

« LES PAS DE MES SOUVENIRS »



Je m'appelle Jean-Michel. J'ai 55 ans et suis d'origine réunionnaise. Je suis en forme, en bonne santé.

Cela fait longtemps que je fais de la marche, depuis mon arrivée en France. Ce que je préfère, c'est marcher seul, quand il fait beau uniquement. Alors, j'enfile mes chaussures de marche et des vêtements adaptés. Dans un sac à dos, je mets une bouteille d'eau, un k-way et un bonnet, juste au cas où. Je pars ainsi, en pleine nature, en forêt, pour plusieurs kilomètres. Très vite je rejoins ce chemin de terre, toujours le même, et le calme de cette nature qui me fait tant de bien. Fini

le monde, les voix, le bruit, les cris. Je me retrouve seul avec moi-même. Enfin, pas tout à fait seul.

Autour de moi la forêt me regarde, m'observe. Le soleil aussi. Un petit vent souffle et fait tomber les feuilles des arbres pendant que j'avance sur quelques kilomètres. Je sens mon corps qui transpire et le battement de mon cœur dans ma poitrine. Il est temps de faire une pause.

Je m'approche d'un vieil arbre, les sens en éveil. Je pose mes mains sur son tronc et lui demande : « Es-tu un tamarin ? A la Réunion d'où je viens, il y a beaucoup de tamarins, de flamboyants, de palmiers. Je ne les vois pas ici ! ». L'arbre me répond alors : « Je suis un chêne, un vieux chêne, et ici il n'y a que des chênes, des noyers, des marronniers, des tilleuls et bien d'autres encore ! »

Les oiseaux chantent autour de moi et se mêlent à notre conversation. L'un d'eux, en volant autour de moi, me demande : « J'ai entendu parler que chez toi, il existe un oiseau de paradis. Mais qu'est-ce que c'est ? ». « C'est une fleur magnifique, qui ressemble à l'oiseau mais qui ne vole pas ! » lui dis-je alors que je sens les battements de mon cœur se calmer et revenir à la normale.

Je reprends le chemin, en marchant d'un bon rythme, accompagné par tous ces arbres dont je connais mieux l'histoire maintenant.

La marche m'apaise, fait du bien à mon corps mais surtout à ma tête. Chaque pas me ramène au sentier de mon enfance, à mes racines. La Réunion me manque mais grâce à la marche

à pied, j'y retourne chaque fois. Le sport est formidable. Il me permet de me faire des amis ; les arbres et les oiseaux, de changer de paysage, de me sentir mieux dans mon corps même si les courbatures aux mollets me rappellent elles aussi les sentiers escarpés de la Réunion.

Jean-Michel ABNER