

Amour & Sagesse

N°14 - ÉTÉ 2022

**TOUJOURS
HEUREUX**

CHRISTIAN DESMET



FAITES COMME ANGELA DAVIS, SOUTENEZ LES AÎNÉ-ES !

ABONNEZ-VOUS à *Amour & Sagesse*
pour un an (4 numéros) :

* **PRIX JUSTE : 19 €**
(frais de port compris)

* **PRIX DE SOUTIEN : 29 €**
(frais de port compris)

L'abonnement est **GRATUIT** pour
les personnes en situation de précarité,
les chômeurs·euses, les détenu·es et
les **SENIORS** de plus de 65 ans qui en
font la demande.

**Pour vous abonner, faites simplement
un virement sur le compte bancaire
BE 36 0688 8897 1681
en indiquant vos noms, prénoms
et adresse postale.**

Pour toute demande d'exonération
ou de renseignements,
écrivez-nous : *Amour & Sagesse*,
Avenue Van Volxem, 54, 1190 Bruxelles
envoyez-nous un email :
info@amouretsagesse.be
ou téléphonez-nous : 0491 75 08 55

**Et pour tous les *DONS* et
les *SOUTIENS*, c'est la même
marche à suivre !**

UN GRAND MERCI À VOUS !



Photographie de couverture : Vincen Beeckman
Photographie de 4^e de couverture : Jeanne Bidlot

AU GRAND JOUR, ÂGEISSONS

ÉDITO

Amour & Sagesse ne mâche pas ses mots. Toujours plus fort, toujours plus haut, notre collectif s'est engagé depuis le numéro 1 à dénoncer l'âgisme, briser les tabous, casser les idées reçues sur la vieillesse et lever le voile sur les pratiques qui usent et abîment les aîné.es au lieu d'en prendre soin.

Aujourd'hui, certains pouvoirs subsidiaires nous lâchent et nous manquons de moyens pour continuer le combat. Notre colère gronde mais nous ne laisserons **PAS** une fois de plus les vieux-vieilles sur le côté.

Il est temps d'unir nos forces. La parole des aîné.es doit pouvoir être entendue, leur amour partagé, leur sagesse déployée. Parce que nous avons plus que jamais besoin des écrits, des œuvres, des témoignages de **WILLY, CHRISTIAN, DJADJA, ANIFA, GEORGES...** et de tous les invisibles de notre société, pour mieux en comprendre la face cachée. *Amour & Sagesse* nous montre que la vieillesse est force et puissance de vie. Une deuxième vie, voire une troisième sont possibles. L'amour à 74 ans fait revivre

les papillons des premiers instants, le Kamasutra se pratique plus facilement avec une prothèse de hanche.

Alors **SOUTENEZ-NOUS**, abonnez-vous, abonnez vos proches, vos ami.es, jeunes ou moins jeunes, faites un don, ne serait-ce que de quelques euros qui nous seront d'une utilité vitale. Nous ne pourrons continuer notre combat **QUE** grâce à votre participation. Ou ce numéro 14 risque bien d'être le dernier.

La vieillesse n'est pas honteuse. La vieillesse n'est ni un tabou ni un sujet interdit que l'on peut éviter poliment en regardant ailleurs. La vieillesse est un passage obligé. Abordons la question du dernier âge, continuons à briser le cercle du silence : **VOUS**, lecteurs·trices, devez nous y aider.

ABONNEZ-VOUS !

SOMMAIRE

p. 6-8

**Les feux de l'amour
MACHO MACHO
MÄN?**

p. 9-18

Portraits

*Des fleurs dans
la tête, Willy
De Smedt*

**DJADJA par DJADJA
ANIFA CARIMBACCUS**

p. 19-33

Portfolio

**WILLY DE SMEDT
SIRANNE**

VEURBEUSTEL

ALAN ELIFTON

LES MOTSQUESTAIRES

p. 34-36

Confidence pour confidence

CHRISTIAN DESMET

p. 37

Poésie

À MA MÈRE

p. 38-39

Culture

Éroticodico

VOUS, JE NE SAIS PAS...

CHRONIQUE LITTÉRAIRE

p. 40

Histoire

IL ÉTAIT UNE FOIS

LE CHEMIN DE FER

p. 41-43

Gastronomie & santé

AGRUMES FRAÎCHEUR

POUR L'ÉTÉ

ATTENTION AU

MAUVAIS ŒIL!

p. 44-45

Vie locale

BALADE BRUXELLOISE

p. 46

Détente

L'HOROSCOPE DE L'EXTRAORDINAIRE

BANALITÉ

VIDEO : JOURNAL DE BORD AMOUR & SAGESSE



Ce journal de bord audiovisuel est avant tout une mémoire de nos aîné·es. Qui sont nos vieux et nos

vieilles? À quoi ressemble leur quotidien? Quelles sont leurs passions, leurs aspirations? Que révèle leur parcours de notre société et de notre histoire commune? Dans le fond, c'est quoi « l'amour et la sagesse »?

À travers une série de portraits, nous leur donnons la parole pour que leurs voix, expériences et visions de la vie puissent traverser les générations. Leurs narrations singulières nous rappellent que loin des chiffres, des normes et des stéréotypes de l'âgisme, les aîné·es sont sensiblement humain·es.

Bon visionnage! Toutes les vidéos sont visibles sur le site internet www.amouretsagesse.be

Projet réalisé par Bachir Barrou. Coproduction de Nomad's Prod et À travers les Arts! ASBL, en partenariat avec le centre Divercity du Service Seniors de la Commune de Forest.



MACHO MACHO MAN?



Aujourd'hui, Docteur Amour ne va pas vous donner des conseils de séduction ou de sexualité, non, non. Il vous propose plutôt de faire la connaissance de Georges, célibataire au cœur tendre sous une carapace qui ne demande qu'à craquer. Car Georges est un cœur à prendre, et l'amour, c'est bon pour la santé !



Avec son aisance naturelle, Georges Hottoit en impose quand il rentre dans une pièce. Il parle souvent de lui à la 3^e personne et ne perd pas une occasion de raconter ses exploits passés. Nous avons voulu en savoir davantage sur ce macho à la plaisanterie facile, qui affiche une misogynie décomplexée et parle des dames comme on parle de vin : « *Certaines caressent le palais, d'autres ont le goût de vinasse...* » (sic).

Quand il était petit, Georges a dit un jour à sa mère, avec l'aplomb qui le caractérisait déjà : « *Maman, je veux être coiffeur !* ». Elle lui a sèchement répondu que c'était un « *métier de femme* ». Trop jeune pour s'opposer et sous la pression d'une société qui ne voit les hommes que dans des fonctions pleines de testostérone, il a finalement suivi une formation de soudeur.

Georges s'est construit sur des modèles masculins forts, aux côtés d'une mère dépourvue de tendresse. Sûr de lui malgré tout, il avance dans la vie avec confiance. Adulte, il fait la connaissance de Josée, une belle hollandaise, dont il tombe éperdument amoureux. Cette rencontre qui le touche au plus haut point déstabilise notre lion. Ensemble, ils accueillent une petite fille, Christelle. Ils auront aussi un fils, Stéphane. Les plus beaux moments de la vie de Georges sont ceux vécus avec ses enfants. Quand ils étaient petits, il passait volontiers des heures à jouer, dessiner et discuter avec eux.

Plus tard, comme cela arrive dans la vie, le couple s'est retrouvé sous le coup d'ennuis financiers. Les traites du crédit hypothécaire et les factures se sont accumulées. Sans trop réfléchir, Georges a proposé de prendre un deuxième boulot. Il bossait le jour dans les pompes funèbres et le soir dans un restaurant. L'argent n'était plus un problème. Ce que Josée souhaitait, Josée le recevait. Mais l'argent ne fait pas le bonheur, c'est bien connu... Les enfants se sont doucement accommodés de son absence et ont construit leur vie sans leur papa, mais Josée a fini par le mettre au pied du mur en menaçant de le quitter. Il aura fallu cette claque pour que Georges comprenne qu'il était peut-être trop tard... Il se coupe alors en dix pour reconquérir son épouse et la couvre non plus de cadeaux mais de sa présence. Celle qui manqua tellement à Josée.

Malheureusement, en 2006, le destin en décide autrement. À 54 ans, Josée quitte Georges pour toujours. Eux qui aimaient tellement voyager... Ce voyage-là, ils n'auront pas pu le faire ensemble. Anéanti par sa mort, Georges cherche du réconfort

auprès de ses amis. Ils étaient nombreux, mais tous ont disparu le jour où il a eu besoin d'eux. Les querelles familiales et les questions d'argent finissent de le laisser seul. Comment se reconstruire avec l'idée d'avoir tellement donné de soi et d'être pourtant traité comme un indésirable ?

Aujourd'hui, Georges aime les poissons, d'eau douce et d'eau de mer, et les crevettes, mais plutôt dans un aquarium que dans son assiette. C'est un homme qui a voulu s'accrocher aux belles choses de la vie. Vivre ses passions intensément. Les belles voitures, les bons restaurants n'ont plus aucun secret pour lui. Mais il souffre de cette solitude imposée. Quelques femmes ont bien fait un passage éclair dans sa vie, mais aucune n'a su retenir son cœur.

Son expérience de croque-mort dans les pompes funèbres l'a également

traumatisé, nous dit-il. Vivre de si près le deuil de tant de gens ne laisse pas indemne. Mais les familles ont toujours été entre de bonnes mains avec lui. Accompagner une personne dans sa dernière demeure demande beaucoup d'humilité. Pourtant, trop souvent abusé, Georges est devenu méfiant. Quand il ne connaît pas bien, il est sur la défensive. Voilà d'où sont venues ces fausses idées que nous nous sommes faites sur cet homme tendre et romantique ! Car loin des apparences et de la façade machiste qu'il présente au monde, Georges est un homme sensible qui donne sans compter.

Nous arrivons à la fin de ce portrait, et une question subsiste : qui pourra conquérir le cœur de ce bison solitaire ? Alors, Mesdames, à vos stylos ! Georges attend vos lettres et vos photos. La rédaction d'*Amour & Sagesse* s'occupe de lui transmettre vos missives... ●

Pour écrire à Georges, envoyez un mail à l'adresse suivante : info@amouretsagesse.be ou écrivez au magazine : Avenue Van Volxem, 54, 1190 Bruxelles. Nous nous ferons un plaisir de lui transmettre vos courriers !



