



*L'homme qui marche partout*  
*Pensée de la semaine #06 : le mardi 10 février 2026*

Bonjour !

La pensée de la semaine est de Nelson Mandela :

**J'ai découvert un secret : après avoir gravi une colline, tout ce qu'on découvre, c'est qu'il reste beaucoup d'autres collines à gravir.**

Mandela a passé vingt-sept années emprisonné dans des conditions souvent affreuses, ayant toujours refusé d'être libéré pour rester en cohérence avec ses convictions.

Cette pensée rejoint le proverbe tibétain : Quand tu arrives en haut de la montagne, continue de grimper.

Bonne route, bonne réflexion et à la prochaine !

Denis



Crédit photo : Pixabay

À l'épisode du 10 février 2026 de *Marcher vers le bien-être*, Martine Breuillaud nous présente Alexandra David-Neel, une personne hors du commun et première femme occidentale, à entrer à pied dans la ville sainte bouddhiste jusqu'alors interdite aux étrangers. C'était en 1924 !

*Marcher vers le bien-être* est diffusée les mardis à 22h, en reprise les mercredis à 11h, les vendredis à minuit et les samedis à 10h sur les ondes FM de Radio VM (91,3 Montréal ; 89,3 Victoriaville ; 89,9 Trois-Rivières ; 100,3 Sherbrooke ; 104,1 Rimouski). On peut aussi l'écouter en direct sur Internet aux moments de diffusion en allant sur le site [radiovm.com](http://radiovm.com). Les épisodes depuis le début de l'émission en 2021 sont disponibles en permanence sur le site [jemarchepartout.com](http://jemarchepartout.com), téléchargeables pour être écoutés en balados.

Vous pouvez poursuivre la réflexion en écoutant ma chronique à *Debout VM*, l'émission matinale à Radio VM animée par Michel Gailloux de 07h00 à 08h30. Ma chronique est présentée tous les jeudis vers 08h15 et disponible par la suite sur le site [jemarchepartout.com](http://jemarchepartout.com).

N'hésitez pas à partager *Pensée de la semaine* et à inviter toute personne intéressée par la marche à s'y inscrire gratuitement à : [info@jemarchepartout.com](mailto:info@jemarchepartout.com). Même procédure si vous ne souhaitez plus recevoir cet envoi.

La *Pensée* depuis le début de sa parution est également disponible sur [jemarchepartout.com](http://jemarchepartout.com) sous la rubrique Les ressources.