

La gazette d'Isabelle:

Ah le joli mois de Mai, ohé ! ohé !

31 mai 2018

Ce mois de mai s'achève, et doucement je me lève, j'émerge,
Une vraie tornade, m'a mise à plat,
Me faisant dire, une fois encore,
J'ai présumé de mes forces...

7 mai -

Un début tout en douceur...

L'arrivée de Marie Pierre, comme une fleur,
Pour m'aider aux réglages, préparations,
Nettoyages, ajustements, planifications,

13 - 14 mai -

Et l'arrivée séquencée des nymphes,
Avec chaque jour la pluie qui le ciel rince,
Karen, Gisèle, et d'un coup dans la nuit,
Betul, Martine, Isabelle, Valérie ;

La ferme est parée, les naïades arrivées,

La danse peut commencer ;

Yoga et Randonnée, posées ;

Mantras du matin, asanas,

Marches en conscience, orages,

Retours en cirés, sous la pluie,

Pique niques comiques, sous abris ;

Et le soir... ah le soir...

Des mantras, du feu, des chants,

Des cadeaux, des gâteaux, du silence...



Silence de l'âme...

L'âme – qui – agit

L'âme - agit

L'âm'agie

La magie

De la nuit

Et dodo

Om

La semaine fut très belle,

J'ai remercié la Pluie, bénie,

Peu appréciée des nymphes, avides,

De soleil qui pourtant nous aurait

Cuites.

Un Yantra magnifique

Dédié à Lakshmi

Abondance Energie

De mille pétales dessiné

Envoya nos souhaits,

Les souhaits de nos cœurs

Paix - Amour - Santé

Connaissance du Soi – Prospérité

A tout un chacun dans l'univers

Au-delà de notre petit « moi »

13 mai - dimanche

Arrive un guide, trapu, résistant, blagueur,

Alkan

Qui nous emmène hors de la ferme, laissée aux mains de Caroline,

Nous fait traverser monts et vallées, Elmaleu, Korkoutelli,



Et rejoindre enfin,

La mer.

Descente du bus, chaussures aux pieds, bâtons en mains,

C'est la descente, en pente raide, comme un ravin,

Vers la bourgade connue de Kash.

Pause tourisme, photos, cadeaux, bateaux,

Hop hôtel au bord de l'eau,

Dîner tard, il fait froid,

Yoga tard, sur planches de bois,

Premier jour de ce programme,

Yoga et Randonnées Nomades ;

Betul disparue, Véro l'a remplacée ,

La danse continue, menée par le cocher,

Gérant la troupe des femmes, marcheuses, courageuses,

Gérant carrosse, bagages, chauffeur, aux grés de nos dormeuses ;

La pluie s'est échappée, le soleil nous grille, nous dore,

Ralentit notre marche, épuise notre effort ;

Yoga toujours et partout,

Chaque jour des pratiques,

Chaque jour est yoguique ;

Nouveaux lieux, paysages grandioses,

Collines, garrigues, ruines, apothéose,

Village de Sinéma - Kékova,

Tour en bateau, mémorable et beau,

Château sur promontoire,

Village de bois, Pension, Manoir,

Fleurs étincelantes, Lumières du soir...

Ainsi de jour en jour, en yoginis nomades,

Au gré des baies, vergers, marinas,
Nous arrivons à Antalya.
Dernière nuit, dernier repas,
Café bordé par des autos,
Chambres couronnées par des avions,
Embrassades, au revoir, c'est la fin de la danse,
Féerie des montagnes, chaos de la ville, Silence ;

18 mai –

Au petit matin, je reprends le chemin de la ferme, sans bruit ;
Vite, vite, sans me presser pourtant,
Défaire, refaire, valises, sacs, et la route je reprends,
Câlins aux chats, Esméralda, laissé encore à Caroline ;

19 mai –

Envol vers France – Lyon – Maman
Sans repos, sans répit, ni posée, reposée,
Tri des bagages, un petit sac, c'est parti ;

20 mai –

Tôt dans les brumes, nous filons,
Maman et moi vers la gare,
TGV pour Narbonne, qui travaille,
Arrivée Roquefort, famille, champagne !
Car c'est la fête, anniversaires peu banals,
Tatie 80, maman 90 ans, pas mal !?
Repos, répit, repas, piscine, marches, mer, famille, dormir...

