donne rendez-vous dès demain à potron-minet pour régler cette petite affaire.

- Ah, ah, ah les Petits osent maintenant défier les Grands de ce monde !

Tu pourras toujours aller aux oranges, pauvre innocent. »

Dans la clairière, ce matin-là, on vit arriver un curieux collectif : le lion majestueux, la crinière coiffée avec soin, entouré d'une hyène soyeuse et d'un fennec étincelant de blancheur immaculée. Tous trois, tête haute, l'air hautain, le regard méprisant, l'allure altière. Face à eux, notre grillon, apparemment seul se chauffait la voix en slamant, marquant le rythme de ses pattes :

« Moi, le grillon, je suis champion
Tout petit mais sifort !
Grâce à mes

amis,

Je triomphe de mes ennemis. »

- Ridicule, vraiment ricana le lion. Tes amis,

voyons où sont-ils ? Voici les miens. Je te présente... »

S'étant approchée pour saluer à l'annonce de son nom, madame hyène, on ne sait pourquoi, se met à sauter sur une patte, puis sur l'autre, devant, derrière, sur le côté, tente d'exécuter un semblant de salto arrière, peu réussi il faut l'avouer, et finit par tourner les talons en une échappée spectaculaire !

« Regarder à ses

pieds

Les petits êtres familiers

Est aussi à privilégier, yéé » entonne aussitôt le grillon, continuant ses vocalises.

En se penchant très bas, le lion

découvre alors un nid de fourmis rouges en grande activité.

Se déplaçant prudemment, le roi de la jungle se tourne vers compère renard qui, après avoir salué d'un grand geste, brusquement, sans raison apparente entame une danse endiablée, virevoltant, tel un derviche tourneur tout en battant des pattes, des oreilles, de la queue au rythme d'un bzz,bzz assourdissant. Pas de faux départ, il bondit et pique un sprint digne d'un champion olympique. Mais, lui aussi est hors-jeu maintenant...

« Observer les cieux

De tous sesyeux

Est aussi fabuleuxyeye » clame le grillon en sautillant sur place.

Messire lion n'allait pas se laisser abattre pour si peu. Il s'apprête à répondre par un rugissement à faire trembler la savane tout entière mais lui aussi est pris d'un égarement subi, égratignant sauvagement son pelage, se mordant férocement, courant se frotter contre le baobab qui n'avait rien demandé, tout ceci de façon très désordonnée et peu gracieuse. Sans la moindre explication, il réalise une véritable prouesse de démarrage spontané ,sous les yeux du grillon impassible qui continue sarépétition :

« « Même les invisibles

Peuvent être terribles

Qu'on se le

dise ! yi,yi »

Mordu jusqu'au sang par les puces, maître lion fait une échappée solitaire pour aller se rouler loin dans le sable brûlant du désert et courir se jeter ensuite dans la mer crachant une montagne d'écume. Les puces, ravies de ce bain vivifiant l'abandonnent en faisant la planche pour rentrer. Ayant oublié de s'encorder par prudence, il ne restait au lion qu'à finir sa

traversée. Épuisé, il atteint les rivages de la Camargue et s'endort dans les roseaux qui la bordent. Des enfants qui jouaient par là le découvrent, et ne connaissant pas ce type d'animal le trouvent très beau et lui offrent du pain, du chocolat et même des chamallows qui se collent aux dents acérées de notre lion affamé, créant ainsi un dentier protecteur et inamovible. Aussi, changeant de régime, il se tourne vers une nourriture plus élaborée : pizzas aux trois fromages, pain bagnat et même pélarçons nappés de miel. Végétarien désormais, il oublie d'être féroce et devient un lion zen. Il vécut ainsi de nombreuses années en bonne entente avec les habitants locaux qui, à sa mort décidèrent de donner le nom de « golfe du lion » à ce petit coin d'Occitanie.

MYRIAM PAUMEL : Corps à Corps(classé 5^{ème}/63 au Palmarès)

Ils espéraient ce moment depuis bien longtemps. Cette attente avait exacerbé leur désir et ils ne pensaient plus qu'à cela, et rien d'autre.

Ils s'y étaient préparés, chacun de son côté, encore et encore. Ils avaient étudié leur anatomie, apprêté leur peau en l'enduisant de crème et massé chaque muscle, chaque recoin, chaque partie d'eux-mêmes.

De fait, ils étaient prêts aussi bien dans leur tête que mentalement. Il ne manquait que le contact de leurs corps qui devait les conduire à l'extase et pas question que l'un d'eux échappe à cette confrontation hors du commun.

Ils s'étaient connus sur un site spécialisé et depuis ce jour, chaque fois qu'ils pensaient à leur projet, ils sentaient cette adrénaline qui les poussait irrésistiblement l'un vers l'autre, à la découverte d'une passion commune.

Ils ne s'étaient rien promis, mais ils savaient que lorsque le grand jour arriverait, ils entreraient en fusion. C'était ainsi et rien ni personne ne pourrait changer cette merveilleuse sensation. Ils devaient réussir la prouesse pour laquelle ils s'entraînaient depuis la nuit des temps, enfin...c'est ce qu'ils ressentaient.

Enfin, le prestigieux concours de tango argentin fut annoncé pour la fin du mois de mars. Ainsi il leur restait deux mois pour mettre en commun leur apprentissage individuel. C'était donc le début de cette grande aventure et cela les rendait impatients et heureux.

L'heure de la rencontre avait sonné et ils allaient concrétiser leur union au travers de cette danse qu'ils vénéraient tous les deux. Enfin ils allaient mettre en commun toutes leurs émotions, leurs savoirs, leur volonté, tous les pas, les

figures et tous les gestes, qu'ils avaient appris séparément.

Dans le laps de temps qui leur était imparti, ils se virent tous les jours pendant plusieurs heures et purent ainsi finaliser la chorégraphie qui serait présentée lors de cette épreuve tant attendue. Ils pensaient réaliser leur rêve, quelle qu'en soit l'issue.

Le jour J, comme le voulait les règles du tango, il avait mis son plus beau costume noir, ainsi que son gilet argentin rouge. Quant à elle, elle portait des talons hauts, une longue jupe fendue, ainsi qu'un bustier orange foncé, dévoilant son dos bronzé. Elle portait également une fleur rouge dans ses cheveux ramenés en chignon.

Quand vint leur tour, main dans la main, ils entrèrent sur la piste. Lui se tenait bien droit, la tête haute, le menton en avant. Elle se rapprocha de lui. Elle était très belle dans sa tenue argentine avec son visage serein et lumineux et il ne put que l'admirer.

L'attrapant par la taille, il avança le buste, puis le genou et enfin le pied. Ils étaient prêts malgré une certaine anxiété, craignant un faux départ qui les mettrait immédiatement hors-jeu.

La musique fut lancée et très vite, imprégnés par le rythme du tango, ils évoluèrent enlacés, elle complètement soumise aux mouvements qu'il lui suggérait par la position de ses pieds et de tout son corps. Tous leurs sens semblaient en éveil avec une belle sensualité. Leur harmonie était telle qu'ils ne faisaient plus qu'un, comme s'ils s'étaient encordés. C'est ainsi qu'ignorant le regard des autres, ils virevoltèrent avec une aisance et une grâce envoutante, ancrés dans les pas l'un de l'autre.

