

GAËLLE PITON

Et si l'on faisait un pas de côté ?

D'après le TEDx
« Danser sa vie »

« Un livre inspirant pour avoir
le courage d'être vous-même »

Préface de Carolyn Carlson, chorégraphe

LEDUC 

« Dans ce livre, j'ai envie de vous donner la possibilité de changer, de faire face à vos propres démons, de vous transformer, de devenir autonome et libre dans votre vie... ! »

Passionnée de danse depuis toujours, Gaëlle Piton a mis de côté son rêve de devenir danseuse pour suivre la voie de la raison et faire des études « sérieuses ». Lors d'un voyage aux Philippines, un célèbre danseur lui dit « Gaëlle, tu es une excellente danseuse ». Ce jour-là, elle comprend qu'elle est bien plus que ce que les autres projettent sur elle. Et s'il était temps de s'écouter et de décider enfin par elle-même ? Finies les croyances limitantes, à elle la vie qui lui convient vraiment !

Gaëlle vous livre sa quête du bonheur et vous propose d'entrer à votre tour dans la danse pour concrétiser vos rêves. Car elle en est persuadée : dans toute situation, il y a toujours des choses qui dépendent de nous, une marge de liberté qu'il faut nous approprier. Et ce sont les petits pas qui mènent aux grands changements.



GAËLLE PITON est sophrologue, coach et instructrice en méditation de pleine présence. Elle est spécialisée dans l'accompagnement d'artistes et elle intervient en milieu scolaire. Gaëlle est aussi journaliste, formatrice et conférencière. Elle est l'auteure de *La Méditation, c'est la vie !*, du *Grand guide de la sophrologie au quotidien* et du TEDx « Danser sa vie ».

17 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2349-7



editionsleduc.com
LEDUC



Rayon :
Développement personnel

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40% en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Édition : Béatrice Le Rouzic

Correction : Marie-Laure Deveau

Maquette : Evelyne Nobre

Design de couverture : Jennifer Simboiselle

© 2022 Leduc Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2349-7

GAËLLE PITON

Préface de Carolyn Carlson, chorégraphe

Et si l'on faisait un pas de côté ?

D'après le TEDx
« Danser sa vie »

*Pour rêver nos lendemains,
On a pris d'autres chemins*

*À quel moment tu prends ta décision
Et c'est quoi qui fait pencher la balance
Pourquoi tu prends telle ou telle direction
Celle de tes doutes ou celle de tes croyances
Est-ce ton idée ou celle du paternel
quand tu te décides à prendre cette voie
Celle de tes rêves ou des remords éternels
Alors cette fois c'est ton droit, c'est ton choix
Tu as décidé d'être un artiste
Un choix subversif ou un choix tendance
Un mélange de confort et de prise de risques,
Une décision d'adulte, un rêve d'enfance
Un métier loin des modèles familiaux
Est-ce une envie ou une envie de rébellion
Un métier loin des réveils matinaux
Est-ce une fuite ou un vrai choix par passion
Tu as choisi la voix des marginaux
Quitte à ce que l'entourage soit dérouté
La voie des atypiques, des originaux
Tu marches en dehors des passages cloutés
Et si cette voie n'est pas des plus classiques
Elle passe dans l'orage et sous les averses*

Tu n'as pas écouté les mauvaises critiques
Tu as choisi de prendre un chemin de traverse

Pour rêver nos lendemains,
On a pris d'autres chemins

T'as choisi un métier qu'on n'apprend pas au collègue
T'as ouvert la porte aux envies qui se taisent
 Persuadé que ton audace te protège
 T'as décidé d'écrire ta propre hypothèse
 Alors tu as pris un chemin de traverse
 La voie des durs, la voie des courageux
 La voie du pari, pas celle de la sagesse
 Mais peut-être aussi la voie des peureux
 Peur de la routine, d'une route sans relief
 Peur de trop d'années coincé dans les livres
 Peur des horaires fixes, d'un bureau et d'un chef
 Peur d'avoir peur d'exister sans vivre
 Un chemin de traverse c'est un raccourci
 Une voie parallèle, une route sans panneau
 Un raccourci vers quoi, vers tes envies
 Vers l'argent ou peut-être vers le chaos
 Et si être artiste est un art de vivre
 Si tu ne réussis pas c'est pas grave
 C'est la beauté du geste qui nourrit et enivre
 Que tu chantes au Zénith ou dans ta cave
 Mais si ton art séduit et que les gens t'aiment
 Attention à l'ego qui te renverse