**Docteur Amour,
Photographies de Jarini Husquet.**

Des fleurs dans la tête

Willy De Smedt







Willy De Smedt a 78 ans. Il fréquente les ateliers Arts plastiques du Créahmbxl depuis 1998. Jeanne Bidlot a l'élégance de son âge. Elle suit Willy depuis ses débuts. Il est en situation de handicap mental et peint abondamment. Elle est artiste-animatrice. Cela fait vingt-quatre ans que leurs destins se frôlent, et ce frôlement a donné naissance à des milliers de fleurs (ou de « ronds carrés »).

La question se pose régulièrement : à quoi pense Willy quand il laisse son regard suspendu dans le vide après avoir fini ses tartines ? Autour de lui règne le brouhaha joyeux de l'heure du déjeuner, dans la cuisine-cantine du Créahmbxl. Le tintement du micro-ondes rythme les discussions : voix qui plastronnent, échanges feutrés, élucubrations diverses. Parfois Willy éclate de rire, agite la main ou la tête : oui, non. Pour le reste, Willy ne parle pas. Ni là, ni ailleurs. Willy écoute et parfois s'absente. Qui sait ce qui s'affiche sur son écran mental lorsque son regard se met à flotter ?

« Avant, nous appelions cela des fleurs, dit Jeanne. Au début, en 1998, quand Willy a commencé à fréquenter les ateliers, notre hypothèse, c'était que les formes qu'il dessinait avait une origine végétale. Il les travaillait au pastel. Elles étaient beaucoup plus rondes qu'aujourd'hui. Maintenant, elles

tendent plus vers le rectangle, mais je les appelle des "ronds carrés". À cette époque, je pensais : aurait-il travaillé chez un fleuriste ? Ses parents auraient-ils cultivé des fleurs ? ».

Car Willy est un peintre abstrait. Non content de ne pas nous faciliter l'accès à son monde par le langage, il ne nous fournit pas davantage de clefs en se livrant à la figuration. Sa peinture, à l'acrylique désormais, est formée d'une succession de couches. Et quand il peint, le regard de Willy s'illumine. On sent qu'il ne faut pas entraver son va-et-vient entre la table, où il recharge de peinture son fond de bouteille tranchée, et la surface verticale qu'il travaille.

Aujourd'hui, Willy est concentré, il est à son affaire – sa main ne tremble jamais. Il ne recule pas pour considérer, il trace ses « ronds carrés rectangles » sans fatigue, du matin 9h30 jusque dans l'après-midi. Un jour que le Créahmbxl

exposait en Suisse, le chef du Service Psychiatrie Communautaire au Centre hospitalier universitaire vaudois, le professeur Jacques Besson, a affirmé à un journaliste : « *L'art permet non seulement à des personnes fragiles de s'exprimer autrement que par le travail et la parole, mais il a aussi un effet sur l'estime de soi. L'art permet à ces patients de refleurir.* » Et force nous est de constater que, si nous ignorons toujours si Willy peint des fleurs, en atelier, ses corolles personnelles s'ouvrent grand et la couleur inonde l'espace.

Jeanne intervient seulement quand la danse du pinceau s'arrête, car cette énergie de couvrir le papier est parfois cassée par le doute. « *Willy sait très bien se faire comprendre, poursuit-elle, il ne parle pas de manière articulée, mais il comprend tout. S'il y a quelque chose qui l'inquiète, il va venir chercher quelqu'un.* »

Sur l'écran mental de Willy, il y a donc Jeanne. Et devant l'objectif de Jeanne, magnifique portraitiste qui documente depuis trente ans l'activité vibrionnante du Créahmbxl, il y a Willy, rieur heureux, peintre absorbé, homme dans sa vie. C'est beau d'apprendre que Willy ne vit pas seul, debout face à son champ de fleurs (ou de « ronds carrés rectangles »). « *Willy est conscient qu'il travaille avec d'autres. Un soir d'exposition au MADmusée, raconte Jeanne, le directeur avait fait un speech sur son œuvre. Après il est venu me chercher, il a passé son bras autour de mes épaules et m'a pointée du doigt : on l'a fait ensemble.* »

Ce second temps, cet « après le discours », est fondamental dans la relation entre les animateurs-artistes du Créahmbxl et les dessinateurs, peintres, graveurs,

sculpteurs qu'ils et elles accompagnent. En dehors de la levée du doute, leurs interventions sont de l'ordre de la suggestion. « *Je fais des propositions de couleur, Willy choisit. Nous varions les supports : nous avons remarqué que leur nature et leur dimension ont une influence sur les motifs. En tant qu'artiste, le style de Willy s'est affirmé, il a mûri. Pour le moment, j'ai ramené ses vieux travaux archivés qu'il rehausse au fusain ou qu'il retravaille.* » Ainsi, qu'est Jeanne : une assistante ? une mémoire ? « *Pour Willy, je suis une constante, ici. Un repère.* » C'est annoncé sobrement, pendant quelle fierté !

Willy et sa blouse blanche de laborantin (parfois enfilée à l'envers, parfois empruntée à d'autres – Willy, tu t'appelles Diyana aujourd'hui ?) demeure en son mystère. Willy, sa tasse de thé et sa démarche coulée-glissée... Nous serions marins que nous le considérons comme une sorte de phare, toujours l'œil ouvert. Mais Jeanne, elle, éprouve pour lui, dès ce début lointain, de l'affection : « *On a tout de suite accroché. Je l'aime beaucoup. Mais est-ce qu'il m'aime autant que je l'aime ? Je ne sais pas.* »

Fleurs, « ronds-carrés-rectangles ». Le silence de Willy nous renvoie nos questions, rehaussées de couleurs. ●



Anita Van Belle, photographies de Jeanne Bidlot,
portrait de Willy et Jeanne par Vincen Beeckman.



DJADJA

par

DJADJA

Je m'appelle Jacqueline, du prénom de mon papa, Jacques, parce qu'il est mort quelques semaines avant ma naissance. Maman a connu avec lui dix années de bonheur intense et a vécu dans ce souvenir, plus amante que mère alors qu'un frère et trois sœurs m'avaient précédée, se réfugiant dans son chagrin.

Petite, je me rappelle avoir été invitée à témoigner en tant qu'enfant posthume à la *Fraternité des veuves*, où Maman était très active, lors d'une journée consacrée aux jeunes veuves. J'y avais souhaité que les mamans partagent leurs sentiments avec leurs enfants. Un temps pour le chagrin, un temps pour une pleine vie ensemble. Il y avait des témoignages émouvants de foyers où le papa s'était suicidé. Nous, Maman nous a transmis l'image d'un père aimant, pieux, volontaire de guerre, juge intègre.

Pour ma part, est-ce d'avoir connu la mort dès ma vie utérine qui fait que je vis en permanence avec la sourde peur que quelque chose, drame ou accroc, m'arrive de manière imminente ? Je range les choses chaque soir dans l'idée que je vais bien sûr mourir la nuit ou je ne prends pas ma voiture de peur de ne pouvoir me garer ou d'avoir un accident... C'est agaçant. L'hypnose m'a un peu aidée, j'ai appris à me dire : « Tu as le droit que cela se passe bien. » Mais je dois faire un effort pour sortir de chez moi, j'aime rester à l'entrée de mon terrier pour m'y réfugier en cas de besoin, serrer mes animaux dans mes bras, qu'ils soient vivants... ou en peluche. Mon divorce n'a rien arrangé. J'avais épousé un homme qui n'avait peur de rien, avec de grandes qualités et de grands défauts, mais traînant une enfance brimée par un père du type « despote éclairé ». Le père

de mes enfants était donc toujours dans la recherche de la reconnaissance, jamais satisfait. Juristes tous deux, mariés étudiants, nous avons écrit ensemble un ouvrage de vulgarisation expliquant le droit de la sécurité sociale, reprenant concrètement les droits de chacun en cette matière. C'était assez nouveau en 1985. J'ai passé la majeure partie de ma vie professionnelle dans le droit social, *in fine* dans le secteur des maladies professionnelles, secteur qui m'a passionnée car il réunit l'étude de l'atteinte physique, du contexte professionnel de la personne qui en souffre et du lien indispensable entre les deux, juridiquement reconnu et alors indemnisable.

J'ai toujours travaillé à plein temps. Les journées à l'école puis à la garderie étaient parfois bien longues pour les enfants, mais chaque heure qui n'était pas une heure de bureau leur était consacrée. J'ai eu un amour fou pour mes quatre enfants. Les vacances sous la tente, quel bonheur ! Aujourd'hui retraitée, j'ai enfin du temps pour la lecture. Celle du journal quotidien, les histoires de tous genres et beaucoup de bouquins sur la langue française ou sur la peinture. En ce moment, je lis simultanément un roman de Pearl Buck de 1931 sur la vie en Chine en 1917 et la vie de Michelle Obama. Mais pour s'endormir l'esprit léger, rien de mieux que quelques pages de bandes dessinées, Boule et Bill ou Gaston !

Car j'aime avant tout rire, plaisanter. J'ai du mal avec les personnes qui ne rient pas, sans humour. Certes, il y a beaucoup de vies sans lumière, sans bonheur. En annexe d'un vestiaire social, j'anime la pause-café un jour par semaine. Les vies se racontent, le présent ou le passé.

Nous vivons dans un monde d'inégalités douloureuses, de quotidiens laborieux. Mais on n'est pas seul. Et c'est aussi cela que j'ai retrouvé, mais en taille XXL, au *Diversity* : l'accueil, le souci d'autrui, le « portage commun » d'existences variées par le fait d'être ensemble et de faire des choses ensemble.