22 mai –

Refermer les bagages, au revoir, à bientôt,
Mille baisers, TGV, Lyon.
Prémises, faiblesse, fatigue...
Il fait froid dans le train, frissons.



23 mai –

Blablacar vers Romans, Une heure et plus, Blabla encore Blabla

Visite à mon amie, collines, Vercors, campagne, blabla encore blabla

Et retour en Blabla, causer, efforts, parler, encore, je suis, crevée...

24 mai –

Repos ? Enfin, les bagages restent en place,

Courses en ville, rencontres tranquilles,

25 mai –

En auto cette fois, ouf,

Beaujolais en silence, ouf,

Visiter la maison où bientôt avec les chats,

Nous atterrirons, septembre, après la ferme ;

Épuisée au retour, bain chaud,

Huiles essentielles, repos,

Car ça n'est pas fini ;

26 mai –

Tôt le matin, le même refrain,

TGV cette fois Parisien,

Journée Liberté

Financière s'entend ;

Mais je n'entends plus rien,

Fatiguée épuisée,

Je roule, je plane comme un zombie,

La journée est belle, riche,

Ma tête tourne, vertige,

La tornade m'a prise,

Je reste assise.

Jusqu'au TGV retour

Lyon dernier jour.

27 mai –

Famille, ne rien faire,

Dormir, dormir,

Bagages à refaire,

Dormir, dormir ;

28 mai -

Tôt dans le matin sans brume,

Petit tram - aéroport - s'envole,

L'avion qui me ramène enfin,

Près des chatous, près de mon lit, près du repos, terrien.

29 mai -

.....

30 mai -

.....

31 mai -

....

J'émerge, me lève enfin,

Fragiles mes jambes me portent,

La toupie est tombée, arrêté de tourner,

Encore fatiguée, continue de tourner,

Dedans. Tournis, vertige, énergie dérangée ;

Tout va bien, tout va très bien, madame la Marquise,

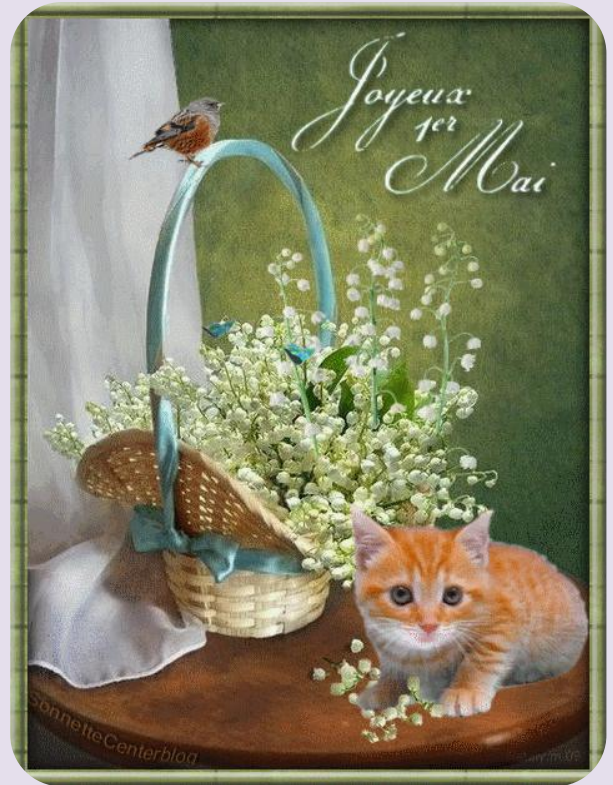
Yoga quotidien, remonte le pèlerin,

Comme la clé, remonte la poupée.

Youpi ! Retour à la Vie !

Et votre mois de Mai ? À Vous ?

Comment c'était?



Ici les photos du stage Yoga & Randonnée

album 1 = à la ferme et à Kremna et Bucak

album 2 = sur la voie lycienne

Point besoin de compte facebook pour accéder aux photos ☺