*Si tu te sens enrôlé par le système
N'oublie pas que c'était juste un chemin de traverse*

**Grand Corps Malade, « Chemins de traverse »,
Mesdames, ©Anouche Productions, 2020.
Avec l'aimable autorisation de SONY Music
Publishing (France). Droit protégés**

*« Impose ta chance, serre ton bonheur
et va vers ton risque.
À te regarder, ils s'habitueront. »*

René Char

Sommaire

Préface	11
Préambule	15
Chapitre 1. Une vocation : la danse.....	21
Chapitre 2. Enfance, tout se met en place	23
Chapitre 3. Renouer avec la danse, mais dans l'ombre.....	71
Chapitre 4. L'éveil de la conscience	95
Chapitre 5. Saint-Denis : vivre et installer son cabinet dans le 93	127
Chapitre 6. Entrer dans la lumière et donner de la voix	153
Chapitre 7. Dépasser les outils pour s'ouvrir à l'intuition.....	173
Conclusion.....	187
Ma playlist.....	189
Pour en savoir plus	191
Remerciements	195
Table des matières	199

Préface

L'esprit court d'une centaine de pensées par minute, où suis-je? qui suis-je? Figée dans une masse d'indécisions. Suis-je belle? Suis-je aimée? Je me sens prise au piège au milieu d'une tempête où des lions en furie me poursuivent, je ne vois pas d'issue, à l'aide! Nos doutes se trouvent aujourd'hui devant des « portes tournantes » à une cadence effrénée sans savoir laquelle emprunter. Une myriade de décisions à prendre. À l'aide!

Ici, maintenant, il y a quelqu'un qui vous prend par la main

Pour chevaucher les vents du changement

Pour oser le plongeon dans les champs quantiques de la pleine conscience et du bien-être, dans l'acceptation des circonstances de la vie

Pour démêler nos peurs et défier nos intuitions de la réalité.

Voix intérieures pour suivre votre choix intuitif.

La faiseuse de miracles, Gaëlle Piton dansera avec vous dans vos rêves vagabonds afin de susciter de nouvelles visions. Sa recherche profonde offre un éclairage sur la Liberté d'être soi-même, expériences de voyages vers l'intime et l'extérieur, dans l'univers de la conscience vivante.

Elle filtre les peines de cœur, arrose l'esprit de réconfort dans les dons les plus essentiels que l'on possède ; respiration dans la conscience présente.

Tout ce que nous sommes, des miracles en ce moment singulier du temps et de l'espace. Le Présent Spacieux.

Dans son brillant ouvrage *Et si l'on faisait un pas de côté?*, Gaëlle Piton se tient forte et fragile au bord de la conscience humaine. Elle nous accompagne dans un parcours de guérison, centrée à travers la pratique.

Sa voix pénètre nos émotions et nos sentiments les plus profonds sur une voie où nous savons que nous sommes aimés, où il n'y a pas de limite aux capacités à accepter que notre être intérieur se jette dans les ténèbres où une lumière invite à entrer.

« Chacun d'entre nous
baigne dans une lumière
dissimulée
à ceux qui en refusent l'accès »¹

1. CARLSON Carolyn, *Solo (poèmes et encres)*, trad. Maud Bigiani, Editions Alternatives, 2003.

Nous sommes tous des poèmes sur un chemin de vicissitudes, joies et doutes. Êtres visuels et imperceptibles aux forces vives connectées aux origines des perceptions spirituelles.

