

L A G A Z E T T E D E S B O N N E S N O U V E L L E S

Numéro 87
Janvier 2015

La citation du mois :

**«Vivez, si m'en croyez,
n'attendez à demain :
Cueillez dès aujourd'hui
les roses de la vie».**
(Pierre de Ronsard)



EDITO

Ceux qui me connaissent un peu savent qu'il y a 2 choses que je n'aime pas : perdre du temps et ne pas savoir ce qui va se passer.

En effet, mes chromosomes sont ainsi organisés que je recherche toujours à optimiser mon présent, et à prévoir mon futur !

Mais fin décembre, mon ADN a du s'incliner, et j'ai été obligé de vivre avec beaucoup d'humilité le petit épisode que je vais vous relater...

Cela faisait depuis plus de 20 ans que j'avais mal au genou gauche, et j'ai du finalement me résoudre à me faire opérer.

Ma dernière opération (thyroïde) remontait à plus de 30 ans, donc j'avais pris un peu de distance avec le monde médical, « côté malade ».

Et là, j'ai bien été obligé de lâcher mes habitudes, et j'ai redécouvert deux vertus que j'avais complètement mises de côté :

- Prendre le temps, en devenant patient,
- Faire confiance

Prendre le temps, parce que la notion des secondes, des minutes et des heures est très particulière dans un hôpital. On est toujours en train d'attendre quelque chose. Ce qui incite à un réel exercice d'intériorité et de relativité...

Faire confiance, parce que les équipes soignantes sont des spécialistes, des sachants, qui à priori sont organisés pour qu'une opération se passe au mieux (ce qui a été le cas !).

Alors, j'avoue humblement que j'ai du m'adapter, par la force des choses, mais non sans difficultés !

Et cela m'a finalement fait beaucoup de bien...

Et en plus, mon genou est bien réparé et ne me fait plus mal !

Alors, je vous souhaite, pour 2015, de pouvoir redécouvrir, (ou de continuer à pratiquer), ces deux secrets qui permettent de mieux vivre le présent : demeurer patient et faire confiance.

Jean-Yves

*De la complexité
de l'orgue
à celle de
l'être humain :
une très belle
comparaison !*

*Une vidéo très
originale...*

*Enfin, on
progresses
sur cette voie
dans
l'automobile !*

Avez-vous déjà visité une cathédrale ?

L'autre jour, j'entre dans une église. Une mélodie merveilleuse résonne à mes oreilles : piano, flûtes, hautbois, violons, je suis transportée de joie et de paix. Quand je cherche l'orchestre, je me rends compte que c'est l'orgue. A la fin du morceau, je ressens le désir de dire merci à la personne qui est devant son orgue.

Souriant, il m'apprend que si aucun registre de jeu n'est tiré sur cet instrument, l'enfoncement d'une touche n'émet pratiquement aucun son. J'en suis très étonnée.

Le Monsieur poursuit son explication intéressante, décidément, l'orgue est très compliqué... et cela me fait penser à l'être humain.

Très compliqué et si merveilleux à la fois. Le clavier, les touches, les registres les pédales, me font penser à nos outils : nos membres.

Puis, comme l'orgue a besoin des tuyaux, nous avons besoin des autres, oui, de nos semblables. De bons tuyaux, vraiment !

Soyons positifs, nous avons besoin d'eux ! Sans communication, il n'y aurait pas la vie. Et puis l'air qui passe dans les tuyaux.

Ce souffle, beaucoup de personnes ne le connaissent pas mais le cherchent, tant elles en ressentent le besoin...

Pour rêver, espérer, résonner, vibrer, être renouvelé. Wouah !

J'ai aimé ce passage dans une cathédrale et pourtant c'était une petite église.

Andrée de K

Le message spécial de 2 étudiants lillois

Deux étudiants lillois ont posté une vidéo sur internet : ils en avaient assez de voir celles où des jeunes s'exposaient en train de boire de l'alcool, de sauter d'un pont ou de se mettre en scène des défis stupides.

Les deux jeunes se sont filmés dans un supermarché, emplissant leur caddie pour une quinzaine d'euros : chocolat, boissons, biscuits, sandwiches.

En sortant, ils l'ont offert à un SDF, non loin de là.

« Voir son sourire nous a fait du bien ! »

Voilà une belle idée, non ?

Et qui nous invite à faire pareil !

NB : la vidéo a été visionnée plus de 2 millions de fois !

<http://www.europe1.fr/high-tech/la-video-de-deux-etudiants-offrant-leurs-courses-a-un-sdf-cartonne-2316111>

Cécile L

Une voiture à hydrogène



Elle n'est pas forcément très belle, cette voiture...