Sur les photos officielles des chefs d'État européens, de l'OTAN ou des rencontres de Davos... peu de visages féminins. Il y a encore bien du chemin à parcourir pour que ce monde décisionnel public créé par les hommes soit partagé avec les femmes. Nos filles ont heureusement, je pense, l'égalité en tête et parviennent à l'appliquer petit à petit. Moi, je n'étais pas armée pour bien m'affirmer en tant que femme dans ma vie professionnelle (pas de père présent dans mon enfance, écoles et mouvements de jeunesse séparés des garçons) et j'ai eu dur à me faire entendre. Je salue nos femmes ministres, bourgmestres, députées, et le sérieux de leur travail. Je crois surtout à l'utilité des cellules associatives pour faire respecter les voix de toutes et tous, nous inciter à rester informé·es et actifs·ves dans les réseaux humains de partage et d'entraide. Tant de belles choses s'y passent ! ●

**Jacqueline Ugueux, photographies
de Rozenn Quéré.**



LE NOM, LE VISAGE ET LES MAINS D'ANIFA CARIMBACCUS

La décennie 1960 représente une période-clé de l'histoire de l'immigration en Belgique. En 1964, la Belgique passe officiellement des accords bilatéraux d'échange de main d'œuvre avec le Maroc et la Turquie. De nombreux hommes, des travailleurs immigrés, grossissent alors les rangs de la construction, des transports, de la métallurgie.

Les décennies 1960-1979 connaissent aussi une part belle de migration féminine. En parallèle des accords bilatéraux officiels, des filières informelles jettent des ponts entre la Belgique et d'autres pays, et organisent des mouvements de population qui répondent au besoin de main-d'œuvre domestique. Cette migration féminine, invisibilisée, a de nombreux noms. Notamment celui d'Anifa Carimbaccus.

En 1975, deux des voisines d'enfance avec qui Anifa partageait en créole tous les secrets du quartier, Marie-Lise et Marianne, travaillent déjà en Belgique. Chacune prend soin d'une famille. Chacune s'attache aux tâches d'une maisonnée. Anifa quitte à son tour l'Ile Maurice pour rejoindre la famille que ses amies lui ont dégotée. Elle atterrit directement Avenue De Fré, dans une maison située à Uccle, celle d'une famille aisée concentrée sur le commerce international.

Anifa débarque seule et ne connaît alors ni la langue ni les codes culturels. C'est en travaillant qu'elle va tout apprendre. C'est en faisant qu'elle s'acclimatera doucement. C'est en cuisinant qu'elle découvrirra de nouvelles odeurs et de nouvelles saveurs. Les débuts d'Anifa connaissent de longs déboires administratifs. Et aussi, quelques rencontres complices et de nouvelles amitiés.

En 1976, sa situation administrative de séjour se régularise. À son rythme, Anifa construit des repères. Elle vit selon les normes et les habitudes d'un foyer qui

n'est pas le sien, elle nourrit les membres de la maisonnée, elle nous des liens solides avec des enfants dont elle n'est pas le parent.

Quotidiennement, Anifa nettoie. Lave. Récure. Aspire. Balaye. Rince. Savonne. Décasse. Astique. Purifie. Dégraisse. Détache. Elle repasse. Plie. Range. Elle coud. Répare. Assemble. Rafistole. Brode. Rapièce. Elle cuisine. Coupe. Chauffe. Cuit. Mijote. Rôtit. Fricasse. Elle nourrit. Elle change. Habille. Endors. Berce. Joue. Chante. Éduque. Veille. Rassure. Explique. Accompagne. Elle soigne et elle prend soin.

Elle élève les petits en suivant le quotidien familial. Les années passent et, suivant le rythme de la famille, elle élève les petits des petits, une deuxième génération d'enfants. Les années passent et, suivant son propre rythme, Anifa se construit un foyer. Elle épouse son mari et devient maman de deux enfants.

Quotidiennement, Anifa se dédouble. Elle nettoie, cuisine, répare, accompagne, soigne et prend soin d'une famille qui n'est pas la sienne. Elle nettoie, cuisine, répare, accompagne, soigne et prend soin aussi de sa famille.

Cette migration féminine a de nombreux visages. Aujourd'hui, celui d'Anifa est pétillant. Elle a le teint hâlé. Le regard complice, elle parle de sa carrière avec une pointe de nostalgie. Durant toute sa vie, elle a veillé avec bienveillance et engagement.

Cette migration féminine a de nombreuses mains. Les mains d'Anifa, ornées de bijoux scintillants, ont déjà vécu 67

ans. Elles paraissent douces. Leurs mille et une stries symbolisent une vie de travail, d'œuvre et d'action.

Le nom, le visage et les mains d'Anifa révèlent, dans toute leur singularité, un parcours migratoire féminin assez commun. Ils expliquent la rudesse de l'épreuve d'un nouveau chez soi qui n'est pas le sien. La force d'une vie dans un travail domestique dédoublé.

Le nom, le visage et les mains d'Anifa sont bouleversants dans ce qu'ils attestent des rapports de pouvoir, depuis la division du travail jusqu'à la migration. Ils sont éloquents dans ce qu'ils disent tout à la fois des inégalités entre hommes et femmes et des inégalités entre femmes, d'ici et d'ailleurs.

Le nom, le visage et les mains d'Anifa Carimbaccus sont mauriciens, ils sont belges aussi. Ils sont doubles. Ils sont fiers et ils sont dignes. Ils ont déjà accompli 67 ans d'actions, de rencontres humaines, d'amours, de soins, de langues, d'odeurs et de saveurs. ●



Willy De Smedt

Suzanne Verbeustel

Alan Clifton

Les MOTSquetaires

PORTFOLIO



LES "FLEURS- ROND-CARRÉS" DE WILLY DE SMEDT

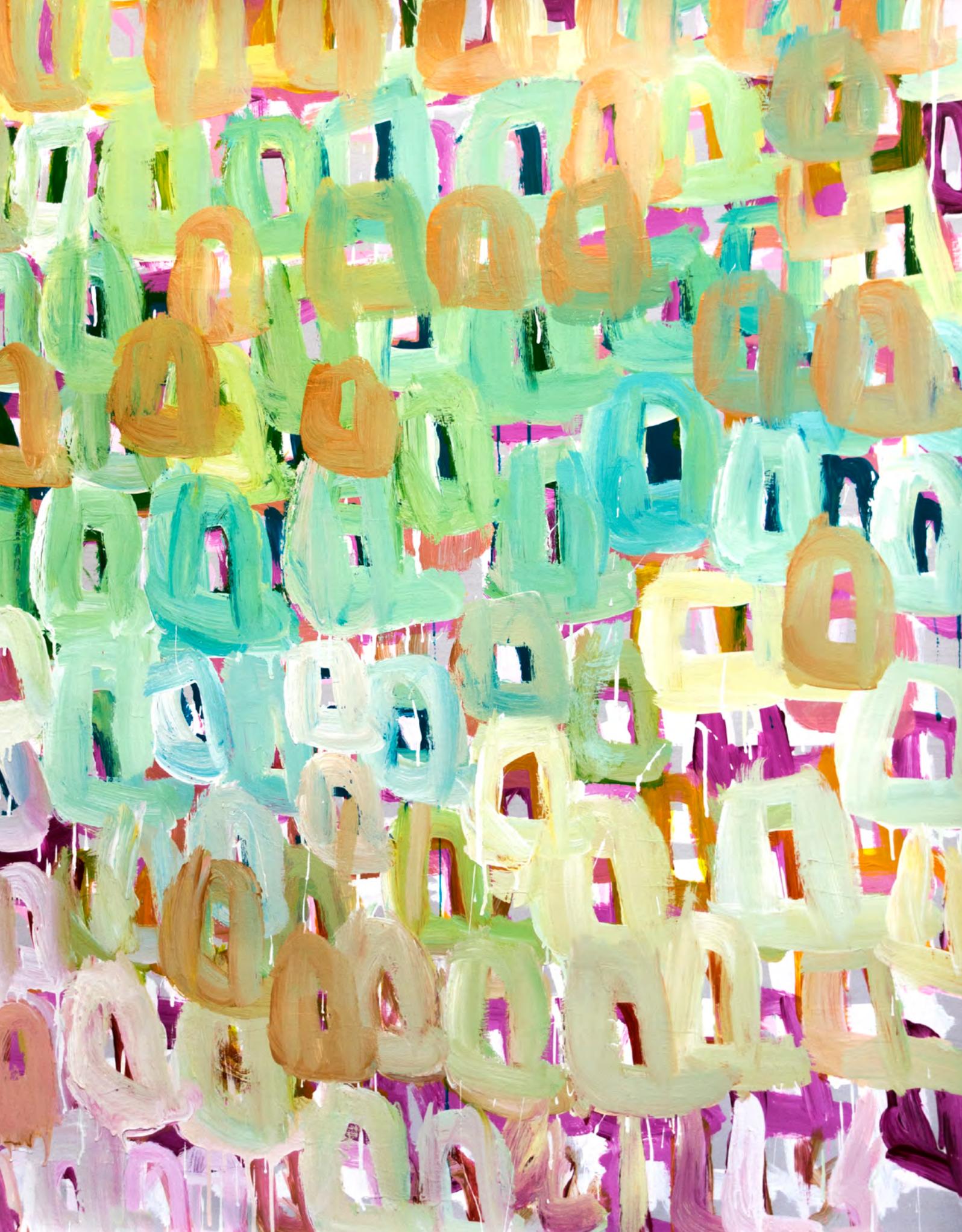
Le Créahmbxl, selon les dires des participants et participantes à ses ateliers, est un lieu « où l'on travaille le talent qu'on a déjà ». L'association, apparue à Liège, a essaimé indépendamment à Bruxelles en 1983. Elle propose des ateliers en