Les figures s'enchaînaient, « abrazo, adelante, adorno », souvent improvisées, mais tellement souples, presque félines, toujours parfaites....

Tous les spectateurs retinrent leur souffle. La magie du tango opérait sur toutes les personnes présentes dans la salle. La beauté de cette danse s'infiltrait partout et plus rien ne comptait que ce ballet majestueux. Ils avaient réussi à transcender tout sur leur passage.

La musique s'arrêta. Il était temps de prendre une pause au cours de laquelle, chacun pourrait aller aux oranges pour reprendre son souffle et ses esprits mais également pour se désaltérer et se ressourcer.

Il y avait une vingtaine de tandems concurrents et le jury, un collectif de professionnels de la danse, se tenait à l'écart, attentif et concentré pour noter chaque couple, chaque figure, chaque pas, mais aussi la fluidité des mouvements ainsi que la précision des gestes.

En fin d'après-midi, les résultats devaient être annoncés, mais déjà, les

pronostics allaient bon train. C'était à qui donnerait le nom des champions, tâche extrêmement difficile, compte tenu de la qualité et de la virtuosité de l'ensemble des participants.

Finalement, le micro grésilla et le nom des vainqueurs fut annoncé dans un déferlement de cris de joies, mais aussi de déceptions.

Pourtant, le bonheur s'insinuait partout, car seul le plaisir de la danse était à l'honneur ce jour-là. Aussi, on sentit dans toute la salle une grande émotion liée à la musique, l'amour, la joie, mais aussi la mélancolie et parfois la peur de la violence des sentiments.

BEATRICE LAMPERT : Bucolique

La prouesse c'est aussi d'aller aux oranges
Qui se sont échappée après un faux-départ
Et un coup d'adrénaline par peur de hors-jeu
L'esprit dans le collectif forme des champions
Sans pour autant s'encorder dans le mental

BEATRICE LAMPERT : Épure

Adrénaline ta prouesse me ravie
Ton mental me donne une échappée.
Pour aller aux oranges aussi
Tu es la championne des faux-départ
Toujours hors-jeu dans collectif
S'encorder est pour toi négatif

BEATRICE LAMPERT : Pensée pour Charles Cros

Il y eu ce jour-là, Un <u>faux-départ</u>	seul, seul, seul
Sans savoir elle s'est <u>échappée</u> d'un pas	lourd, lourd, lourd,
Mon <u>mental</u> me dit avoues lui tout	nu, nu, nu,
Ne pas <u>s'encorder</u> dans des mots vides	gros, gros, gros,
Se dire en pensée par la <u>prouesse</u>	vive, vive, vive,
Qu'aidée par son <u>adrénaline</u>	forte, forte, forte,
Elle deviendra ma <u>championne</u> du monde	grande, grande, grande
Aidée par son vif et grand <u>collectif</u>	toujours, toujours, toujours
Malgré elle évitera le <u>hors-jeu</u>	grave, grave, grave
Nous descendrons pour <u>aller aux oranges</u>	qui tombes, qui tombes, qui
tombes	

BEATRICE LAMPERT : Mi Cros mi Scrabble

Un <u>faux-départ</u> part, part,	(6 points x 2)
C'est <u>échappée</u> pé, pé,	(5 points x 2)
Par la <u>prouesse</u> esse, esse,	(4 points x 2)
D' <u>adrénaline</u> line, line,	(4 points x 2)
C'est la <u>championne</u> nonne, nonne,	(5 points x 2)
Du <u>collectif</u> tif, tif,	(6 points x 2)
Et du <u>hors-jeu</u> JE, JE,	(9 points x 2)
Et au <u>mental</u> fort, fort	(4 points x 2)
Puis s' <u>encorder</u> et quoi, quoi	(8 points x 2)
<u>Aller aux oranges</u> Ange	(4 points)

Au scrabble = 55 points de bonus
Sachant que le l'ai fait "bon joueur" je n'ai pas doublé la mise
Au dernier j'aurai pu écrire JE à la place de Ange (5 points en +).....

REGLES DU SCRABBLE :

Le joueur qui a contesté à tort à 5 points de pénalité par mot valable contesté

J'ajoute pour finir :

Qui ne 10 mots consent....

Ou

Qui ne 10 mots compte 100

Ou encore

Qui ne 10 Mau conte sang

Sur ces 20 mots, je vous en offre 10,

bonsoir

BEATRICE LAMPERT 19 : Olympisme

BLEU : cela m'a échappé, un faux c'est un faux départ

NOIR : S'encorder me mets bien aussi hors-jeu

ROUGE : comme aller aux oranges sanguines mentalement

VERT : par la prouesse de l'adrénaline

JAUNE : le champion sortant du collectif

NICOLE MENDEZ : Angoisse nocturne

Dépasser ses limites, aller plus haut, être plus riche, le plus beau, le
plustalentueux, le plus téméraire.

Pour ma part, plus de courage, il m'en a fallu pour regarder mon premier film d'horreur, je me voulais forte, au-dessus de tous les trucages et montages cinématographiques.

Le film d'horreur terminé, je suis allée me coucher stressée par son histoire qui excita mon mental, l'esprit embrumé, doutant de la réalité.

En effet, les acteurs, champions d'événements machiavéliques, meurtriers manipulateurs accompagnés d'effets sonores et effrayants m'avaient provoqué

des palpitations, un bon mal de tête et une adrénaline hors du commun qui donne froid dans le dos.

Durant ma peur panique inopinée, ce faux départ dans ma phase de sommeil paradoxal, je me considérai hors-jeu, déconnectée dans mon corps, essayant de contrôler mes peurs, affronter mes doutes, d'une humeur chagrine et mélancolique, je me sentais emprisonnée, allant aux oranges pour retrouver une énergie positive.

Je luttais dans ce mal être, anéantie, une vigilance inerte, une sensation de déséquilibre tel un alpiniste mal encordé qui risquerait une chute imminente ou qui arriverait à s'accrocher correctement afin de continuer son ascension.

Heureusement la victorieuse échappée à cette péripétie de ce vaillant gaillard des montagnes, m'a amené à surmonter toutes mes émotions d'épouvantes.

Collectivement, toutes ces abominations m'ont demandé un effort intense, une prouesse que mon audace a maîtrisé, ainsi se sont évaporés mes démons après maintes tentatives de concentration.

Je me suis réveillée en sursaut, j'étais libérée de mes peurs et pour "me remettre sur pieds" un lait chaud était le bienvenu dans la froideur de la nuit.

En attendant le premier frisson et retourner dans les bras de Morphée, je me suis dit, en fait, que ce n'était qu'un film et j'ai pu me rendormir sereinement le reste de la nuit...

CORINE NOTELTEERS : Pauvre ÉRATO (Muse de la poésie légère)(classé 2^{ème}/63 au Palmarès)

Comme chaque année je guettais la sélection,
Pour « dis-moi dix mots », je me fais poétesse
Et que ne fut pas ma déception !

Comment cette année, faire une prouesse ?

Moi qui aime la poésie, la fantaisie, le rêve,
On m'assène des mots moches, laids et triviaux,
Comment faire ? Pour un an me mettre en grève ?

Simuler un faux-départ, ou bien des troubles mentaux !

M'encorder devant Visa, alerter le collectif,
Me mettre hors-jeu ! Ou aller aux oranges
Bien avant la mi-temps ! Sortir les griffes,
Serais-je donc la seule que ces mots dérangent ?

