



T'Air Aventure
Association loi 1901
63240 Le Mont Dore

Tel -Fax : 04.73.21.65.34
Portable : 06.08.85.44.71
Email : t.air.aventure@orange.fr
Site : <http://tairaventure.jimdo.com>

Le Journal des T'Airiens

Janvier 2016

Sommaire :

*** Du Capucin**

à Condat

*** Du Capucin 63 à Condat 15 :**

« Si jamais j'oublie ... rappelle moi qui je suis » chanteuse ZAZ

J'ai décidé avant de fêter Noël en famille, de faire une petite marche solitaire. Je suis parti à pied, le lundi 21 décembre au matin du Capucin, avec juste un sac à dos, un duvet et un poncho. Le temps était clément. Après avoir croisé des vététistes, je me suis retrouvé sur les sommets où des traces de chamois me précédaient. Cette marche m'a permis de me retrouver seul, en silence sans parler (eh oui cela m'arrive !), sur les

plateaux, avec une vue magnifique à 360 degrés, quelques plaques de neige et une petite brise.

Volontairement, je n'ai pris ni eau ni nourriture, espérant en trouver en chemin : l'eau dans les rivières et de la nourriture auprès des personnes que je pourrais croiser.

La matinée fut agréable, beaucoup de pensées viennent, des idées, des moments de vie, des bonheurs, et des instants, qui avec le recul semblent relatifs... lorsque j'ai dépassé Chastreix, le paysage s'est lentement modifié, les montagnes sont devenues des champs, des près, des vallons...

Quelques pauses afin de faire reposer les pieds, prendre le temps de m'hydrater dans les ruisseaux... J'ai eu la chance de croiser un grand-père avec son petit fils qui jouait dans le jardin d'un chalet sur la commune de St Donat, ce dernier m'a offert un morceau de pain, un bout de St Nectaire et une clémentine. Cette petite collation m'a réchauffé le cœur, le corps et l'esprit.

Vers 18 heures, sous un soleil couchant, je suis arrivé en vue de Condat. Encore un chemin bien pentu, un bout de route avant de retrouver ma famille. Cet instant si anodin, est un moment riche... Se tenir le soir de Noël autour d'une table, entouré de ceux que l'on aime est un bonheur sans nom, que rien ne remplace.

**« Si les membres d'une famille s'aiment tendrement,
la maison sera un beau jardin fleuri »**
Bouddha

*** Autres Citations pour 2016 :**

« Concentre toi sur le chemin que tu as à parcourir, ne regrette pas ce que tu as vécu. Toutes les expériences et les cicatrices ont fait de toi la personne que tu es »

« Beaucoup trop de gens cherchent la bonne personne au lieu d'essayer d'être la bonne personne » Gloria Steinem

« Les beaux moments deviennent de beaux souvenirs, les mauvais moments deviennent de belles leçons »

*« Celui qui est le maître de lui-même est plus grand que celui qui est le maître du monde » **Bouddha***



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
AUVERGNE

« On vous souhaite une belle année 2016 »

Associativement
Jean-François & Astrid