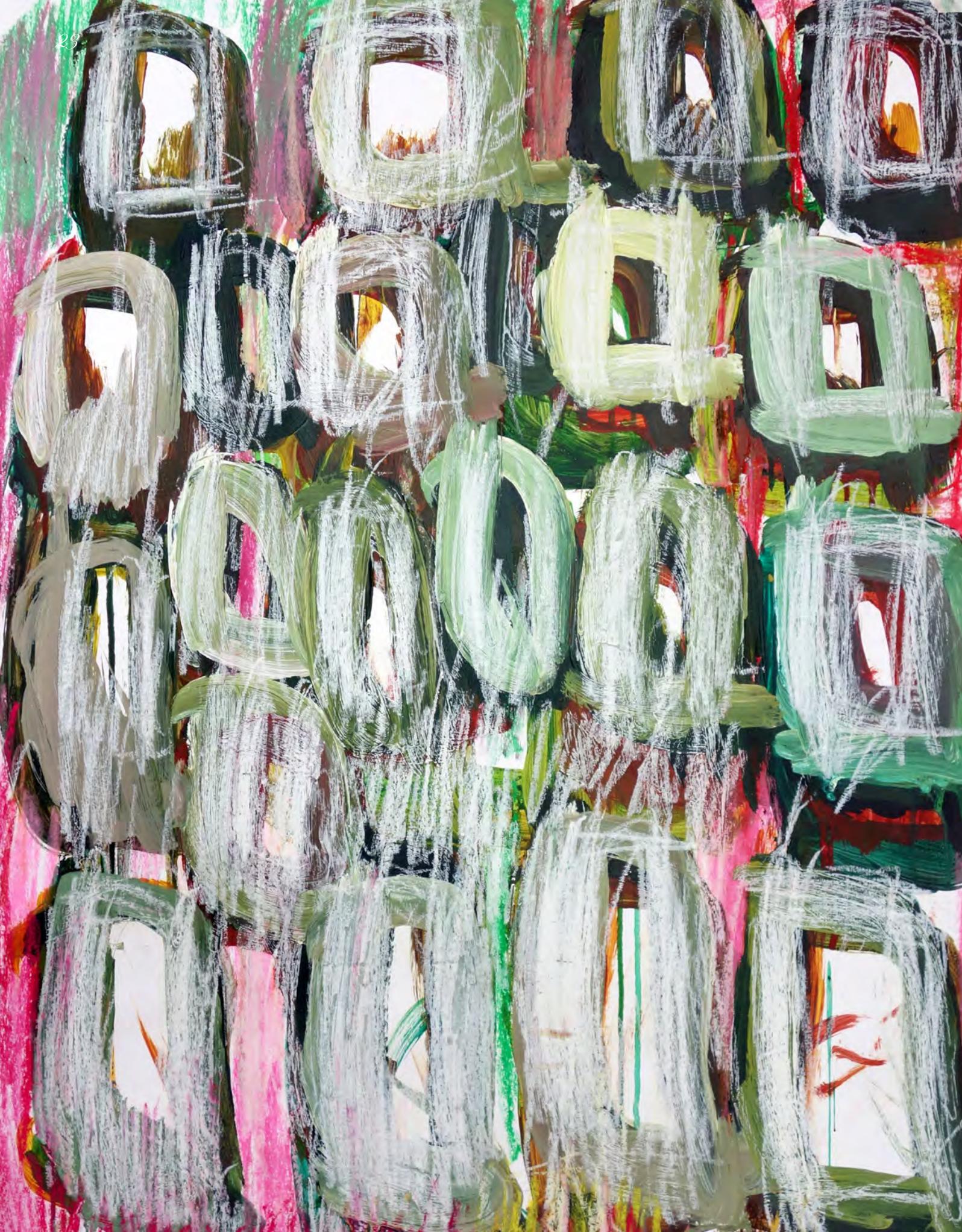
Arts plastiques et Arts vivants à des personnes en situation de handicap mental. Accompagnés d'artistes-animateurs, ils déploient et enrichissent leurs univers personnels.

Willy De Smedt fréquente l'atelier Arts plastiques du Créahmbxl depuis 1998. Jeanne Bidlot l'a photographié au fil du temps.

Tous deux ont exposé dernièrement à Cuba, Willy ses grands formats à la galerie Gorla, Jeanne ses portraits en centre-ville, sur les grilles du Castillo de la Real Fuerza.











L'ALBUM D'UNE VIE

L'histoire de la vie de Suzanne Verbeustel (née en 1930) est un album photo. Piazza del Popolo, Allée Des Cents Fontaine, Héraklion, Ile d'Elbe, coucher de soleil en Tunisie... Suzanne raconte une histoire en nuances de gris, comme si notre expérience du temps était élastique, un paysage retransmis. Les souvenirs bourdonnent comme des corps vivants, avec des trous et des fissures. Les **13 et 14 août**, vous pourrez vous promener dans sa vie, à travers sa collection de photos, dont la Local Fototek Foundation s'occupe actuellement. La photographe Renée Lorie, la voisine du dessous de Suzanne, fait également le portrait de Suzanne et montre leur amitié en mots et en images.

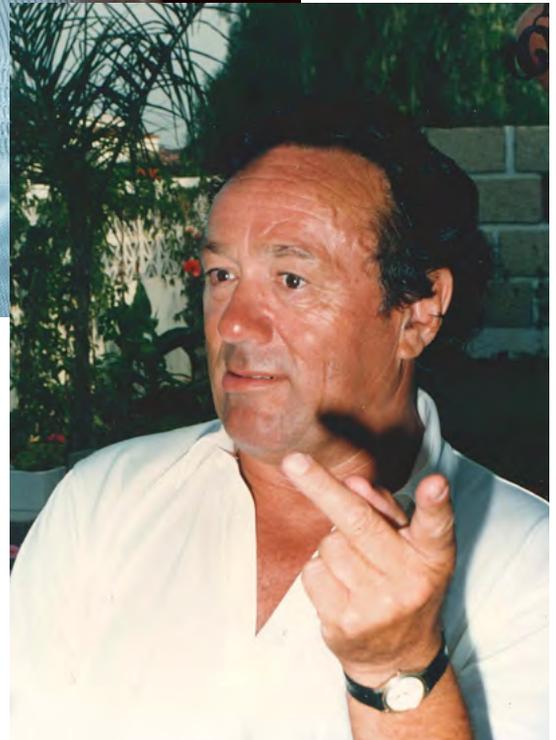
Venez voir cette exposition de salon!

Où? Rue des Moines, 1, 1190 Forest. Étages 1 et 2!

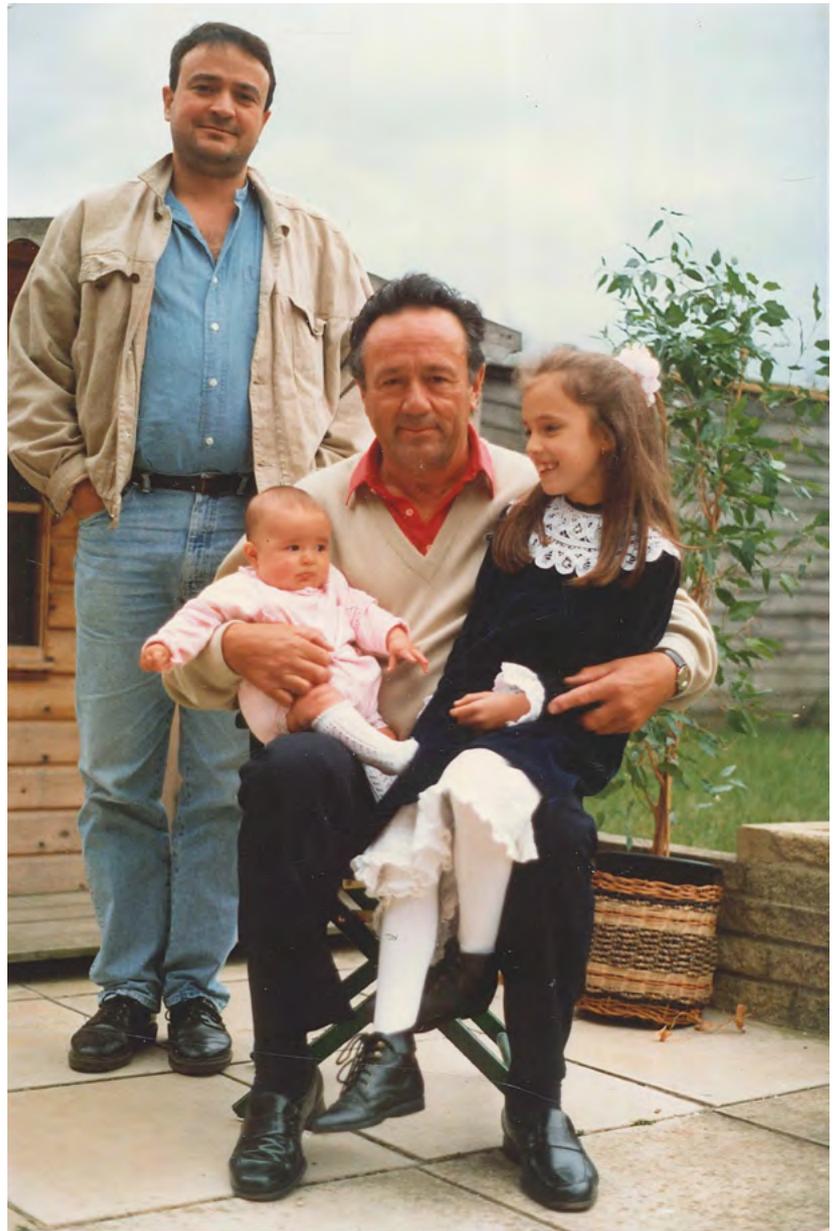
Quand? Les 13 et 14 août, de 14h à 18h. Suzanne feuillette ses albums en live à 15h30.







