

Martine F
14/01/2016

Il était une foisle paradis

Il était une fois, plusieurs fois même, tous les matins même, un monsieur d'un âge certain, qui promenait son chien, en allant chercher son pain. Il est heureux, chaque matin. Il sort tranquillement, doucement de chez lui, l'escalier de la maison est raide. Il se concentre sur chaque articulation de ses genoux, et constate avec bonheur qu'à la dixième marche, les douleurs s'effacent. Alors, lentement, il détend ses vertèbres, se redresse, porte son regard devant lui, et part d'un pas sûr et tranquille. Son chien tire sur la laisse et jappe joyeusement. Il sourit et sent une ondée de bien-être l'envahir. Mais oui, l'averse est finie, le soleil se pointe.

Monsieur Albert a découvert, un matin, qu'on ne devenait pas vieux, que la vieillesse n'était pas inéluctable, mais qu'au contraire, en se concentrant, en se prenant avec douceur, refaire marcher une articulation, un muscle, était comme la rénover, lui redonner sa souplesse, la rajeunir avec conscience, douceur et lenteur.

Alors Monsieur Albert marche la tête haute, le visage souriant, les yeux brillants. Il entretient son envie de vivre, de goûter pleinement son corps en vie. C'est son paradis.