



Bain du matin fortifie le pèlerin

Description

En direct des clapotis de la mer, Marie évoque le plaisir de la natation qui dilue les soucis et le poids des ans.

par Marie H.

Certains nagent dans le bonheur, mon bonheur à moi, c'est de nager dans la mer. Premiers plaisirs : l'arrivée sur la plage, de mes pieds nus fouler le sable, recevoir la caresse de la brise matinale, entendre le cri des mouettes et apercevoir, à l'horizon, une voile blanche inclinée sur l'eau bleue.

A cette heure où le soleil se lève et embellit toute chose, nous ne sommes pas nombreux à nous risquer dans la mer. Pour la confrérie des lève-tôt à laquelle j'appartiens, ce premier bain fait office de réveil-matin. La plage est déserte, le monde est à nous.

Je pénètre lentement dans la mer et m'asperge le corps avant de plonger. L'eau glisse sur mon corps et m'enveloppe d'une fraîcheur vivifiante. Je ne pense à rien, je me laisse porter par les vagues, leur clapotis me berce. J'esquisse une brasse paresseuse, je savoure le bonheur absolu. Les soucis, les chagrins, l'âge, tout s'efface et devient léger. Je sors de l'eau, vivifiée, rajeunie, rassérénée. Je me sèche, j'échange un sourire amical avec mes compagnons de baignade, nous sommes heureux et nous le savons.

Certains jours, j'attends l'arrivée des cavaliers entraîneurs de chevaux. Leurs montures longent le rivage au trot puis entrent dans la mer. L'eau gicle sous leurs sabots, des gerbes d'écume éclaboussent leurs jambes de pur-sang. Ils hennissent, crinières au vent, naseaux dilatés, oreilles dressées, offrant l'image d'un parfait bonheur animal, semblable à celui que je viens de goûter en nageant. Ravie, je contemple la plénitude de leur contentement, la parfaite harmonie des muscles qui jouent sous leur peau satinée.

Rassasiée de beauté, détendue, les muscles et le cœur apaisés, je regagne ma maison. Sur le chemin du retour, je croise des pêcheurs, les premiers promeneurs. Tous, nous nous saluons, chacun sait qu'il est un humain parmi d'autres humains. Cette connaissance abolit les distances et fait de nous des frères.

Categorie

1. En direct

date créée
20/07/2023