Que vient faire Mademoiselle Littérature,
Dans ce stade puant sueur et adrénaline,
OUI ! Faire une échappée pour louer la Nature,
Ses merveilles, ses beautés, sa douceur angevine,

Rimbaud, Ronsard, Verlaine, Villon et Aragon
Vous resterez pour moi, les seuls vrais champions !

JEAN ROUSTANT : Le vent d'un nouveau monde

Le vent du large,
le vent d'un nouveau monde
souffle pour nous.

Alors pas question de faux-départ ou d'échappée solitaire.
Comme la cordée d'alpinistes qui s'encordent
notre équipage forme un groupe, un bloc, au mental vraiment collectif,
chacun sait pouvoir compter sur l'autre
et chacun donnera tout pour le groupe.
Le départ est imminent, l'adrénaline monte, l'instant arrive,
les amarres sont larguées,
au sein d'une enfilade de coques et de voiles
notre voilier glisse vers les bouées de la ligne de départ
...tout en concentration et en retenue...
pour ne pas la franchir
trop tôt et se mettre hors-jeu,
ni trop tard et perdre des secondes précieuses ...
C'est parti !
Un pour tous et tous pour un,
ensemble nous allons accomplir une prouesse
dont tous nous serons fiers,
et comme un seul corps
devenir une équipe de champions !
Chacun sa part ! qui au four, qui au moulin,

qui à la barre, qui pour "skipper"
et beaucoup à gérer les voiles...
Par delà la houle qui gonfle et l'horizon
par delà tout l'océan
à l'autre bout du monde
la ligne d'arrivée nous darde fixement :
nous arrivons !
toutes voiles dehors !...

...
Nous aurons bien le temps, après la ligne,
d'« **aller aux oranges** » tranquillement et de décompresser...
Hardis les gars,
le vent d'un nouveau monde
souffle pour nous !

ANNICK SEGARD : L'envol(classé 3^{ème}/63 au Palmarès)

Il était une fois deux garçons ...
Bien-sûr j'ai l'air un peu crétin de commencer mon récit par « Il était une fois »,
comme si j'allais vous narrer quelque péripétie fantastique et prodigieuse. Mais
qu'y puis-je, si mon histoire, que j'affirme véridique, tient plutôt de la fable et
de ses chimères, vous savez, comme l'on raconte aux petits enfants.
Mon nom est François, François le footeux, avec deux « f » disaient les copains.
Et des copains j'en avais, ça oui. Nous les drôles, on rêvait de Platini et ses trois
Ballons d'or, les plus âgés vénéraient leur champion, le roi Pelé. Tout le temps et
par tous les temps, après l'école, le jeudi, le dimanche, dès qu'on en avait
l'occasion nous plantions les pierres ou les bouts de bois qui marquaient les buts,
des branches délimitaient vaguement un terrain, difficile avec ça de siffler un
hors-jeu, d'ailleurs on s'en moquait un peu, et on n'avait pas de sifflet.
Notre prairie footeuse explosait de hurlements, de rires,
d'injonctions désespérées, de sprints effrénés, de coups de pied, coups d'envoi
ou coups-francs, tirs au but et passes endiablées, folles échappées. Nous
courions comme des forcenés, à la mi-temps nous allions aux oranges, enfin c'est
Renaud qui disait cela, nous ça nous faisait marrer parce qu'on n'avait jamais
d'oranges, mais il avait vécu six ans au Sénégal et ça se disait là-bas, alors on le
croyait. Nous étions les rois du stade, forcément nous la jouions collectif, et ce
partage alimentait plus tard nos somptueux débats en cours de récré. Nous
étions heureux à ces moments-là.

Parfois un garçon de notre âge venait et nous regardait, immobile. Il était arrivé depuis peu dans le coin, et se nommait Gianni, on disait que c'était un gitan. Mes parents avaient démenti, c'est un prénom d'origine italienne avaient-ils dit, n'empêche que pour nous les gosses, un garçon un peu bizarre et dont la peau était plus brune que la nôtre, forcément ça sonnait gitan, voilà.

Il demeurait presque en face de chez moi, si bien qu'étant voisins, nous avons rapidement, après les hésitations d'usage, marché ensemble sur le chemin de l'école.

Nous ne parlions pas trop de nous, c'était comme cela, on ne se demandait pas comment vivait l'autre, si les parents frappaient fort, si le père vous forçait à travailler, si l'eau arrivait sur l'évier, ou si la mère chantait bien. Il y avait la vie dans la maison, close par ses murs et ses pudeurs, et la nôtre, notre vie de gamins rudes et rieurs, qui commençait dès la fermeture du portillon de bois. Bien-sûr nous parlions jeux et sports. Il n'aimait pas le foot, ce qui était insensé, aberrant, tellement impossible que je ne l'ai pas cru la première fois qu'il m'a avoué cela. Enfin je dis « avoué » car pour moi c'était une tare, fallait être vraiment fêlé, tous les gosses aimaient le foot, n'est-ce-pas ? À quoi rêver, sinon ?

Mais lui semblait presque fier de lui, quand il me lança « toi c'est François le footeux, avec deux « f », moi c'est Gianni le grimpeur, avec deux « g ».

Assez vite il se confia à moi, je crois qu'il m'aimait bien ; de mon côté, sans trop me l'avouer, j'admirais son assurance tranquille et sa volonté farouche.

Il grimpait, Gianni, il grimpait partout, dès qu'il le pouvait, sur les barrières hautes, les grillages branlants, les façades de maison, jusqu'aux toits glissants des granges. Il grimpait avec ses mains, ses pieds, de tout son corps sec, musclé et orgueilleux.

À l'époque du lycée je continuais le foot, ayant intégré un club, mais j'avais abandonné l'idée de devenir célèbre, rêve d'à peu près tous les minots, qu'ils s'en vantent ou non.

Gianni, un CAP d'électricien en poche, avait intégré EDF où il faisait des pieds et des mains - si j'ose dire - pour travailler sur des pylônes, voire effectuer des travaux sur cordes pour le nucléaire. Moi j'avais les pieds sur terre et ne connaissais rien à tout cela, lui avait la tête dans les étoiles et le corps folâtrant sur les falaises.

Car non seulement sa passion ne l'avait pas quitté, mais elle avait grandi, enflé à tel point que parfois m'effleurait l'idée qu'il en devenait fou. Bien-sûr il avait un corps d'athlète et un mental d'acier, mais je pense qu'il avait un besoin vital de ces décharges d'adrénaline qui le propulsaient sur de vertigineux à-pics.

« Vertigineux à-pics », ce ne sont pas paroles en l'air. À cette époque nous possédions tous deux un solex, et je me mis à l'accompagner plus souvent sur ses terrains de jeu. Captivé par ses récits, j'étais loin d'appréhender la réalité.

Il pratiquait l'escalade en solo, et ses prouesses commençaient à le faire connaître dans la région. Il grimpait à mains nues.

À mains nues. Une paire de chaussons, un sac à magnésie et c'est tout. Vous vous rendez compte ? Vous avez vu les photos ? Les vidéos ? Entendu Alain Robert déclarer « Bah là tu vois, il y a trois cents mètres de vide et je me sens bien ». Ses idoles, Patrick Edlinger et d'autres, furent ses dieux. Il les égalerait, voire les surpasserait, il en est certain, moi aussi.