Mais depuis le temps qu'on nous annonçait une voiture qui roulerait à l'hydrogène, donc sans polluer et sans problème de batterie : la voilà !

Une pile à combustible produit de l'électricité, grâce à 5 kg d'hydrogène, stockés dans son réservoir.

Avec une autonomie de 500 kilomètres, et quelques minutes pour faire le plein, cela devient vraiment une solution alternative..

Reste à équiper notre réseau de pompes adéquates, mais ce n'est pas encore fait ! Et quant au prix, il n'est pas encore connu...

Raymond L.

Comment le blog d'une jeune handicapée permet à des milliers de personnes de proposer leur aide, ou d'être aidé

La gratiféria, ou comment redécouvrir un mode de vie solidaire et proche de nos vrais besoins

Wheeliz permet aux handicapés de se déplacer

Charlotte de Vilmorin qui tient un blog «Itinéraire d'une jeune parisienne en fauteuil roulant», met en relation des personnes faisant l'offre ou la demande d'un véhicule pouvant les transporter.

L'enjeu pour Wheeliz est de se faire connaître auprès des propriétaires de voitures adaptées aux fauteuils ou de voitures normales mais assez grandes pour contenir un fauteuil.

La page du site permet de se préinscrire en disant ce que l'on propose ou ce que l'on demande.

Les tarifs seront négociés de gré à gré entre les personnes. IL y a déjà dix mille lecteurs réguliers de son site...

On peut conclure que, si Internet a parfois un rôle très discutable dans les relations entre les gens, il permet, par ailleurs, des réalisations remarquables !

Preuve en est encore cet ancien joueur de baseball de Boston, à l'origine d'une formidable mobilisation en faveur de la recherche contre la maladie de Charcot.

Le mouvement de solidarité devenu planétaire, via Internet, s'est répandu en moins de 3 semaines grâce à une vidéo de 52 secondes sur sa page Facebook !!!

www.arsla-asso.com

PAM

Donner au lieu de vendre, prendre au lieu d'acheter

Ces initiatives que j'ai relevées dans différentes revues, partent toutes du même point de vue : il est urgent de changer les rapports humains, complètement influencés par la société de consommation.

En effet, nos sociétés occidentales reposent en majeure partie sur des échanges marchands et plus rien n'est gratuit de nos jours, si bien que le don désintéressé est exceptionnel.

J'ai tout d'abord entendu parler de ces gens qui payent un café à celui qui viendra après eux au comptoir. Puis, j'ai appris que circulent des livres gratuitement d'inconnu à inconnu, au détour d'un banc ou d'une terrasse de café. On appelle cela le « book crossing ». En France, il existe même « la confrérie du livre abandonné » !

Et, tout récemment, j'ai pris connaissance dans ma région (à Grasse notamment) de ce qui se nomme une « gratiféria », manifestation qui a lieu de temps à autre, à l'initiative d'une association.

En fait, on donne des objets,- vêtements, bijoux, livres, jouets, petit électroménager,- que l'on n'utilise plus mais qui peuvent encore servir.

Il est possible en effet sur place de prendre ce qui nous plaît ou nous fait défaut.

Je me suis intéressée au phénomène, fort différent de tout ce que nous connaissions jusqu'ici. Ni déchetterie, ni vide-grenier, ni troc, ni braderie, ni bourse d'échange, ces espaces qui ne demandent absolument pas de réciprocité, sont nés en Argentine l'année 2010. Un certain Ariel Bosio en aurait eu l'idée.

En France, ces marchés sans aucune circulation d'argent commencent à se répandre depuis 2 ans environ. En Espagne, en Italie, en Belgique, en Suisse, ils fleurissent.

L'origine du mot viendrait de l'espagnol et cela voudrait dire « foire gratuite ». J'aimerais que beaucoup de monde connaisse ce principe, cet événement festif où tout est simple, disponible, convivial et gratuit ...

Aucun droit d'entrée, pas d'incitation à la revente et même, de plus en plus, des « dons de compétences », c'est à dire des échanges possibles de biens immatériels (rodage de concerts, divers ateliers gratuits, séances de massage,

jeux gratuits, contes en public...)

Généralement en plein air, ces « gratiférias » peuvent investir l'espace public. Dans ce cas, il suffit de demander une autorisation en mairie, de prendre une assurance pour l'occasion et de faire quelques affiches. Le bouche à oreille marche assez bien ! Il est possible également de commencer par tester la formule entre amis, dans un lieu privé, de peur d'être vite débordé par l'affluence.

