# En route !!

Posté par: Ida
sur 18 Nov, 2026
Catégorie : Divers

Depuis le 5 décembre, mes bâtons prenaient la poussière dans la malle de ma voiture.... Epidémie de gastro,  puis la grippe, puis un certain nombre d'angines, d'otites, de bronchites et autres tracasseries chez les uns et chez les autres.... Ah, quand on a des enfants, on a son quota de virus et bactéries régulièrement !!

Mais ce matin, ils étaient tous les trois en état pour partir à l'école.....  seulement, c'était moi, qui n'avait pas le ....  disons .. la forme....
A 9 h 02 j'avais déposé le dernier à la maternelle... et je pensais prendre la route de la maison, me mettre dans un bon fauteuil et somnoler... comme une petite vieille !!  Or, je ne sais pas vraiment comment....  ma voiture a pris un autre chemin, et tout d'un coup, j'étais à l'endroit où je démarre mes promenades la plupart du temps....  Bon, j'étais en jean.. pas de tenue de sport... pas les super-chaussures Dach.... mais j'avais mes bâtons dans la voiture.... Donc pourquoi pas... un petit peu, manière de.....

Le chemin était bien...  un petit rayon de soleil...  une petite brume dans les champs....  J'ai démarré doucement...  juste pour voir.... et finalement, je me suis laissée porter par le plaisir, les bâtons me poussaient vers l'avant....
Bah.. je n'ai pas fait des prouesses sportives.... mais j'ai fait un petit parcours de 3.3km... j'ai respiré à fond, j'ai déstressé, j'ai vidé mon énervement, j'ai senti comment les muscles se réveillaient petit à petit... j'ai constaté que ma colonne vertebrale se déliait un peu plus à chaque rotation...  je me suis consolée de mon manque d'entrain.... CA VA REVENIR..... je suis en route de nouveau....

Je ne peux pas vous épater avec des performances sportives.....  je ne suis pas une grande spécialiste technique.....  mais je prends un plaisir fou de sentir que pendant quelques instants, je maïtrise mes mouvements, mon corps obéit...  et il est capable de faire ce que je lui demande...  (bon d'accord.. je ne mets pas la barre très haute pour l'instant....)... Je ne peux pas dire que le bonheur est au boût du chemin, parce que pour moi, actuellement, il EST le chemin !!!!!  Et j'espère pouvoir vivre encore beaucoup de moments comme ça...  où ma petite activité sportive (de mémé, selon mon fils...).. continue de me remplir de tant de bonnes choses...  même à mon petit niveau à moi.... !!

Bonne marche à tous....
Ida