UNE HISTOIRE D'HUMOUR ANGLAIS

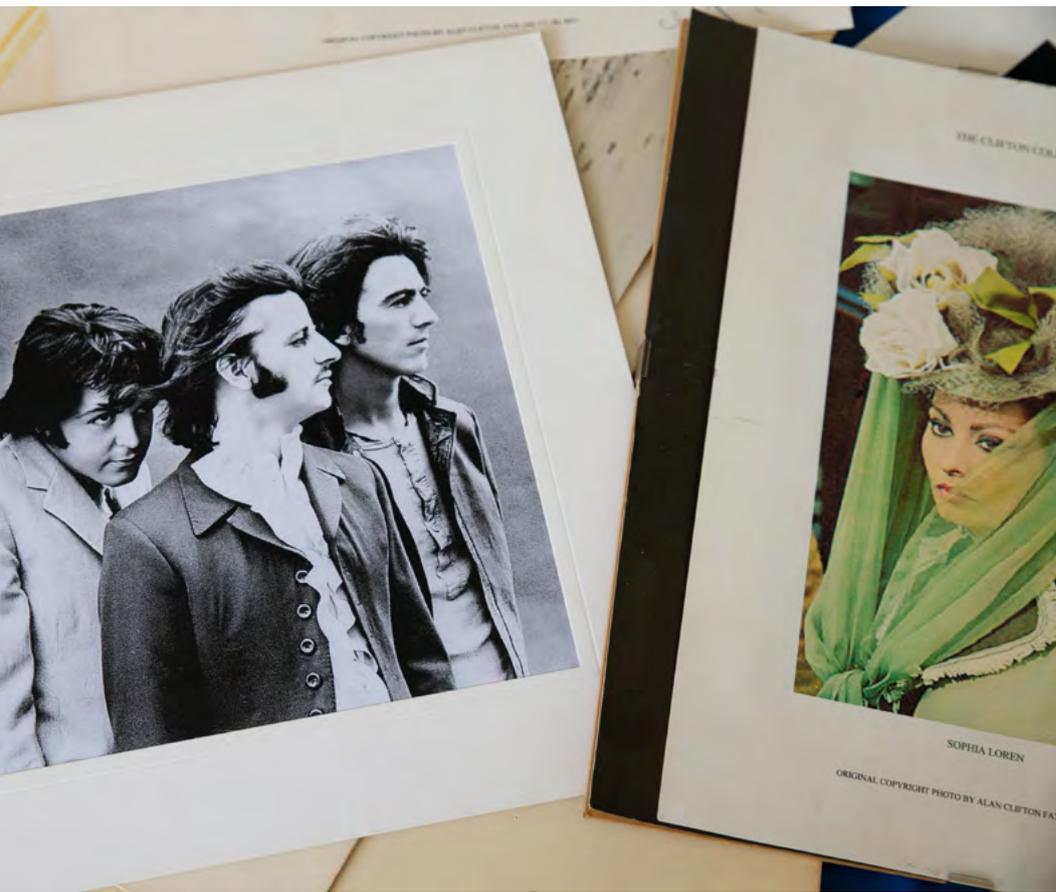


Alan Clifton, l'aîné de cinq enfants, naît à Londres en 1935. À 5 ans, il quitte ses parents et part au Pays de Galles avec ses frères et sœurs, Londres étant bombardée par les Allemands. Toute cette période, il est gâté par sa grand-mère qui lui envoie des colis. Il l'adore et se sent proche d'elle, mais il en veut toujours à sa mère de son abandon.



Il y passe cinq ans. À son retour à Londres, il a oublié l'anglais et parle uniquement le gallois ! À 16 ans, il travaille comme coursier au *Times magazine*. Il suit un cours de photographie et est engagé à 22 ans par le *Times* comme photographe de presse.

Alan se marie à 28 ans avec une Barcelonaise et ils ont deux fils. Il garde son travail jusqu'à ses 40 ans, puis le perd car la télévision remplace les magazines. À l'apogée de sa carrière, il photographie Sophia Loren, les Beatles, Kennedy... C'est à cette époque qu'il s'achète une Rolls Royce : il ne pourra jamais la sortir du garage à cause de la crise pétrolière !



Trois mots pour le décrire : joueur, flambeur et coureur. Il travaille alors quelques mois pour le magazine *Playboy* et comme taximan. Puis il se recycle dans les prêts hypothécaires et part à Tenerife avec sa deuxième femme, une Anglaise. Je le rencontre à Tenerife après son divorce. Alan est un grand amateur de femmes et je suis heureuse de l'avoir rencontré à l'âge mûr. Je suis sa 3^e épouse. Maintenant, hélas, Alan souffre de démence et est complètement dépendant. Mais il a toujours sa bonne dose d'humour anglais!

Nicole Clifton, archives photographiques d'Alan Clifton, portrait p.28 de Rozenn Quéré.

LES HAÏKUS DES « MOTSQUETAIRES »

Les MOTSquetaires sont un collectif de babeltutes* fantaisistes, créatif-ves et bienveillant-es qui jonglent avec le langage dans une joyeuse dynamique. Auteurs et autrices de mots que l'on ne peut taire et désormais visibles ici, dans Amour & Sagesse.

Yeux bruns, yeux bleus,
yeux noirs
Tous ont une lueur d'espoir
Difficile d'y croire et de
se dire :
Vive la vie

Mes yeux évitent les tiens
Tu les gardes cependant fixés
et pas éteints
Il y a des pays,
des arbres, des songes
Au fond de tes iris sombres

Dehors ça fait du bien
Rester au soleil
Malheureusement on ne peut pas
le regarder en face
Mais je regarde la personne
en face de moi
Dans les yeux c'est vraiment
rigolo

Bleu profond
Voile lacté
Cataracte avancée

Un oiseau chante
Une fleur s'ouvre
L'été est dans tes yeux

Au fond de ses yeux
Je vois ce que je veux
Une étreinte pour la nuit

La crainte insufflée,
le regard brun
Gentille pensée, soleil brillant
Bouleverse le temps unique d'un
soir

La musique adoucit la
douleur de mon âme
Ce matin c'est mon corps
qui danse
Le bal est annulé

C'est vraiment impressionnant
Regarder quelqu'un dans les yeux
On ne voit pas le temps
passer comme d'habitude

Derrière la porte éclairée
Le bruit des pas effrayants
Un chat dort

Imprégnée par l'émotion
des images et la chanson
Vivante je suis
Pour longtemps dans le bonheur
d'être là

Les meubles craquent et
me croquent
Les âmes se promènent
Je ressens leurs caresses

Dans un tourbillon de joie
Nous nous retrouvons réunis
pour chanter le bonheur

* Pipelettes, bavards et bavardes

En méditation on pense tout le bon
 Se souvenir de ce qu'on a traversé
 Tout ce qu'on a fait
 Le cœur tremble
 Les larmes coulent comme des
 gouttes

Le monde est
 silencieux
 L'émotion est forte
 Pour tous les souvenirs

Du chocolat chaud
 Qui coule dans la gorge
 La nappe est tachée

Une tâche sur un rideau
 C'est un papillon magnifique
 Il a besoin de liberté
 Il a pris son envol et,
 Surprise, il y en a un deuxième
 Vivement l'espace
 Joie de les voir
 Si heureux, le monde libre
 est à eux

Le stress apparaît tout
 à coup
 Les vertèbres du cou font mal
 Cou et coup ne font pas bon
 ménage

Le fantôme parle japonais
 Les mousquetaires fabriquent
 Le fromage

La montagne veut aller
 À la ville
 Voir Marilyn Monroe

L'âme se dérobe
 Emportée par la brise
 Le corps s'endort

Se souvenir
 Aller au restaurant
 Manger un croissant aux moules

Rappel d'un amour
 Perdu dans un lointain passé
 Les larmes coulent

Brûlant le regard
 Envoûtant par sa force
 Les larmes coulent

L'amour nous parle, nous dit
 Je vous aime ? Vous m'aimez
 Quoi de plus beau que la beauté

Ça me fait du bien
 De passer le papier sur
 mes cheveux
 J'ai envie de dormir

Au loin le train
 Vouloir sauter dedans
 Pas facile de regarder devant
 Regard amour, regard sagesse
 Se souvenir en bleu
 À travers d'autres yeux

Écrire pour ne pas mourir
 Vivre pour aimer
 Ne jamais en avoir assez

Plume de poétesse
 Oiseaux rares
 À garder loin des cages

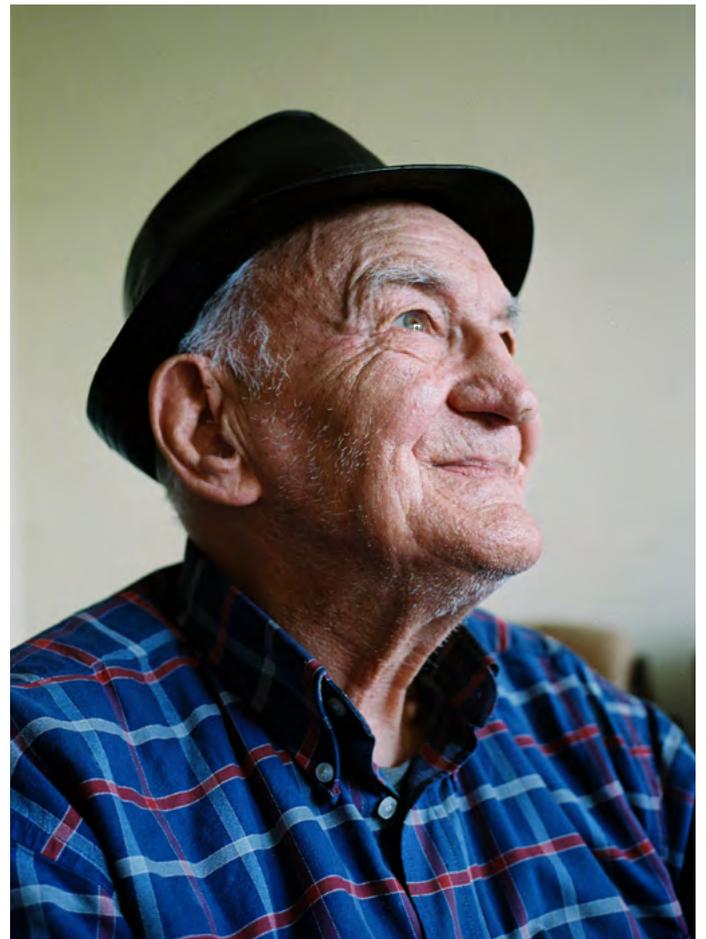
CONFIDENCE POUR CONFIDENCE : CHRISTIAN DESMET

Disque d'or de l'amour éternel, boxeur aux gants d'argent, grand voyageur au teint éternellement halé, Christian Desmet a fait chavirer le cœur des filles et des garçons de son temps grâce à son tube *Avec un peu de chance*. C'est avec beaucoup de sincérité et de générosité qu'il nous partage aujourd'hui, en confiance, tous ses plus beaux serments. Pour notre plus grande chance!

Si tu avais un rêve à réaliser :

Retourner en politique et essayer de faire bouger les choses. Dans ma jeunesse, j'ai été un grand sportif. J'aurais rêvé devenir échevin des sports, j'y suis presque arrivé dans les années 60 ! Les voix, je les avais, mais j'étais déjà président du club de tennis Forest Domaine, et il m'était impossible de cumuler les deux positions.

