

Atelier d'écriture.  
Au plaisir d'écrire.  
De Michel. Atelier du 6 février 2025.

## NELSON MANDELA : LA PAIX ET LE SPORT

La résonance du mot « PAIX » en puisant dans mes souvenirs, l'actualité, mon vécu. OU Quelle place occupe le SPORT aussi dans ma vie ? Au choix pour le jeudi 6 février 2025

Voici deux vastes sujets c'est certain, il y a tellement à dire... Deux pages ne suffiront pas et j'ai plutôt l'impression que l'on parle plus facilement de guerre en ce moment... Difficile d'obtenir la paix intérieure, si peut-être avec le sport ! Le yoga par exemple... Le pouvoir de se recentrer... En fait, je ne vais pas choisir...

J'avais 10 ans lorsque j'ai entendu pour la première fois le nom de MADIBA. Il y avait une télévision dans le restaurant de mes parents à NIORT. Bien que je ne comprenais pas grand-chose aux images, j'étais étonnée de voir sur cet écran en noir et blanc, des gens se battre, manifester et surtout scander « MADIBA » J'ai adoré ce mot sans trop comprendre pourquoi !

Né le 18/07/1918 dans le clan tribal de ses ancêtres. Il a reçu une bonne éducation et est entré à l'université d'où il fut renvoyé pour avoir participé à une manifestation. Il obtient un diplôme en droit l'année 1942. Il œuvrait pour la liberté, justice, légalité et dignité humaine. MANDELA s'oppose à la ségrégation, le régime de l'apartheid renforcé depuis 1945.

C'est donc le 09/10/1963, que NELSON MANDELA se fait arrêté et est condamné à la prison à vie. Lors de son procès qui dure jusqu'au 12 06 1964, Nelson Mandela a l'occasion de prendre la parole durant 4 heures pour exposer sa défense. Lors de sa plaidoirie, il expose les raisons de son engagement dans l'ANC (congrès National Africain) et exprime sa foi de reconstruction d'une société libre et démocratique. Dans les années 1970, les jeunes se mobilisent dans les banlieues noires. L'Afrique du sud est mise au ban des nations pour sa politique raciste et mènent une campagne dans les années 1980, pour la libération du prisonnier politique le plus ancien au monde NELSON MANDELA.

Il fallait attendre le 11/02/1990 pour voir sa libération. Sa sortie de Prison génère une joie immense dans le monde entier. Son discours d'homme libre est le premier à être diffusé à la télévision. Il appelle à la paix et la réconciliation. Il continuera de travailler sans relâche vers le démantèlement pacifique de l'apartheid. Il véhicule le message du pardon et de la réconciliation. De Klerk (\*) et Mandela signent l'accord en septembre 1992 pour rédiger une nouvelle constitution et servir le gouvernement de transition.

Les deux hommes obtiennent conjointement le prix NOBEL DE LA PAIX.

Les premières élections démocratiques ont lieu en 1994 et Monsieur Nelson MANDELA est élu le premier président noir résultat d'une lutte de toute une vie.

Le monde entier lui voue une grande admiration pour son courage, sa résilience et son engagement en faveur de la paix. Il devient l'icône de la démocratie. A sa tribune cet homme, défend les droits de l'homme, le droit au logement et la justice sociale dans le monde.

Sa fondation, créée en 1999 dont les membres ont à cœur d'améliorer les conditions de vie des plus défavorisées en Afrique du Sud et plus largement dans le monde dans des domaines variés comme la pauvreté, la liberté, la maladie ou l'oppression. Concrètement, les deux objectifs principaux sont d'une part la lutte contre l'épidémie du SIDA et d'autres part l'éducation dans les milieux ruraux.

NELSON MANDELA défend cette formule « UNE EQUIPE, UN PAYS »

La troisième édition de la coupe du monde de rugby à XV s'est déroulée du 25 mai au 24 juin 1995. La finale opposait les springboks d'Afrique du sud à la Nouvelle Zélande (les All Blacks). L'Afrique du Sud gagne 15 à 12. MANDELA déclare que le sport a le pouvoir de changer le monde...il se joue de tous les types de discrimination. Le sport c'est pour la vie...

L'influence positive du sport sur le corps et l'esprit est un impact durable.

Les valeurs défendues par Nelson Mandela sont universelles et résonnent encore à ce jour.

- Plus grande cohésion communautaire
- Meilleure accessibilité
- Des programmes communautaires supplémentaires
- Renforcement du bénévolat
- Participation au sport en général
- Augmentation de l'activité physique et amélioration de la santé des citoyens

Quant à mon expérience personnelle puisque la question m'était adressée et bien, je n'ai rien d'une championne. Cependant, j'ai eu la chance de pouvoir pratiquer la danse classique lorsque j'étais enfant, notamment le ballet des petites filles modèles au théâtre de Châtelleraut et lors d'un ballet hongrois à la salle de l'Olympia de Niort. Plus tard, je suis passée au jazz moderne... Je me déplaçais souvent à vélo dès que j'ai eu le droit de rouler sur la route. J'ai appris à nager grâce à mes frères et j'adore toujours me baigner encore aujourd'hui. Si la mer veut bien être gentille, j'aime les sensations de liberté en prenant les vagues sur le body surf. J'avais 26 ans lorsque j'ai commencé à jouer au tennis et j'ai continué cette pratique avec le club de CHINON où j'ai pu faire quelques compétitions par équipe. Lors de nos mercredis, jour de fermeture de la crêperie, pour nos enfants, nous partions la journée au bord d'un énorme plan d'eau pour faire de la planche à voile...là aussi vitesse et liberté ! J'adore toujours danser à l'occasion.

Grâce à l'A.R.B. et les moniteurs bénévoles très dévoués, je joue au tennis rebond deux fois par semaine et de la gymnastique tonique le mardi matin. J'utilise souvent mon vélo notamment pour venir à notre R.V. mensuel « au plaisir d'écrire » et pour retrouver mes sympathiques collègues à qui je suis en train de lire ce texte.

Oui, bien sûr, le sport est vivement conseillé autant que possible...  
Humainement, physiquement et socialement, c'est un partage unique !

(\*) - DE KLERK – Président par intérim depuis la démission de Pieter Botha le 15 août 89 jusqu'au 14 septembre 90 où il est élu à l'unanimité. Dernier président Blanc, élu en période d'apartheid, jusqu'au 10 mai 94 avant NELSON MANDELA.

**FAIT A BRETIGNOLLES SUR MER LE 03 FEVRIER 2025**  
**AU PLAISIR D'ECRIRE**

CHRISTINE L.