Nous fréquentons les Gorges, de la Jonte et du Tarn. Je le regarde d'en bas. J'ai peur. Car depuis peu il pratique le free-solo, ou encore solo intégral, plus rien pour s'assurer. Il commence par repérer les voies, encordé, cherchant la moindre fissure où glisser les doigts, le moindre débord de deux centimètres où poser l'orteil. Il recommence plusieurs fois, les faux-départs n'existent pas pour lui : il réitérera encore, jusqu'à ce qu'il arrive en haut. Et là il sait que la fois suivante sera sans assurance, et que l'enjeu sera ultime : tomber, c'est la mort. Il y faut une concentration, une souplesse, une force physique extraordinaires. Et vaincre la peur, toujours.

Ce jour-là, un drôle de pressentiment m'envahit. Gianni voulait attaquer une voie sur le Trenze, en free-solo. Il ne parlait pas, semblait absent, halluciné. Encore plus que d'habitude quand, arrivé au pied d'une muraille abrupte il en sondait la rectitude démesurée.

À mains douces et fermes, à jambes souples et écartelées, il s'élevait, déjà si haut.

Un rayon de soleil m'éblouit, qui s'éteignit à l'arrivée du prochain nuage. Je le cherchai sur la falaise et ne le vis pas. Je cherchais encore, et encore, n'y croyant pas. Aucune trace. Affolé, j'appelais les secours qui arrivèrent rapidement. Eux non plus ne distinguaient pas la tache rouge de son vêtement. C'était l'horreur, il avait dû tomber. Chaque seconde j'attendais, pétrifié, le cri d'un pompier qui aurait retrouvé un corps en bouillie. Mais rien. Jamais. On chercha. Un corps tombe, on le retrouve. Forcément on le retrouve. Mais pas lui. Ensuite la police scientifique fut de la partie. Rien, même pas un cheveu, pas la plus petite trace d'ADN.

Gianni, on en parle encore en Cévennes. On l'a dénommé « l'ange fou ». Mais on en parle à voix basse, craignant Dieu, les fées, ou Lucifer, qui sait.

Ce que je me rappelle, moi, c'est que tout même, lorsqu'il me parlait de ses rêves de grimpe, il ajoutait parfois, rêveur : « tu verras, je volerai un jour ... »

Vous voyez, je vous avais prévenus, je savais bien que vous me diriez que je raconte une fable ...

ANNICK SEGARD : Petite

Tu fonces ma petite, qu'importe les faux-départs,
Toujours tu te relèves, décharges d'adrénaline,
Bien des femmes avant toi t'ont raconté l'histoire
Des actions collectives de magnifiques gamines.
Elles ont prouvé au monde la valeur d'être femme,
Refusant le hors-jeu, adeptes de prouesses,
S'encordant pour armer et le mental et l'âme,
S'en allant aux oranges, parfois, mais sans faiblesse.
Tu es de la lignée courageuse et championne
De celles qui bras tendu, refusant l'échappée,
Ont toujours résisté, solides telles les lionnes
Debout et nous contant une splendide épopée.

LIONEL VEYRIER : Jamais en retard...

Ales sommeille, mais je n'ai plus sommeil ! Tout est déjà prêt pour une journée exceptionnelle que je ne voudrais rater pour rien au monde ! Pas de faux-départ, ne rien oublier, je sens l'adrénaline monter...

Mon tintébin est graissé, mon ratelier flambant neuf en poche, mon galurin noir sur la tête, mon cache-nez rouge offert pour la circonstance par ma petite Marianne autour du cou, j'enfile ma pelisse à petits carreaux marron...

J'ai un mental d'acier pour effectuer des prouesses lorsque à midi le signal sera donné au collectif. Pas question de hors-jeu !

La cathédrale sonne dix coups, je sors de chez moi malgré la fraîcheur de l'hiver car vous savez, on n'y va jamais assez tôt ! Aussi j'y part à pied, accompagné de mon fidèle tintébin monté sur roulettes, celui-ci au moins, il n'est pas comme certaines femmes, il ne vous quitte jamais !

Mais quel vent aujourd'hui... Je n'ai pourtant que deux cents mètres à faire avant de parvenir sur la ligne de départ, et pour un peu il faudrait s'encorder !!

Non mais... Tout ce monde à cette heure ! On dirait le départ de la Start mass en Finlande ! Ne vois-je pas Francette qui tente une échappée pour être la

première ?

Ce n'est pas maintenant l'heure d'aller aux oranges !

Qui sera cette année le champion pour être à la meilleure table, au plus près de l'orchestre ?

Le signal d'entrée en salle pour le repas des aînés 2024 dans l'espace Cazot ne doit être pourtant donné qu'à midi par les élus de la municipalité...

(Nota : tintébin mot suisse désignant un déambulateur)

JEAN-CLAUDE GAILLARD : Le footeux

Rêvait-il ?

Sa joie était à peine atténuée par le doute. Son grand frère (de 13 ans son aîné) lui offrait un cadeau inespéré ; un ballon, un vrai ballon de foot.

Il aimait ce sport qu'il partageait avec des copains sur des terrains improvisés où seul importait l'esprit d'équipe et le collectif.

Pas d'arbitre, pas de pelouse, pas de tenue de sport imposée, pas de tranches d'âges, tout se déroulait sans encombre. Une prouesse à y bien réfléchir.

L'enfant grandissant, intégra une équipe locale du beau département de la Lozère.

Que de souvenirs...

A la mi-temps des matchs, lorsque l'« on allait aux oranges », un verre de vin chaud était censé revigorer les champions en herbe.

Parfois c'est sous la neige que se déroulaient les rencontres.

Les parties avaient souvent lieu sur des prairies. Au village des Fournels il y avait une pente qui offrait la moitié de la partie en montée et l'autre en descente !

Les entraîneurs bénévoles étaient de vrais éducateurs dans l'âme. Ils enseignaient l'importance de la condition physique, du mental, ils savaient expliquer patiemment, aidaient à bien maîtriser les règles comme celle du hors-jeu. Chacun est un maillon d'une chaîne, solidaire des autres comme encordés aimaient ils à répéter. Aider ou suppléer un coéquipier en difficulté doit être une obsession.

Plus tard la passion ne le quitta pas. C'est en tant que spectateur ou téléspectateur qu'il assistait aux matchs. Que de montées d'adrénaline quand l'équipe nationale jouait des tournois internationaux. Combien de fois déçu par

une action ratée ou un but « tout fait » il faisant semblant de quitter sa place de devant le petit écran. Mais ce faux départ était vite oublié.

Le football est trop souvent un spectacle qui draine des sommes d'argent plus qu'indécentes.

Il serait dommage d'oublier que ce jeu populaire avant tout, le plus pratiqué au monde a pu former des adultes en leur inculquant de belles valeurs. Le respect de l'adversaire, respect de l'arbitre, respect des règles... Le sport en général et le foot en particulier a permis à beaucoup d'échapper à des chemins moins glorieux.

Les vedettes qui font la une des journaux aujourd'hui ne sont pas les meilleurs ambassadeurs (doux euphémisme) de ce beau sport.

MARIE-MARTINE VEYRIER : Course champêtre

Attention terrain humide ! Attention terrain glissant !

