



Balade bien être dimanche 4 mai 2025

C'est sous un ciel chargé de grisaille, parmi la bruine et les embruns que treize irréductibles se sont engagés dans le massif de la Gardiole à son extrémité Ouest (Balaruc le Vieux autour du pic la Mathe). Une boucle de 4,5 km nous a révélé les parfums de la nature humide, copieusement et régulièrement arrosée depuis quelques mois. Nous en savons quelque chose les randonneurs, pluie tous les dimanches ou... vent tempétueux. Qu'importe, sauf limite de sécurité - ne jamais oublier que la Nature et les éléments sont plus forts que nous- c'est toujours un bonheur de se promener dans la « verte » en toutes saisons. Aussi ce dimanche après-midi, malgré une ondée soutenue sur une moitié de parcours, la bonne humeur était au rendez-vous. Contempler la Gardiole, auréolée d'écharpes de brume, vaporisée par la bruine, offrant à nos yeux des camaïeux de verts, clairs, tendres, foncés, dégradés : une atmosphère spéciale, propice à l'épanouissement de toutes vies. Ainsi le chant des oiseaux nous a offert une ambiance sonore (coucous, rossignols, faisans). Ragaillardies par les pluies, les fleurs se sont parées de leurs plus belles teintes : le bleu des aphyllanthes de Montpellier, le blanc et rouge du chèvrefeuille sauvage, le rose des cystes communs, le blanc du cyste de Montpellier, le violet du thym, le vert des romarins. Evidemment moult escargots étaient de sortie ...Il y a toujours matière à admirer pour peu que l'on prenne le temps de regarder et de s'émerveiller. Le retour au point de départ après une heure trente de cheminement nous a permis sous un « presque » rayon de soleil de déployer quelques mouvements de tai chi sous la houlette de Sophie, tous en cercle... comme les champignons. Après tous ces efforts le gouter traditionnel a été partagé en dégustant des cakes maison. Beau moment de balade, merci de votre joyeuse participation. Nous nous sommes oxygénés, il faut en profiter à chaque fois que l'on peut.

Par C.G.