Footballeur, boxeur, j'en ai fait, du sport ! J'ai même participé pendant la guerre à un championnat de boxe en Allemagne contre des professionnels. Le seul Belge à avoir gagné dans l'équipe. C'est dire ! La rencontre se passait près d'une caserne militaire, les Belges étaient venus assister au tournoi, ils étaient plus de huit cents dans la salle, tu t'imagines, quel bonheur !



Je n'ai eu qu'un match à faire mais je l'ai gagné, et dans une sacrée ambiance : 4 rounds, pas de victoire par KO, mais le type s'est bel et bien retrouvé à terre !

S'il fallait choisir entre la politique ou retourner sur le ring, ce serait vite fait. C'est un grand regret de ne pas avoir pu continuer la boxe, mais elle a été interdite en Belgique pendant un moment, et du coup, je me suis tourné vers la chanson et ça n'a pas mal été non plus.

Un souvenir d'enfance :

À 3 ans, ma marraine a attrapé la diphtérie, elle me l'a refilé, elle en est morte. J'étais mal en point. Mes parents ont passé plusieurs nuits à me veiller et après quelques jours, le médecin a dit qu'il n'y avait plus rien à faire, j'étais foutu. Mes parents m'ont fait leurs adieux, ils m'ont laissé dormir et c'est avec grande surprise qu'au matin ils ont entendu quelqu'un descendre les escaliers en chantant. C'était moi !

Il y a aussi eu mes années au couvent. Mon père était parti en Inde, seul. Nous devions le rejoindre, mais la guerre a éclaté. Toute cette période je l'ai passée dans un couvent à Bourg Léopold. J'étais un élève studieux, toujours premier en classe, mais voilà qu'un beau jour je suis tombé malade et je n'ai pas pu passer les examens. J'ai échoué, je n'étais plus premier, j'ai reçu une baffe devant toute la classe par la directrice. Mes frères sont venus me défendre. On ne rigolait pas, au couvent.

Une chanson qui t'a marqué :

J'ai eu une belle carrière dans la chanson, mais mon grand malheur a été d'avoir une voix qui ressemblait à celle d'Adamo. Celui-là, il avait un an d'avance sur moi, il faisait de belles chansons, c'était déjà un grand nom. C'est ainsi que ma maison de disques m'a fait changer de nom de scène, je suis devenu « Renato » : le côté italien, c'était vendeur... Mais *Les Coyotes* avaient la patte lourde, les gens continuaient à nous appeler comme ça. On avait notre fan-club, tu sais.

Bella de Maître Gims, c'est tout à fait le genre qui me plaît. J'aurai bien aimé partir dans ce style. C'est là qu'Adamo a été plus malin que moi, il a fait des chansons bien plus rythmées. Il a eu du succès, jusqu'à son grand hit *Tombe la neige*. Là il est devenu une vedette mondiale ! La chanson, c'est quelque chose d'inouï.

Ton plus gros défaut :

Je me mets vite en colère. Quand j'étais jeune, j'étais le bagarreur numéro un de la Louvière. Si tu me cherchais misère, en un clin d'œil c'était la bagarre. C'est pour ça qu'on m'a envoyé à la boxe. Tout le monde disait : « Celui-là il fout des raclées à des hommes », et je n'avais alors que 15 ans ! Avec le temps, on s'assagit... Puis j'ai aussi eu des histoires qui ont mal tourné. Mes dents, tiens, j'en ai perdu trop à cause de ça. Très jeune, j'ai dû refaire toute ma dentition !

Tu claques des doigts pour te rendre :

J'ai eu la chance de vivre avec de magnifiques personnes qui avaient toutes le goût du voyage. Elles m'ont fait faire le tour du monde : Afrique, Amérique, Asie ! Ce que j'ai aimé le plus, ce sont les USA. Il y a des endroits extraordinaires du côté des Grands Lacs, les chutes du Niagara et bien sûr l'incontournable Las Vegas ! C'est formidable là-bas, les grands hôtels, c'est grandiose. C'est un coup de chance d'avoir rencontré ces globe-trotteuses, de moi-même, je n'aurais jamais fait tout cela.

Ta plus grande qualité :

J'ai beaucoup appris de mes années passées en Inde. J'y ai découvert l'amitié, la générosité et la mixité culturelle, ça m'a ouvert le cœur et l'esprit. Je crois que c'est ça ma plus grande qualité, je suis quelqu'un d'ouvert.

L'Inde, c'est un souvenir inoubliable, et aussi la découverte de l'amour ! J'ai une petite anecdote à ce sujet : Je suis arrivé en Inde à l'âge de 9 ans. J'adorais les animaux, j'étais entouré de poules qui selon moi n'arrêtaient pas de se battre, elles semblaient avoir un problème. Je n'avais pas réalisé qu'en fait mes poules se faisaient courtiser par un coq ! Toute cette parade de séduction pour au final se reproduire... Quel choc ! Je te rappelle que je sortais d'une éducation faite au couvent. Tout ça ne m'avait évidemment pas été expliqué ! ●

À MA MÈRE

*Nos enfants, et si c'était ça
la magie ?
Les premières heures de vie.
Les premières années.
Les premiers pleurs tant attendus
et ensuite tant redoutés.
Les premiers réflexes de marche,
recherchés par le pédiatre et
puis plus rien avant des mois.
Le premier pas hésitant, que l'on
immortalise par une photo, figé.
Une photo, onglet de nos
souvenirs.*

*Il sera un temps où nous, les
parents, ne seront que souvenirs
pour nos plantes vivaces.
En attendant, nous serons
présents à chaque instant,
à chaque choix de vie.
Maman et Papa prendront soin de
nettoyer devant chaque porte.
Ils déposeront un paillason,
avec la mention « derrière cette
porte, une autre voie ».
Aucune porte ne sera condamnée,
aucune ne sera grande ouverte,
le choix, le libre choix.
Tant pis pour nos rêves à nous,
car le bonheur est à ce prix
et il se paie en billets d'amour.*

*Ce n'est qu'avec cette monnaie
qu'une vie se remplit, elle n'a
qu'une valeur, la plus haute.*

*La vie c'est ça, parfois une simple
ligne droite, la ligne du temps,
marquée par des arrêts et des
redémarrages.
Et parfois c'est une ligne*

*brisée et détournée par le temps
"saccadeur".*

*Si à un moment le matérialisme
sonnant et trébuchant revient
au-devant des préoccupations,
ce n'est pas grave, il suffira
de peu... du souvenir de Maman.
Elle soufflera au vent l'espoir.
Vous vous souviendrez qu'elle
vous ramenait le trèfle à trois
feuilles en vous disant : la
quatrième est là, tellement petite
qu'on ne la voit pas, mais elle
est là.*

*Si à un instant, l'anarchie
stressante des autres vient
à vous déstabiliser, ne bronchez
pas, une petite sérénade vous
reviendra en mémoire et vous
rappellera le calme apparent
de Papa.*

*Ce je-m'en-foutisme de façade
qui érige des barricades.
Ce volet de vieux boutiquier,
qu'il abaissait sans broncher,
devant le chaland énervé et
médusé.*

*Bref, si le temps "saccadeur"
devient saccageur, souvenez-vous
de vous et de ce qui est
en vous... et un peu de nous.*

*J'ai voulu écrire un billet d'amour
à mes enfants et je me retrouve
avec mes lunettes pleines d'eau
de ma Mère.*

*Ma Mère silencieuse n'a jamais
cru dans la magie de la quatrième
feuille du trèfle.*

Elle est la quatrième feuille. ●

Éroticodico

Quand le temps était dans le temps, au tout premier printemps de la Terre, il y avait là Ève et Adam. Elle et lui, dans l'innocence de la nudité, découvrant la tendresse d'un arrondi, la force d'un muscle, la délicatesse d'une courbe... À la voir si belle, Adam est frétilant de désir. Son arc se tend, voilà que son engin à géométrie variable est au plus grand de sa puissance, il vise la cible, il s'approche d'Ève... Imagine qu'elle ait dit : « *Je suis désolée, Adam, tu n'es pas du tout mon type : va donc voir ailleurs où fourrer ta zigounette !* » Mais ouf, tous deux ont cueilli la pomme, gravi la courte échelle qui mène au 7^e ciel et nous voilà aujourd'hui à nous réjouir du plaisir d'exister : moi à m'amuser à écrire cette rubrique, toi à me lire en fouettant ton imaginaire libidineux. Honneur et respect à ces très lointains ancêtres : Ève et Adam ! Ils ont inventé le plus beau mot de la langue française : la concupiscence. Con-cul-puissance ! Tout est dit : du latin *concupiscere*, « désirer ardemment ». Bordel que la langue est belle !

Alors, prêts pour une balade dans le vocabulaire érotico-amoureux ?

Pour faire court (quoique), Ève et Adam « ont fait l'amour ». Mais folâtrons un peu dans le jardin des mots :

« Aller au bonheur » et « jouer à toute la joie du monde » ont un goût de paradis. « Baiser », « quetter », « tremper son biscuit », « se frotter le lard », « enfourcher », « se faire encorner », « tirer son coup » sont francs et sans détour, mais

manquent de poésie. « Faire cric-crac », « faire zonzon » ou encore « faire zonzon pépette », « faire paf paf », « batifoler » sont enfantins. Ma petite mère disait « faire des couperroux ».

Un jeu charmant ? « Le jeu de la bête à 2 dos », « jouer à serre-croupière », « jouer à cul levé », « dérouiller le petit frère », « mener le petit au cirque », « jouer à troulipette ».

Pour définir l'amoureuse affaire, quelques verbes d'action : « besogner », « limer », « enfourner », « passer à la casserole » ou encore « ramoner », comme l'affirme une charmante chanson du XVII^e siècle : « *Ramone, ramone ma cheminée, / ô mon cher amant, / ramone, ramone, / que j'aime ton brandon ardent !* » Complainte toujours chantée, bien sûr, par une voix féminine...

Ce dernier inventaire de verbes est à déconseiller, car il me semble évoquer un turbin ardu qui laisse fourbu : « se faire emboîter », « se faire astiquer la réception » ou « le vestibule », « travailler au corps », « pilonner », « huiler la machine », « polir le tunnel »... « S'envoyer en l'air » est enfin une expression courante parmi les hôtesse de la navigation aérienne.

Il convient aussi de tenir compte du calendrier : « glisser le petit Jésus dans la crèche » pour le temps de Noël, « sonner les cloches » pour Pâques, et bien sûr « planter le mai » le jour de la fête du travail ! J'évoquerais pour finir « La douce affaire »...