Les concurrents sont nombreux sur la case départ. Ils ont un mental de fer. Ils sont prêts à mille prouesses. Que d'adrénaline ! Que d'adrénaline ! Ils exhibent leurs tibias puissants. Pas besoin de s'encorder... C'est parti.... Ah non ! C'est un faux-départ et toute la troupe se retrouve dans une cohue indescriptible. Peut-être faudrait-il que nos champions aillent aux oranges histoire de calmer le jeu. Non ! Non ! il n'est pas question de perdre de temps ... Pas de jeu collectif non plus, un chacun pour soi avec des échappées oui... Et même des hors-jeux... Oh ! La ! La ! en voici un qui se démarque sur la droite ... Il est rapide, il est adroit, il va certainement devancer tous ses coéquipiers à moins qu'il fasse un faux pas ... Non ! Voilà qu'il s'empoigne avec son voisin aussi belliqueux que lui... Un peu de tenue Messieurs, le règlement, c'est le règlement ! Et puis ce n'est pas le but du jeu ... Oui... Je l'avoue, le terrain est vraiment en très mauvais état et les mécènes qui l'ont livré semblent peu s'en préoccuper, je dirai même qu'ils affichent une certaine indifférence... Il est donc convenu que nos concurrents poussent leur boule de plus en plus grosse dans un trou, dans leur trou et surtout pas celui du voisin... La concurrence est rude... L'épreuve est herculéenne, mais comme vous le savez, nos amis coprophages ne reculent devant rien... Chapeau les bousiers !

SYLVIE MONTFORT : Souvenirs (fictifs) de l'été 1990(classé 13^{ème}/63 au Palmares)

Me voilà bien ennuyée par la demande de ma petite-fille qui, me voyant bien pensive, me presse de lui raconter ce qui me rend si nostalgique.

*Ah ! l'été 1990 ! Que de souvenirs, bons ou mauvais d'ailleurs, mais je suis toujours submergée par cette période de mon passé.
Voilà, ma chérie, ce qui me rend si pensive :*

Mon champion, qui était aussi mon amoureux, devait participer au prochain grand match de qualification qui aurait dû lui ouvrir les portes d'une carrière prometteuse, pleine d'adrénaline et très certainement, j'en reste convaincue, remplie de prouesses, connaissant sa détermination.

Seulement, voilà, pour plaire à sa dulcinée, il accepta de m'accompagner dans mon plus grand rêve, faire la via-ferrata de Thônes en Haute Savoie, qui est réputée pour être une via-ferrata difficile.

Trois semaines avant SON grand jour, je m'en souviens comme si c'était hier, nous sommes partis pour la région haute savoyarde, moi le cœur en joie de partager ce grand moment avec l'être aimé.

Plus de sport collectif, plus de copains bruyants, plus de ballon... plus que lui et moi et le calme des lieux, le soleil, la nature... le bonheur, une échappée romantique et, bien entendue, sportive.

Quel cadeau il me faisait là ! J'avais toujours beaucoup de mal à le décider de m'accompagner dans mes aventures sportives et là, il avait dit oui instantanément.

Je prenais les choses en main, l'hôtel, la réservation du matériel pour lui (moi, bien sûr, j'ai le mien) les billets de trains, enfin tout ! Il faut battre le fer tant qu'il est chaud, il n'y avait pas une minute à perdre.

Arrivés sur place, c'est avec frénésie que j'organise tous les préparatifs pour que notre journée du lendemain ne soit pas un faux-départ, pour que tout soit en ordre. Mon mental fonctionne à cent à l'heure, je suis dans les starting-blocks, rien ne peut m'arrêter... je vais, enfin, réaliser mon rêve et, quel bonheur, avec l'être qui fait vibrer mon cœur, celui que j'aime tant.

Le lendemain matin aux aurores nous voilà fins prêts mais je tiens à vérifier que tout le matériel requis est bien là : les casques, les baudriers, les longes et leurs accessoires (mousquetons, l'absorbeur de choc, ...) et enfin une poulie si besoin.

Tout y est ! Pendant ce temps, je lui confie la tâche, non négligeable, de vérifier que nous avons bien rempli les sacs à dos avec le matériel de premier secours indispensable, l'eau en quantité suffisante, les vêtements chauds et imperméables au cas où le temps viendrait à changer.

Arrive, l'heure du départ et nous sommes tous les deux excités et heureux de partager ce grand moment. C'est parti !

La première partie se passe sans encombre, c'est la plus facile du périple.

Bientôt il va falloir s'encorder pour la suite du parcours.

Oh, non ! Il m'est douloureux de continuer cette partie du récit, mais la petite me presse, elle veut savoir ce qui s'est passé ensuite. D'accord !

Je le précède car ainsi je pourrais le guider, nous avons déjà pratiqué ce sport ensemble, mais sur des voies beaucoup plus faciles et il compte vraiment sur moi pour l'aider.

Au départ tout va bien, il me suit sans hésitation et exécute mes consignes à la lettre. Je suis au comble de mon bonheur, nous partageons vraiment quelque chose de grand et de magique.

Et soudain... c'est la catastrophe !

Il perd pied et se retrouve « pendant » au bout de la longe, il panique, ne m'écoute plus, je n'arrive plus à le guider pour qu'il puisse reprendre pied sur le piton juste à côté.

Les choses se passent très très vite et je cherche toujours dans ma mémoire comment cela a pu se produire, mais le fait est là... le mousqueton (peut-être trop vieux ou défectueux ou... je ne comprends pas ...) lâche et c'est l'accident. Il tombe et se retrouve sur une petite plateforme en dessous... rien de grave en soi si ce n'est le bruit sourd de l'os qui se fracasse et de sa jambe qui forme un angle anormal.

La chute aurait pu être beaucoup plus dramatique, c'est vrai, mais il n'en est rien... le résultat final, lui, il l'est ... double fracture du tibia avec déplacement.

C'est le drame, la fracture ne se remet pas correctement, il subit plusieurs interventions et le verdict finit par tomber : le jeu de ballon au niveau championnat c'est fini pour lui, pour nous !

Pour lui, il n'y aura plus de match, plus de hors-jeu, plus de pénaltys, plus d'« aller aux oranges », plus de championnat, plus d'espoir de devenir LE meilleur joueur de la région. Tous ses rêves volent en éclats.

Pour moi, en quelques minutes j'ai perdu mon grand amour car il ne me pardonnera jamais ces quelques minutes où « j'ai » brisé ses rêves. Désormais il n'y aura plus de joueurs bruyants, plus d'équipe, plus de match et, bien sûr, plus de via-ferrata cela raviverait de bien trop douloureux souvenirs.

C'est un pan de mon passé qui me rend nostalgique et un peu triste, mais je sais qu'aujourd'hui il a refait sa vie et qu'il est devenu entraîneur d'une équipe de fille dans le sud de la France, moi je me suis remise à ma deuxième passion, l'équitation, c'est moins dangereux...enfin je crois !

Voilà, ma chérie, ce qui m'a rendue si nostalgique... mais c'est du passé, allez viens nous allons reprendre notre balade... un petit galop sur la plage ?

CLAUDE GIRARD : Ancien temps

C'était au siècle passé et même au dernier millénaire.

Pour mon apparition dans ce bas monde, je choisis un jour de forte pluie, en octobre.

La Sage-Femme, appelée pour ma naissance, ne put venir à la maison car la route était inondée.

