

Pensée de la semaine #6 – le 10 février 2026

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.

Bonjour !

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.

N'hésitez pas à partager cette *Pensée de la semaine* et à inviter toute personne intéressée par la marche à s'y inscrire gratuitement en m'écrivant à info@jemarchepartout.com. Même procédure si vous ne souhaitez plus recevoir cet envoi.

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 !

Bonne route et à la prochaine !

Denis



La belle randonnée !

Crédit photo : Pixabay

* *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. Les épisodes depuis le début de l'émission en 2021 sont disponibles en permanence sur le site 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.