Alors, « derniers outrages » ou « premiers hommages » ? À méditer... On en cause au prochain numéro de *Amour, ivresse(s) & caresses* ? ●

VOUS, JE NE SAIS PAS...

UNE CHRONIQUE LITTÉRAIRE DE PHILIPPE ERKÈS

...mais moi, l'été, je profite de la mer, de la montagne, du soleil, du temps disponible pour nourrir ma vie de celle des autres. C'est passionnant, la vie des gens, quand elle est bien racontée.

Caroline Lamarche, autrice belge de renom, se dévoile ici à travers l'histoire de sa mère, dont elle raconte les dernières années. Sa mère¹, une personnalité forte, vivra le plus longtemps possible chez elle, avec l'aide des siens, avant de se résigner à la maison de repos. Toute une vie se dit ici par petites touches, une longue vie, qui finit par être usante pour les enfants aux sacrifices et attentions permanentes. Comment vivre avec un parent qui, de plus en plus diminué, vit très longtemps, trop longtemps parfois ? Ce livre, qui brasse des sujets universels avec sensibilité, humour et nostalgie, nous dit combien la vie se joue tous les jours et finira un jour. Pas trop tôt ; mais pas trop tard non plus, si possible.

De la famille, il est aussi question dans ce beau *Porca Miseria*, de Tonino Benacquista² : récit de son

enfance, celle d'un fils de « rital », né en France, cadet d'une famille nombreuse et très pauvre. À la maison, des parents malheureux, un père, ouvrier, alcoolique, brutal, une mère mélancolique, aigrie, usée, qui élève seule cinq enfants. Deux chambres pour tout le monde. Heureusement, il y a l'école, la rue, les copains. Et l'imagination, qu'il croisera dans la lecture, l'écriture, et qui lui sauvera la vie. « Lire, c'est entrer dans une cathédrale. Écrire, c'est y mettre le feu ». Le chemin de vie s'écrit ici sans misérabilisme ni complaisance, avec charme et lyrisme. Un livre qui reste en tête, parce que gravé au cœur.

La famille toujours, ici cévenole protestante, où on parle peu, dans laquelle naît un troisième enfant, lourdement handicapé. « Chacun composa avec sa réserve de courage. Les parents moururent un peu... Les deux autres enfants, eux, ne comprirent pas tout, sauf

qu'une force dévastatrice, qu'ils ne nommèrent pas encore chagrin, les avait propulsés dans un monde coupé du monde ». Dans ce livre exceptionnel³, qui a raflé trois prix littéraires à lui seul, Clara Dupont-Monod raconte, sous l'angle original de la fratrie, trois vies confrontées à cette situation vertigineuse, les non-dits, l'adaptation. Et cela, d'une plume sublime de délicatesse, de grâce même. Un livre incontournable, à lire, offrir, conserver et relire.

L'été, c'est la rencontre, avec soi-même, et avec de beaux écrivains. ●



1. *La fin des abeilles*, Gallimard 2022, 198 pages
2. *Porca Miseria*, Gallimard 2022, 193 pages
3. *S'adapter*, Stock 2021, 171 pages

IL ÉTAIT UNE FOIS LE CHEMIN DE FER

Aujourd'hui, votre serviteur, cheminot effectif pendant plus de 42 ans, va vous conter l'histoire anecdotique de l'écartement des rails utilisés en Belgique et dans la plupart des pays du monde. L'écartement des rails est la distance entre les flancs intérieurs des deux files de rails et mesure précisément 143,5 cm. On l'appelle « écartement de voies normales ».

Mais d'abord une petite diversion. Savez-vous qu'en certains endroits bien précis de la voie est positionné un CROCODILE ? C'est un dispositif métallique de forme allongée, placé entre les deux files de rails. Il se compose d'un patin en acier de 2 m de long, sur lequel vient frotter une brosse également métallique fixée sous le châssis des engins moteurs. Une instruction est transmise au conducteur.

Revenons à notre sujet : la première voie de transport a été établie au Royaume-Uni au début du 17e, principalement pour le transport du charbon. En 1802, des convois furent ouverts au public, tractés par des chevaux. Les rails étaient en bois. Pour construire leurs voies ferrées, les Anglais ont repris l'écartement standard des charrettes et chariots : en choisissant les mêmes dimensions, ils assuraient une reconversion plus aisée et à moindre coût des chariots en wagons.

Mais pourquoi les chariots utilisaient-ils un tel écartement ? Parce que les routes avaient des ornières et qu'un espacement différent aurait causé la rupture de l'essieu.

Remontons à l'époque de la grande Rome, il y a 2000 ans. À force de trafic sur les routes

dallées romaines, les dalles se creusent et des ornières se dessinent. Pour ne pas abîmer les roues des chariots, elles ne devaient pas buter dessus, et pour éviter les problèmes des écartements variables, et au lieu de combler les ornières, il fut décidé d'un écartement fixe. Les roues ne devaient pas se trouver dans la continuité des empreintes de sabots des chevaux, ni être trop espacées ni dépasser de chaque côté, pour éviter les accidents. Les fouilles archéologiques ont révélé que les ornières étaient de taille standardisée. D'autre part, il devait y avoir une distance suffisante entre les croupes des chevaux, pour ne pas se gêner. Il apparaît donc que la largeur de l'écartement des rails de notre TGV dépend de celle de la taille des fesses de deux chevaux attelés !

Cerise sur le gâteau : quand nous regardons la navette spatiale sur son pas de tir, nous remarquons des réservoirs additionnels attachés au réservoir principal. L'usine qui les fabrique se trouve dans l'Utah ; elle aurait aimé les faire plus larges mais ces réservoirs sont expédiés par le train jusqu'au site de lancement. La ligne de chemin de fer entre l'usine et Cap Canaveral emprunte un tunnel sous les montagnes rocheuses ; avec son écartement dit normal, les rails de ce tunnel limitent la taille des réservoirs à la même largeur que deux arrière-trains de chevaux.

Conclusion : Le moyen de transport le plus impliqué de notre planète doit donc respecter la contrainte d'une conception vieille de 2000 ans !

AGRUMES FRAÎCHEUR POUR L'ÉTÉ

En cette période estivale, quoi de plus agréable que de déguster un pamplemousse frais ou de boire une limonade rafraîchissante !

Le pamplemousse se répand surtout à partir des années 1940, sous l'impulsion de la cuisine américaine. C'est aux États-Unis, en effet, que cet agrume, appelé là-bas *grapefruit* car il pousse en grappes, connaît d'abord un grand succès commercial. Ma grand-mère, Marie-Henriette Chrétien, présentait à ses convives un dessert très rafraîchissant de pamplemousses que voici.

Recette

- Les pamplemousses auront passé la nuit dans la glace.
- Le lendemain, à l'aide d'un couteau d'argent, coupez-les en deux.
- Dégagez la chair de son écorce et de la peau qui y est attachée, en gardant les deux hémisphères entiers.
- Découpez, ensuite, la pulpe en quartiers, non point entièrement détachée mais tenant au centre.
- Ces opérations terminées, versez sur les fruits une blanche averse de sucre en poudre et une bonne cuillerée de kirsch ou de marasquin.
- Servez sur un lit de glace. Il n'y a rien de plus frais ni de plus juteux que ce dessert !

Il peut paraître paradoxal de parler de « limonade d'oranges ». En effet, le mot provient de « limon », sorte de citron acide. Le sens diffère selon les époques, les pays et a pu s'élargir avec le temps. Dans nos régions, depuis le XVII^e et jusqu'au début du XX^e, la « limonade » désignait une boisson préparée à partir de jus de citron ou de limon, d'eau et de sucre. De nos jours, il s'agit généralement d'une boisson gazeuse, parfumée de sirop ou d'essence de citron. La recette de ma grand-mère comprend, certes, du jus de citron, mais est surtout composée de jus d'oranges, ce qui lui confère un goût plus agréable. Voici une limonade d'oranges très prisée l'été, après le thé de 5 heures ou lors d'une soirée.

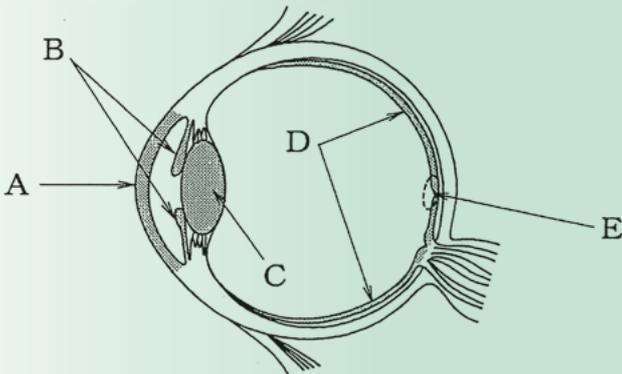
Recette

- Procurez-vous 3 belles oranges et 1 kilo de sucre en morceaux.
- Frottez chacun de ceux-ci sur les pelures d'oranges.
- Exprimez, ensuite, fortement le jus des oranges.
- Versez, alors, 1 litre d'eau tiède sur le tout; laissez reposer 24 heures, puis ajoutez 20g d'acide citrique ou le jus d'1 citron.
- Filtrez la limonade et servez-la très froide. ●

ATTENTION AU MAUVAIS ŒIL!

**Le décollement de la rétine et le glaucome sont deux grandes causes de cécité.
Voici comment les identifier afin d'agir rapidement en cas de besoin.**

L'œil humain peut être comparé à un appareil photographique : le cristallin (lentille biconvexe, située en arrière de l'iris et en avant du corps vitré, qui intervient dans l'accommodation) est la lentille, la rétine est la plaque photographique, et le nerf optique part de la rétine à l'arrière de l'œil et transporte les images jusqu'au cerveau.



A = cornée
B = iris et pupille
C = cristallin
D = rétine
E = tache aveugle

LE DÉCOLLEMENT DE LA RÉTINE

Il n'y a aucun signe avant-coureur de la maladie. Cela ne fait jamais mal. Les symptômes vont apparaître brusquement :

- Éclairs de lumière
- Vision périphérique progressivement réduite, vision en tunnel
- Ombre donnant l'impression d'un rideau devant le champ visuel

Dans certains cas, on peut y être prédisposé :

- Hypermétropie ou myopie extrême
- Lésion ou traumatisme oculaire
- Chirurgie de la cataracte
- Diabète avancé

C'est une urgence grave avec risque de cécité. Le seul traitement est la chirurgie ou le laser.