C'est ainsi que suis né, naturellement, à domicile, sans aide extérieure, comme dans l'ancien temps.

Dans la famille, il y avait déjà une fille et un garçon et moi, je fus le dernier, le « Cacanis » comme on disait.

Cette position avait quelques avantages car mes aînés se faisaient un devoir de me protéger.

Mais, d'un autre côté, je me devais de suivre leur exemple, afin d'être digne de leur confiance.

Mes parents avaient à cœur de nous élever suivant des principes moraux exemplaires.

Bien que mes deux parents assuraient de pair, notre éducation, mon père nous enseignait, surtout, la Droiture, la Responsabilité - la Solidarité, l'Engagement, le sens du collectif, du Partage, bref, la REPUBLIQUE.

Ma mère, c'était plutôt la bienveillance, la compassion, la patience, la persévérance, le dévouement, le don de soi, l'Amour - En un mot, la RELIGION, mais elle ne transigeait pas sur l'honnêteté, l'obéissance et la discipline.

Je crois que ces deux aspects de l'éducation, loin d'être antagonistes, étaient parfaitement complémentaires et indispensables pour développer notre physique et forger notre mental.

C'était, aussi, l'éducation par l'exemple.

Il ne s'agissait pas d'être le champion mais de vivre en étant heureux de son sort, en faisant de son mieux, même sans faire de prouesses, mais, surtout, avec le sens de l'effort.

Je ne m'étendrai pas, aujourd'hui, sur les conditions de vie difficiles et inhumaines de la population pendant la guerre ; car, cela mériterait un texte bien plus long.

Mais, cependant, c'est un euphémisme de dire que personne n'était obèse.

A la maison, comme partout, c'était des repas frugaux et la faim nous tirait en permanence.

Avec les tickets de pain, on avait droit à cette mixture brune et molle qui n'avait

de pain que le nom.

Nous souffrions tous d'engelures aux pieds dues au manque de vitamines et aux mauvaises chaussures.

Mon père confectionnait des galoches avec de vieux souliers, cloués sur des semelles en bois.

Par la suite, on trouvait, dans le commerce, des chaussures avec semelles en bois, fendues alternativement pour leur donner une certaine souplesse toute relative. Ma mère tricotait des chaussettes avec de la laine récupérée sur de vieux habits.

Pour cela, elle les détricotait et entourait la laine autour de mes bras tendus à l'avant pour en faire des écheveaux. Ensuite, on en faisait des pelotes qui permettaient de tricoter des pulls tout neufs.

Même les enfants savaient tricoter, et moi, j'avais fait une écharpe de toutes les couleurs (Deux mailles à l'endroit et deux mailles à l'envers) que j'ai utilisée pendant longtemps.

Le jeudi, il y avait le patronage et le prêtre de la paroisse se débrouillait pour faire des soupes de châtaignes « Badjanas » pour les enfants. Ce n'était pas le Pérou, mais, au moins, une fois par semaine, l'estomac n'était pas vide. Nous étions, alors, très nombreux ces jours-là.

Après la guerre, avec la liberté retrouvée, la sérénité et la soif de vivre, les enfants et les ados avaient de multiples activités ; en particulier, le sport était très prisé et nous avions à cœur de défendre les couleurs du club, que ce soit à la course à pied, sur un terrain de foot ou de basket.

Il me souvient d'une course où des faux-départs successifs nous avaient obligés de repartir 3 fois de suite.

Une autre fois, c'était pendant des matchs de Foot, (Sur un terrain vague au sol herbeux, avec 4 poteaux en guise de buts) à la mi-temps, nous allions aux oranges, en plein air, car il n'y avait pas de vestiaires.

Lors d'un match de foot, en deuxième période, l'avant-centre de notre équipe marque un but que l'arbitre a refusé car il était « hors-jeu ». Nous étions déçus, car ce but là nous aurait donné la victoire.

Cette fois-là, nous nous sommes contentés d'un match nul.

Devenus adultes, pendant nos vacances d'été, nous allions souvent en famille dans la vallée de CHAMONIX.

Là, nous faisions quelques échappées en montagne, toutes plus belles les unes que les autres et dont certaines nécessitaient de s'encorder.

Nous étions, parfois, un peu téméraires. Nos courses sur les pentes abruptes des

Alpes relevaient, souvent de l'inconscience, mais alors, quelle montée d'adrénaline !

CLAUDE GIRARD:Concert

S'il est un art qui fait appel à tous les sens, c'est bien la Musique. En effet, elle nécessite de les activer tous en même temps.

C'est une évidence, mais ce qui me paraît important, c'est que la Musique fait appel aux sentiments et provoque des vibrations personnelles.

Point n'est besoin d'être champion pour ressentir cette quiétude vous envahir mais le plus important est de jouer collectif, ensemble, en véritable harmonie. Quand vous êtes sur scène, plus rien ne compte, tout votre mental est absorbé. Vous ne voyez que le Chef et votre partition, tout en étant bien entouré des autres musiciens.

Le plus éprouvant, c'est l'attente avant le signal de début du concert.

On ajuste sa chaise, on règle la hauteur et la position du pupitre, on place les partitions en bonne position.

Bref, on est là, impossible de tenter une échappée. Quand « faut y aller, faut y aller »

Bien évidemment, le chef d'orchestre est là pour nous éviter les faux-departs et tous les musiciens sont très attentifs à traduire tous les gestes du Chef en véritables prouesses instrumentales.

Le rythme doit être tenu, quoi qu'il arrive. On ne doit pas être obligé de s'encorder pour tenir le tempo sans risquer de déraper, ni d'être hors-jeu

Parfois, lors des concerts, il y a un entracte qui permet une pause aux musiciens et aux spectateurs de se désaltérer à la buvette. On appelle cela « aller aux oranges », comme pour les équipes de sport à la mi-temps

Mais, alors !

Lorsque toutes les conditions favorables sont remplies :

Lorsque l'on a évacué le stress,

Quand on est bien installé,

Que l'on a réglé le pupitre à bonne distance

Quand on fait corps avec l'instrument,

Qu'on a bien ajusté ses lunettes,

Que l'on voit bien sa partition et le Chef,

Quand le silence se fait dans l'assistance et sur la scène,

Lorsque le Chef lève sa baguette pour donner le tempo et le signal du départ,

Les musiciens retiennent leur souffle
Le temps est suspendu pendant un bref instant.

Alors là seulement :

On ne voit plus le public,
On est hors du temps et de l'espace,
Et le concert commence
C'est dès que l'on joue la première note que l'on ressent, vraiment, une poussée
d'adrénaline.
On est véritablement happé par la musique.

C'est le nirvana !

CLAUDE GIRARD : Divagations

1 - On est tenté, souvent, quand on cherche les rimes,
Devant la page blanche, de regarder les cimes.
Sans toujours s'encorder, comme de vrais champions
On ne trouve vraiment aucune inspiration.

2 - D'abord sur le sujet, lequel vais-je choisir,
Plutôt qu'un faux-depart, mieux vaut aller dormir.
Demain, ça ira mieux, surtout pas de panique,
La nuit porte conseil, dit-on et c'est magique.

3 - Avec un bon mental, voilà qu'au petit jour,
Je me lève content, à pattes de velours,
Je contemple les fleurs, ce n'est pas une prouesse
Car de cette nature, la vue me met en liesse.