Quoi qu'il en soit, je trouve ces initiatives très réconfortantes ! Elles donnent envie d'y participer, voire d'innover en trouvant d'autres pistes à son tour. Peut-être arriverons-nous ainsi peu à peu à nous dégager de l'emprise du « dieu argent » qui longtemps a régné en maître dans nos sociétés occidentales.

Toutefois, tous ceux qui ont connu la vie d'autrefois savent bien que, dans les villages notamment, l'aide à autrui sans attente de retour et la solidarité étaient des valeurs solides et plutôt courantes. Mais ces valeurs sont à redécouvrir...

Alors, laissons parler notre cœur, vidons nos placards, nos caves et nos greniers ! Débarrassons-nous du superflu, des possessions qui nous encomrent ! Cela rejoint un peu la fameuse « sobriété heureuse » dont parle Pierre Rabhi.

Et n'hésitons pas, à notre tour, à faire circuler l'information qu'il peut exister de nos jours d'autres rapports humains que des relations comportant des flux financiers.

Le plaisir d'offrir est en effet très gratifiant et nous pourrions ainsi apprendre à communiquer à d'autres niveaux, à réellement partager.

Lyliane M

Aux petits soins des portables...

Les téléphones portables et les tablettes ne sont pas indestructibles ! Ecrans cassés, composants oxydés, coques fendues...

Si plusieurs sociétés existent pour les réparer, rares sont celles à pouvoir le faire dans la journée.

C'est pourtant l'engagement pris par Save My Smartphone (SMS), basée en Ile de France.

Le patron de SMS, Damien Morin, qui a déjà 8 boutiques, compte en ouvrir 50 de plus dès avril 2015.

Ses employés ont déjà réparé plus de 25 500 appareils. Toutes les réparations sont garanties 1 an. Les téléphones peuvent être réparés sur place en magasin, ou bien envoyés par courrier, ou par coursier.

Les réparations ont bien sûr un coût (179 € pour réparer l'écran d'un Samsung Galaxy S5), mais l'un dans l'autre, c'est quand même une belle économie à la clef, et moins de pollution pour notre planète...

Jean-Yves L.



Au cours d'un voyage au Cambodge, une « connexion » des cœurs entre deux femmes de mondes différents

Une belle rencontre

Une belle rencontre, oui, j'en ai fait une pendant les vacances de Noël, alors que j'étais en vacances au Cambodge, avec ma famille mais je ne sais pas écrire...je raconte simplement :

Le trekking que nous avons réservé pour mes 50 ans était "tout compris" : les repas, nuitées et activités sportives et culturelles. Il s'agit d'un trek famille accessible aux enfants et qui prévoit outre les activités sportives vélo, kayak, randonnées, balade à dos d'éléphant, les nuitées en guest-house, hôtel ou chez l'habitant.

Aujourd'hui, c'est chez l'habitant : un couple de personnes âgées (dont les 10 enfants sont tous casés) ouvre sa maison aux touristes et prépare le repas du soir pour notre groupe de 10 personnes.

Dans la cuisine sans fenêtre, un feu au charbon de bois rudimentaire et des gamelles d'un autre âge côtoient les poissons séchés et différentes sauces d'origine indéterminée.

Le temps d'un apéro autour du récit passionnant et poignant du chef de famille, et voilà que les plats se succèdent en régaland nos papilles curieuses. Madame reste très discrète, elle a œuvré et reste invisible, c'est son beau-fils qui fera le service...pendant que les petits-enfants nous regardent.

La nuit est courte, bien que magique au son des bruits alentours (c'est la saison des mariages et il n'y a pas de vitrage aux fenêtres), des coqs très matinaux (le soleil se lève dès 5h) et insectes de toutes sortes.

Petit déjeuner de fruits très copieux et pendant que nous nous préparons pour la photo souvenir (elles font office de papier peint sur une partie de la maison), Madame apparaît pour débarrasser.

J'ose demander au guide de lui traduire mes remerciements «pour avoir pris soin de ma famille et parce que le souvenir de son partage nourrira mon esprit pendant longtemps» et là, oh merveille, ce petit bout de femme devient très grande dame, me caresse les mains et les avant-bras avec un rire merveilleux (au Cambodge on ne se touche pas en public) et colle sa tête contre la mienne pendant toute la séance photo !

Ce pays du sourire et de la sympathie me porte encore aujourd'hui.

Merci de donner la possibilité de voir le positif dans notre quotidien.

Marie- Noëlle C

Ordonnance pour 2015

Ordonnance de tante Marianne :

2gélules de GENTILLESSE

0..... AMERTUME

1sachet d ' HUMOUR

5gouttes de RÊVE

À renouveler

Marianne Le B.