LE GLAUCOME

À l'intérieur de l'œil, un liquide est produit en permanence : c'est l'humeur aqueuse. Elle est évacuée au travers d'un filtre situé à l'angle entre l'iris et la cornée, appelé « trabéculum ». Si l'évacuation du liquide est ralentie, la pression à l'intérieur du globe oculaire s'élève anormalement et provoque une altération des fibres du nerf optique.



On distingue 2 types de glaucomes :

◆ **Le glaucome à angle ouvert** est le plus fréquent. Il est chronique, et les signes avant-coureurs sont tardifs ou absents. Le plus souvent, il s'installe sans symptômes : il convient donc de consulter l'ophtalmologiste une fois par an, qui vérifiera la tension oculaire et instaurera au besoin un traitement. Le traitement du glaucome n'a pas pour objectif de guérir cette affection, mais de ralentir au maximum la disparition des fibres nerveuses rétiniennes (aussi appelées « fibres optiques »). Le traitement est le plus souvent médical, par collyres visant à réduire la pression intra-oculaire.

◆ **Le glaucome à angle fermé** apparaît de façon aiguë, c'est une urgence thérapeutique, d'abord médicale

puis chirurgicale. La pression intra-oculaire est très élevée. Les symptômes du glaucome aigu sont brutaux : maux de tête, douleurs oculaires avec œil rouge hypersensible à la lumière, nausées et vomissements, pupille dilatée, baisse de la vision rapide avec un halo coloré autour des lumières. En l'absence d'un traitement urgent par laser (trabéculoplastie) ou par chirurgie, la cécité s'installe rapidement.

En conclusion, méfions-nous des maladies qui ne sont pas douloureuses au début, elles doivent nous inciter à la prévention. Même si vous croyez avoir une bonne vue, consultez au moins une fois par an un oculiste ! ●

BALADE BRUXELLOISE

Dans cette période étrange où nous avons été contraints de nous tourner les pouces, ailes coupées, il peut arriver que les godasses nous démangent intensément. Difficile de résister à l'appel du grand dehors...

Dans ces circonstances, le grand dehors est à découvrir dans le tout proche, mais comme aucun défi ne nous effraie : en avant marche !

Si tous les chemins mènent à Rome, tous les trottoirs invitent au vagabondage. C'est une évidence : toutes les villes ont été construites à la campagne. Mais alors, où sont-elles, ces traces de campagne ? Cette question m'a mis en chemin l'automne dernier.

Les noms de rues sont les premiers indices : rue des Moissons, rue de la Ferme, rue du Moulin, rue Potagère, chemin des Faisans, champ des Hirondelles, sentier des Martinets, rue du Soleil...

Les parcs qui aèrent la ville sont orphelins de la forêt de Soignes : le bois de la Cambre, le parc Royal, le parc Léopold... Les activités agricoles perdurent : la ferme Nos Pilifs (entreprise sociale), le plateau Avijl aux vaches paisibles, à la sortie de la station Erasme en bordure de Flandres, les maraîchers du Vogelzang : c'est là que poussent les chicons dits aussi « witloofs ».

Le réseau Natagora, qui émaille la ville de biodiversité le long du canal de la Senne, dans les marais du Moeraske, dans les jardins.

Les potagers collectifs au goût de la Terre nourricière.

La promenade verte qui ceinture la ville sur plus de 50 km.

Les nombreux intérieurs d'îlots, souvent aux arbres remarquables. Cette abondance du végétal fait de Bruxelles la 3^e capitale européenne la plus verte (après Londres et Rome).

À Ixelles, j'habite près de la place de la Petite Suisse. Pourquoi ce nom ? Jusqu'au début du XX^e siècle, ce bout de campagne avec une ferme et des prairies était un but de promenade. Depuis la place Sainte-Croix, il fallait monter pendant près de 2 km par la chaussée de Boendael : le plateau du Solbosch culmine à 104 mètres ! On trouvait à ce lieu un air alpestre, d'où son nom. Un vaste intérieur d'îlot accueille deux plaines de jeu, trois terrains de sport et les composts du quartier. Là, oreilles et regard en éveil, tout un petit peuple emplumé vole et chante. Martinets, mésanges et pinsons. Le merle saluant le point du jour. Pies bavardes et perruches en bandes criardes. Pigeons et corneilles qui se disputent le territoire. Ce trait de couleurs ? Le martin-pêcheur aux étangs de Boitsfort.



Le plateau Avijl.

Jardin de l'asphalte, les fleurs proclament sans répit le triomphe du vivant. Les pionnières dans les friches : herbes aux gueux, camomille, coquelicots, ivraies, zizanie. Eupatoire chanvrine traversant la piste cyclable de l'avenue de Tervuren. Roses trémières s'épanouissant entre deux pavés du trottoir, bistorte à l'angle d'une bouche d'égoût. Arbres à papillons et corydales dans les murs, armoises et épilobes dans les chantiers. Les oreilles de Judas sur les vieux bureaux des marais de Ganshoren et la flore aquatique tout au long de la vallée de la Woluwe. C'est ainsi : le végétal, sans cesse, pousse avec vigueur comme si, dans sa fantaisie, la vie ne choisissait aucune forme définitive.

Au hasard des rues, un homme âgé assiste à la démolition d'une maison. Les murs

aux papiers-peints fanés racontent l'intimité des jours : traces de cadres et de meubles. Il a les yeux mouillés de larmes. « *C'est là que j'ai vécu les plus belles années de ma vie. Aujourd'hui, je suis veuf.* » me confie-t-il. Je le regarde s'éloigner à pas chagrins. Dans ce jardinet, une fillette joue silencieusement, perdue dans son rêve. Sa grand-mère lui crie d'aller regarder la télévision. Poursuivant paisiblement sa rêverie, elle n'obéit pas... Comme c'est réjouissant ! Dans le tram, ces deux jeunes filles coiffées d'un foulard se récitant des poèmes de Jacques Prévert : quel bonheur !

Un des épisodes du « coronacircus » a redéfini les métiers essentiels. Voici mon quatuor gagnant : d'abord saluer les éboueurs qui, jour après jour, rendent la ville aimable. L'espace public est l'espace de la rencontre. Saloper l'espace public, c'est gâter voire empêcher la rencontre. Accrochée à la poubelle à roulettes, une pancarte annonce : « On a trouvé un nouveau, s'adresser au commissariat ». Je le remercie de se soucier de la tendresse d'un enfant et de la détresse d'un doudou perdu. La fée du logis qui traque la saleté des trottoirs ? Le balayeur de rue, pardi ! Le Petit Poucet qui démêle les embouteillages ? Le bus de la STIB, pardi ! Le héros mythologique qui descend dans les entrailles de la cité pour les désengorger ? L'égoutier, pardi ! Bruxelles n'est pas un conte de fées, mais les héros sont à pied d'œuvre.

Les idées qui remontent des pieds à la tête sont claires, joyeuses et nourrissantes : randonner, vagabonder, flâner est mettre en pratique l'amour et la sagesse, rien de plus, mais surtout rien de moins ! ●

Joël Smets

L'HOROSCOPE

DE L'EXTRAORDINAIRE BANALITÉ

PAR LES « MOTSQUETAIRES »

LION

23/07 - 22/08

En prolongeant votre réveil, vous trouverez un jeune homme au pied du lit, comme Madame Macron.

VIERGE

23/08 - 22/09

Lisez *Amour & Sagesse* avec votre café et une grande fête sera organisée au Divercity.

BALANCE

23/09 - 23/10

Ouvrez dix fois le frigo sans rien y prendre et visitez l'Inde, qui est peut-être le pays de vos ancêtres.

SCORPION

24/10 - 22/11

En regardant par la fenêtre, vous terminerez votre vie dans le bonheur et la sérénité.

SAGITTAIRE

23/11 - 21/12

Grimpez au sommet de la pyramide de Gizeh, vous y donnerez à boire et à manger aux oiseaux.

CAPRICORNE

22/12 - 20/01

Rêvez un petit moment et vous deviendrez pilote de ligne.

VERSEAU

21/01 - 18/02

Nagez dans une piscine olympique de miel, vous aurez bon appétit et digèrerez toujours bien.

POISSON

19/02 - 20/03

Faites-vous parfois un œuf sur le plat. Ça y est, vous êtes une danseuse étoile.

BÉLIER

21/03 - 20/04

La prochaine fois que vous passerez aux water closet, vous aurez l'occasion de caresser Marilyn Monroe.

TAUREAU

21/04 - 21/05

Tout en cherchant vos lunettes à tâtons, vous atteignez le don de l'amour universel, comme Jeanne.

GÉMEAUX

22/05 - 21/06

Grâce à votre nouveau don d'ubiquité, la vie de tous les jours est un éternel recommencement.

CANCER

22/06 - 22/07

En déjeunant tout à votre aise et avec le plus grand plaisir du monde, vous resterez jeune et biel.

AMOUR & SAGESSE N°14

COMITÉ DE RÉDACTION

Odette Alves
Bachir Barrou
Claire Cagnat
Wioleta Chendoszka
Stéphanie Gillet
Eve Leguebe
Christine Miara
Nour Eddine M'Rabet
Annick Peeters
Rozenn Quéré
Teri Radziewicz
Barbara Roman
Joël Smets
Uské
Marie-Jo Van Eylen
Le collectif des MOTSquetaires

PHOTOGRAPHIES

Vincen Beeckman
Jeanne Bidlot
Jarini Husquet
Rozenn Quéré

GRAPHISME

Lucie Caouder

SERVICE SENIORS DE FOREST

Jeanne Boute
Ouda El Kour
Nathalie Lamot
Jeanne Mortreux
Ahmed Raisoumi
Julie Verbeeck
Constance Zwaelens

ÉDITEUR RESPONSABLE

Simone Schuiten

CONTACT

Mail : info@amouretsagesse.be
Tel. : 0491 75 08 55
Avenue Van Volxem 54,
1190 Bruxelles
www.amouretsagesse.be





Willy De Smedt