4 - Puis, lorsque va venir l'heure du déjeuner,
Je serai bien paré pour toute la journée.
Sans aller aux oranges, les biscottes croustillent,
Il va falloir, bientôt, activer les papilles.

5 - Voilà un bel instant, dont on a l'habitude,
Car c'est une échappée, en pleine quiétude.
La journée commencée, on a toujours raison

De mettre le soleil, dans toute la maison

6 -Le temps passe, toujours, inexorablement,
Alors, n'hésitons pas, et prenons du bon temps.
Des moments de gaité, avec de joyeux drilles
Soyons très collectifs avec notre famille.

7 - Restons toujours sereins et gardons le moral,
Subir l'adrenaline, ce n'est pas anormal.
Prenons un bon bâton et partons en campagne,
N'oublions surtout pas, la santé, ça se gagne.

8 -Concluons ce délire avec des précautions,
Laissons toujours aller toutes nos émotions
Ne soyons pas hors-jeu et nous aurons l'honneur
De répandre entre nous, la joie et le bonheur.

MARIE-FRANCOISE SALEIL : Un moment d'anthologie

Au crépuscule de mon passage sur cette terre, plein de souvenirs se bousculent dans ma tête. Il en arrive tellement que j'éprouve le besoin d'en coucher quelques-uns sur papier. Parmi ceux-là, il en est un qui reste dans mon esprit parmi les plus merveilleux.

Il s'agit d'une prouesse effectuée par un maestro dans les arènes de Nîmes. Amenée, très jeune aux corridas par mon père, j'ai très vite été happée par l'adrénaline qui vous tient en émoi pendant tout le spectacle. Il s'agit d'un ballet effectué par un homme haut en couleurs et une bête noire, le taureau. Il n'était pas besoin de m'encorder pour gravir les gradins.

Par ce lundi de Pentecôte des années 1970, j'ai vécu un moment d'anthologie, moment où la vie se trouve rêve et réalité.

Le dernier taureau prévu au cartel entre sur la piste ensablée. Pour lui, pas besoin d'aller aux oranges, le voilà qui fait sauter des planches de la contre-piste et met en émoi tout le collectif qui le regarde. Il fait un tour de contre-piste, puis, sans autre issue, le champion revient au milieu de l'arène. Soudain, son regard est attiré par quelque chose qui bouge.

Quel est ce drôle de petit animal qui danse devant moi, je n'en ai jamais vu de pareil ! pense la bête. Pourquoi ne pas danser avec lui, il n'a pas l'air bien dangereux. Si nécessaire, je n'en ferai qu'une bouchée d'un coup de corne bien

placé.

Et les voilà tous les deux effectuant un ballet magique. La grâce et l'élégance d'un côté et la puissance musculaire de l'autre.

Un torero est une personne élégante, avec des gestes lents et gracieux, avec un mental d'acier et une attitude majestueuse. Doucement, tranquille et serein, il s'approche du taureau qui, surpris, fait une échappée. Puis, pour ne pas être hors-jeu, il s'élance dans le morceau de tissu qui danse devant ses yeux. Voilà l'homme et la bête dans un corps à corps époustouflant !

Enfin, il faut affaiblir la bête par la pose des banderilles.

Arrive ensuite la phase finale et le ballet reprend entre la force musculaire de 450 kilos et la grâce avec ses 70 kilos.

Ce jour-là, en cette fin d'après-midi, par un temps brumeux qui cachait un soleil déjà bas, commence le va et vient du taureau dans la muleta.

Le matador fait passer et repasser la bête dans le drap rouge avec souplesse et gracilité.

Alors, l'orchestre entonne, doucement, pour ne pas rompre la beauté du spectacle, le concerto d' Aranjuez ! Il dirige son orchestre en regardant le ballet de l'homme et de la bête pour rester dans leur tempo.

Un vrai moment d'anthologie ! Tous les ingrédients étaient réunis pour faire de ce moment, un moment magique et unique qui ne se reverra plus jamais.

Puis, il a fallu revenir sur terre et, le spectacle terminé, les spectateurs sont sortis en silence, personne n'osait faire le moindre bruit. Le jury a refusé la grâce du taureau qui est donc maintenant HORS-JEU et ne risquera plus de faire de faux-departs. Il restera cependant dans les esprits présents pour longtemps. C'était un espace de temps magique que plus personne ne reverra jamais.

JEAN-CLAUDE SALHEN : Une ascension périlleuse

Mai 2009.

Par un beau matin ensoleillé, nous voici :

Six couples d'amis, tous fraîchement retraités, réunis tel un collectif d'aventuriers, pour une échappée belle pédestre, aux calanques de Cassis.

Notre itinéraire de ce jour s'établissait suivant un trajet qui traversait le Vallon d'En Vau et se poursuivait par un sentier jusqu'à la calanque éponyme.

Ensuite nous devions revenir sur nos pas, reprendre un chemin sur la droite et le suivre jusqu'à Port Pin, et enfin retour au gîte. Somme toute, comme l'indiquait notre Topo Guide : une randonnée de niveau moyen, parfaitement adaptée aux seniors actifs que nous étions.

La première partie se déroula sans encombre : après 2h de marche facile, nous découvrions, bouches bées, la calanque d'En Vau. Un émerveillement ! Une nappe émeraude lovée au fond d'un étui rocheux parsemé de verdure. Il était 11h30. Notre itinéraire prévoyait **d'aller aux oranges** à mi-chemin jusqu'à Port Pin. Donc, après un grand moment de méditation contemplative nous allions reprendre la route quand Didier pris la parole et proposa :

- Plutôt que de revenir sur nos pas, il serait plus sympa de se frayer un passage par la falaise, hors des sentiers battus. Ainsi nous pourrions atteindre plus rapidement la Calanque de Port Pin pour pique-niquer à une heure raisonnable et dans un cadre pittoresque.
- J'ai regardé la carte et effectué une rapide reconnaissance, c'est tout à fait faisable sans **s'encorder**, ajouta-t-il. D'ailleurs, nous n'avions pas de cordes !

Didier était un garçon charmant, très sportif, un ancien tri athlète, d'une grande force physique et **mentale**. Mais il n'avait pas évalué pour ce parcours **hors-jeu** la capacité des autres...

Cela dit, malgré les mines dubitatives de certains, nous décidâmes de lui faire confiance.

Nous voilà, notre **champion** en tête, partis sur le chemin de l'aventure...

La dénivelée était de 140 m pour atteindre le plateau.

Le début du parcours s'effectua dans une dépression étroite creusée par l'érosion, et de rampe modérée. Mais au fur et à mesure de notre ascension, la rampe s'accroissait. Il fallait se hisser en prenant appui dans les anfractuosités de la roche et certains avaient du mal à le faire. D'autres, Béatrix en particulier, commençaient à percevoir des signes de vertige en prenant de la hauteur.

Didier était toujours devant...

Plus haut, il fallut emprunter un passage sur un encoirbellement surplombant le vide et devant cet obstacle, Colette dont le taux d'**adrénaline** n'avait pas cessé de monter depuis le départ, se figea contre la paroi, tétanisée. Elle maugréa :

- Il est fou ce Didier ! je ne peux plus avancer, je veux me retourner. Mais de par la configuration topographique, rebrousser chemin à cet endroit s'avérerait impossible.