En sortant d'un stage de méditation...

C'était le 17 janvier. Après dix jours passés dans le silence et l'isolement qu'imposait le cours de méditation que je venais de terminer, je rallumais mon téléphone portable pour appeler ma compagne et la prévenir de mon horaire de retour à la maison.

La voix tremblante, elle me dit aussitôt combien cela avait été dur d'être seule pendant ces dix jours. Sans comprendre, je lui en demandai la raison. "Tu n'as pas su ce qui s'est passé?". Non, je n'avais pas su. Elle avait passé dix jours dans la douleur de ses valeurs bafouées, alors que je m'emplissais de paix et d'harmonie loin de la souffrance du monde.

Dès mon retour, je me connectai à la Toile pour revivre ce début d'année. A ma grande surprise, je ne trouvai presque plus rien dans les gros titres. Difficile aussi de trouver les faits ailleurs que sur... Wikipedia (déjà). Sur les medias en ligne, ce n'étaient que chroniques, réactions, débats, tous de moins en moins suivis au profit d'autres nouveautés. Alors, j'ai réfléchi à la souffrance que peut générer un fait de société, qu'il soit local, régional, international. Un événement ? A partir de quelle proximité une information devient-elle pertinente pour l'individu ?

J'étais un consommateur d'information frénétique, branché sur les sites de journaux divers, avide de connaissance sur le monde. Je ne réalisais pas à quel

*Un clin d'œil
de
nouvelle année !*

*La découverte d'un
« connecté »
sur le vrai rôle des
médiats
et des
journalistes...*

point c'était nocif pour mon équilibre. J'ai acquis la certitude qu'il n'est pas dans la nature de l'homme d'être violent, et qu'au contraire on peut revenir sans angélisme à sa nature aimante et bienveillante.

Ce n'est donc pas le media qui est l'écho de la violence en l'homme : c'est l'inverse qui se produit. C'est une découverte importante pour un "connecté" comme moi. Désormais, je me tiendrai loin de ce que les journalistes de notre époque appellent "l'information" et qui n'est en fait qu'un partage et un activateur de souffrance. Je cultiverai mon jardin et m'occuperai des nouvelles du monde sans les consommer bêtement, mais avec le soin de choisir ce qui est important pour moi.

Julien G.

Electriciens sans frontières

On connaissait médecins sans frontières, mais sait-on qu'il existe aussi des électriciens sans frontière !

Cette Association permet à des populations du Sud d'accéder à l'électricité. Elles peuvent aussi pomper l'eau qui leur est nécessaire, comme c'est le cas à Madagascar.

Jacques Brossais, ingénieur géophysicien en retraite, a décidé de s'engager pour cette ONG. Il travaille par procuration : il envoie sur le terrain des bénévoles, qui réalisent des diagnostics sur la façon dont il faut électrifier et conseillent pour que des ONG puissent intervenir en situation d'urgence, comme cela a été le cas en Haïti.

Il recrute des bénévoles, capables avant tout de s'insérer, dit-il, dans un projet sur la durée.

Il y a des retraités, mais aussi des personnes encore en activité, qui donnent du temps pour cela.

Annie B.

De l'attention à l'autre...

Dans un immeuble parisien, de 6 étages, la mise aux normes de l'ascenseur était devenue urgente.

Or, il y avait dans les étages, des personnes âgées, pour qui les travaux et leur durée, auraient un impact non négligeable pour leur sortie.

Lors du vote des travaux par la copropriété, il a été décidé que pendant toute la durée d'indisponibilité de l'ascenseur, des chaises seraient mises, sur chaque

palier, facilitant ainsi les allées et venues des habitants.

Deuxième info: pour les personnes diabétiques, il existe à Paris (54 rue de la Bourdonnais), un magasin de douceurs "Delicesweet" qui vend des gâteaux, bonbons, chocolats, confitures, sirops, sans sucre. Et en plus, c'est bon !

Ils ont également un site internet

Laurence B

Le mara-don de New-York

A New-York, les marathoniens ne sont pas seulement un peu maso : ils sont aussi généreux !

Il faisait très froid dans la Grosse Pomme, le jour du départ, le 2 novembre. Après être sortis du métro, les coureurs ont attendu de longues heures le départ de la course mythique, emmitouflés dans des vêtements chauds portés par-dessus leur tenue de course.

Quand le moment du départ arrive, l'association caritative Goodwill entre en scène. Près de toutes les portes de départ, elle place des dizaines de sacs pour recueillir les dons en nature des coureurs, qui s'apprêtent à partir pour les 42 km de course : doudounes, gants, écharpes, bonnets, etc.

26 tonnes de vêtements chauds sont récoltées en quelques heures.

*Une ONG
au service des
populations du Sud, pour
l'accès
à l'eau et
à l'électricité*

*Il est toujours
possible,
quand on en prend
conscience,
de faire du sur-mesure
pour ceux qui en ont
besoin.*



Par altruisme ou par nécessité, les 50 000 coureurs ne peuvent en effet entreprendre ce défi sportif en portant des vêtements chauds.

Au lieu de les jeter, ils font donc facilement don de toutes ces couches superflues, qui seront revendues, au profit des plus pauvres, dans les magasins Goodwill.

Chantal S.

*Mariage
de raison
dans le Lot
et Garonne*

Mariage entre un hôpital public et une clinique

Un mariage de «raison», dit l'article, car les deux centres étaient menacés, parce qu'ils avaient des équipements trop inadaptés et vétustes.

Cela se passe dans le Lot et Garonne. Ils vont partager leur personnel : 860 personnes, il y aura une savante répartition entre les activités, dont 35% seront communes : chirurgie, bloc opératoire etc...

«Cela nous permettra de préserver certaines spécialités importantes,

comme la cancérologie en particulier et pour le restant, chacun gardera son secteur ».

Ce rapprochement présente un avantage certain pour les patients. Dans cette région, autour de Villeneuve sur Lot, 31% de la population a plus de 60 ans et ne peut pas toujours se déplacer facilement.

C'est un vrai pari que peu de villes en France ont osé faire.

PAM

*Un héros
qui veut
rester
« ordinaire »...*

Chapeau pour le sang-froid...

Difficile, en ce mois de janvier si lourd d'évènements dramatiques, de ne pas admirer le sang-froid et le courage de ce jeune resté 8 heures caché près des terroristes et parvenant à communiquer des renseignements surement précieux aux forces de l'ordre grâce à son portable...

Annie B..

*Deux australiens
inventifs
et altruistes !*

Du linge propre pour les SDF

La générosité ne cesse jamais de surprendre et de se faire toujours plus inventive.

A Brisbane, en Australie, deux hommes ont eu une idée étonnante : ils ont créé un camion qui contient deux machines à laver et deux sèche-linge.

L'objectif est simple : parcourir la ville pour permettre aux plus démunis de

laver leur linge sale gratuitement.

Ce camion ambulancier s'appelle Orange Sky mobile laundry.

Les deux inventeurs souhaitent ainsi « améliorer le niveau d'hygiène et de santé des sans-abri ».

Le projet est appelé à se développer dans tout le pays.

Chantal S.

*Une mère et sa fille
qui ont choisi de se
tourner résolument
vers les petits
bonheurs de la vie,
en se les échangeant
par SMS*

Petite idée pour lutter contre la morosité

Notre fille, jeune adulte, a tendance à regarder ce qui lui arrive avec un œil négatif essentiellement.

A un point tel que « ça pourrait démoraliser toute la famille ».

Bien sûr, ça la fait souffrir...mais nous donc !

Face à cette spirale mortifère, j'essaie de la reconforter. Je m'aperçois que ce n'est pas toujours la solution...loin s'en faut.

Après avoir testé de multiples solutions, je lui propose un court échange quotidien.

Depuis trois mois, nous nous envoyons un SMS par jour avec uniquement du positif ; hors de question d'échanger sur les mauvaises nouvelles du jour !

Elle y tient et le réaffirme régulièrement et moi aussi.

J'ai ainsi appris à me lever le matin en pensant que je vivrai quelque chose de positif que je partagerai avec elle et que je suis curieuse de ce qu'elle m'échangera.

Ce «nouveau réveil » éclaire ma journée et j'attends son SMS avec plaisir.
Autre « détail », je suis devenue experte en SMS...
Je vous rassure, nous partageons toujours les mauvaises nouvelles ! Mais,
elles semblent moins mauvaises !!!

Christine L

Nous accueillons ce mois-ci 7 nouveaux lecteurs :

Christine L.
Luzia P.

Cécile F.
Catherine M

François I.

Camille P.

2 articles (2 500 caractères au maximum) par lecteur.

Du vécu de préférence !

Les sujets d'ordre politique ou religieux sont à éviter, tout le monde n'ayant pas la même sensibilité

**Prochain numéro le :
Dimanche 25 Janvier 2015**



Diffusion de ce numéro par courriel : 446 personnes

Courriel : gazette.dbn@free.fr

Blog partenaire : <http://www.des-bonnes-nouvelles.org/>