Par bonheur des jeunes qui descendaient vers la calanque arrivèrent à notre niveau. Ils nous interpellèrent :

- Vous avez pris un faux départ, nous déclara l'un d'entre eux, vous êtes sur un chemin d'escalade. À votre âge ce n'est pas raisonnable. Mais on va vous aider.

Alors, la situation se débloqua. Colette soutenue par un jeune homme repris confiance et franchit le « terrible » obstacle. Didier revint vers le groupe et aida les plus faibles. Béatrix, ne regarda plus en arrière...

C'est ainsi qu'après deux grosses heures d'effort et d'angoisse nous arrivâmes, sains et saufs sur le plateau rocheux. Là, après une pause sustentatrice bien méritée, nous regagnâmes le chemin officiel qui nous conduisit à Port Pin.

Plus tard, réunis autour d'une bonne table, fatigués mais heureux d'avoir accompli une véritable prouesse, nous avons longuement épilogué sur cette journée qui restera à tout jamais gravée dans nos mémoires.

D'autant que par fatalité ou ironie du sort nous étions le jeudi de L'ASCENSION.

JEANINE REBOUL : Dur, dur le sport !

Le ministère de la culture nous a proposé cette année « Dis-moi dix mots » pour ne pas rester hors-jeu et devenir des champions. Il n'est donc pas question que je fasse un faux départ mais que j'accomplisse des prouesses.

Avant-hier, comme je m'ennuyais, je me suis permis une petite échappée en ce temps de soldes.

Je ne suis pas passé par les halles pour aller aux oranges, j'en ai de bien meilleures à la maison, elles viennent de Sicile.

Je suis allé directement en centre-ville, je n'ai rien dit aux copains et aux copines. Ce jour-là, je ne voulais pas jouer collectif.

Je suis parti d'un bon pas, en marche nordique bien sûr.

Une rumeur s'éleva soudain, elle s'amplifiait au fur et à mesure de ma progression.

Une grande foule était déjà là, elle ondulait, elle zigzagait, elle allait vers qui ? Vers quoi ? Des joueurs de rugby seraient ils venus faire des achats ?

L'adrénaline commençait à monter. Je devais faire très attention pour ne pas être emporté. J'aurais dû m'encorder à ces grands gaillards qui s'accrochaient à un lampadaire. Deux hommes m'empêchèrent d'avancer. Ils avaient sorti des

gants et commençaient un combat de boxe. Cela faisait suite à des paroles mal interprétées.

Au même moment des cyclistes qui s'étaient égarés, furent engloutis dans cette marée humaine et disparurent à ma vue.

J'ai finalement trouvé une issue et couvert d'ecchymoses je suis rentré chez moi. Il est important d'avoir un bon mental de sportif dans de telles situations.

Je ne sais pas si culture et sport font bon ménage. Ce dont je suis sûr, je ne monterai pas sur le podium cette année. Mon score sera au plus bas.

Mais comme le disait Pierre de Coubertin « l'important c'est de participer »

MARTINE BARBUT : Jacquotte et Léon aux jeux

- « Jacquotte, tu as vu la boîte mail ? Il y a un courriel de VISA. »
 - « Mais non Léon, c'est pas possible. Ce sont les vacances scolaires et le bureau de l'assos est lui aussi en vacances. Donc c'est pas possible. »
 - « Mais si ! Viens donc voir. »
 - « Si c'est le cas, c'est du sérieux, fais donc voir »
- En effet, Le message existe bien. En voici la teneur.

Chères adhérentes, chers adhérents, amis sportifs.

L'année 2024 est l'année des jeux olympiques. A cette occasion les instances dirigeantes françaises ont décrété qu'une nouvelle épreuve sportive serait inscrite au programme de ces jeux :

- 80 m haie séniors,

Alès ville sportive, Alès pleine d'audace, Alès ville de culture : compte tenu de ces slogans, Alès a été choisie pour être présente à ces jeux.

Nous sommes fiers de cette distinction. Le défi est à relever et nous serons donc présents sur la ligne de départ. Une présélection se déroulera mercredi prochain au stade Pibarot, rendez-vous à 10 h 00. Présence obligatoire baskets et survêts.

Une boisson chaude vous sera servie à la fin de cette épreuve pour vous remettre de cet effort collectif.

Bien amicalement à toutes et à tous

Le Président

Hé bien, pour une surprise, c'en est une. Pas d'échappée possible, il faut aller aux présélections. Il n'est pas question de faire des prouesses, mais de Par-Ti-Ci-

Per comme l'a dit quelqu'un.

Le jour dit, nous voilà, arrivant par petits groupes, survêtement et basquets déjà enfilés, prêts à affronter la piste et le chronomètre, il y a même la Croix rouge et son toubib sait-on jamais une défaillance est si vite arrivée.

Il y a bien sûr des absents, peu nombreux toutefois, mais nous faisons montre d'un mental de champions et l'on sent que l'adrénaline monte, monte, monte

...Petits rires, brefs, nerveux vite étouffés. Les uns stoïques attendent, sourire aux lèvres ; certains s'échauffent et bougent continuellement.

Sur la piste, distantes de 20 m environ, les haies sont matérialisées par de simples steps sans les rehausses. Ils sont toutefois bien assez hauts pour s'y entraver. Trois steps par lignes, c'est trop ?

- « Allo Allo - Dernières consignes : Départ au coup de feu tiré par le juge de ligne en l'occurrence pour aujourd'hui Jamy. Vous allez courir six par six et le premier des six sera présélectionné. Un faux-départ ; on recommence. A vous de voir si vous souhaitez passer la journée sur le stade. On fait ce que l'on peut, mais on fait de son mieux. Une fois présélectionnés vous pourrez aller aux oranges dans les vestiaires afin de ne pas prendre froid. Les autres profiteront, s'ils le veulent, du spectacle. La buvette et la boisson chaude offerte par Visa sera à leur disposition. »

Six colonnes se forment derrière chaque ligne de départ.

Jamy, bonnet rouge rivé sur le crâne, tout de blanc vêtu, pistolet en main, en bord de piste, surveille le bon déroulement des opérations.

Pan : un coup de feu et tant bien que mal les six premiers s'ébrouent, sautent par trois fois et arrivent au bout de leur parcours. Quelle corvée, bien heureux d'en avoir fini ! Première sélectionnée, Marie-Albertine n'en revient pas. C'est pour elle un exploit de ne pas être hors-jeu dès le premier tour. Dans son for intérieur, elle se demande si elle n'allait pas reprendre un peu la course à pied. Cela pourrait lui servir pour rattraper son chenapan de petit fils qui court partout pour faire des misères à Mademoiselle Minette .

Encore six concurrents, et encore six autres voilà que déjà 3 personnes sont sélectionnées. Mais c'est au tour de Léon et Jacquotte, les inséparables. En fait, ils sont réellement collés l'un à l'autre, encordés avec leurs ceintures en se disant qu'ils arriveraient ensemble ou pas du tout. Si l'un tombe, l'autre tombe aussi, si l'un freine, l'autre freine aussi. Ils ne font qu'un. Comment vont-ils passer les haies ?

Jamy sur le côté de la piste lève le bras. Attention :

- Trois
- Deux
- Un
- Pan

Un bruit énorme, retentit dans ma tête puis bip bip - bip bip - bip bip.

Oh purge de réveil.
Qui a gagné,
Qui a perdu,
Je ne sais pas, je ne sais plus et ne saurais jamais