Nous sommes des animaux à conscience sociale saluant le monde, où Gaëlle Piton offre l'assurance de visualiser notre être intérieur avec optimisme et la confiance dans la pleine conscience.

Elle ouvre notre cœur aux actes de créativité qui appartiennent à notre source la plus profonde. Oui, nous pouvons défier les lions au cœur de nos peurs et avoir le courage d'être qui nous sommes.

Inspirez l'air que la vie vous accorde, expirez et restituez ce que vous avez reçu...

Le souffle de l'étreinte ; se remplir et lâcher prise... dans les cercles infinis d'accaparement et de don devenus le Présent Spacieux.

Les étoiles brûlant jour et nuit, nous sommes plus que ce que nous expérimentons dans le calme de la méditation, donnant les sens intérieurs de la conscience d'une Âme Souffle.

L'incroyable se précipite vers nous
L'amour qui nourrit le cœur et l'esprit.

Chercher dans le miroir de l'Univers
une étape sur un millier de routes
la clé de la liberté créative d'être qui nous sommes.

ET SI L'ON FAISAIT UN PAS DE CÔTÉ ?

« *Derrière chaque visage
Un gardien du silence
Se salue* »²

Gratitude pour Gaëlle Piton dont le livre inspirant invite à entrer dans la plénitude et l'espérance.

Carolyn Carlson, novembre 2021

2. CARLSON Carolyn, *Le Soi et le rien*, Actes Sud, 2002.

Préambule

Le livre que vous tenez entre les mains est l'histoire d'un parcours... Mon parcours... du moins celui de la première moitié de mon existence. Je le dédie à celles et ceux qui se sont engagés à suivre leurs rêves, à cheminer pour prendre leur place dans le monde, celle qui leur est réservée... Et je suis certaine qu'il y a une place pour chacun d'entre nous au pays du Bonheur.

La question qui m'a obsédée tout au long de l'écriture – allant parfois jusqu'à me couper l'inspiration – était : « Le récit de mon histoire est-il un sujet suffisamment pertinent pour prétendre en faire un livre ? » Après tout, je ne suis ni Michelle Obama ni Oprah Winfrey, encore moins Matthieu Ricard ou Laurent Gounelle, pour lesquels j'ai une profonde admiration... Je ne suis ni une influenceuse de poids ni une célébrité. Je suis juste moi – Gaëlle – une femme de quarante ans, une maman, une passionnée, une citoyenne engagée, pétrie de défauts et d'imperfections, toute en contrastes et en nuances... Une humaine, quoi ! Avec ses parts d'ombre et de lumière... Mon éditrice semblait confiante en me proposant

ce projet. Il faut parfois se laisser aller et suivre le mouvement de la vie.

Ce livre est différent de mes deux précédents³, qui – bien qu'imprégnés de mon expérience et de ma personnalité – sont des ouvrages dits « pratiques ». Ici, je souhaite me livrer dans mon authenticité, ma vulnérabilité et mon humanité, plonger dans l'intime, même si c'est parfois difficile, douloureux... C'est seulement ainsi qu'il me sera possible de vous toucher et peut-être de vous inspirer.

Mon histoire est celle d'un cheminement, d'un parcours initiatique. Je m'efforcerai le plus possible d'être linéaire pour faciliter la compréhension tout en m'autorisant des allers-retours, des va-et-vient, un aspect parfois décousu si caractéristique de nos existences. Ce récit raconte mon passage de l'ombre à la lumière, décrit une conscience qui s'ouvre, s'éveille et formule le souhait d'approfondir la connaissance de soi. C'est l'histoire d'une femme qui tente de se libérer petit à petit de ses croyances limitantes, s'efforce de lever les freins de son existence, tombe très souvent mais se relève... plus forte, toujours déterminée... et qui apprend à se connecter à sa sensibilité, à son intuition. L'histoire d'une femme qui a décidé de réconcilier son corps et sa tête, de s'accueillir, de s'aimer peut-être un peu plus. L'histoire d'une femme qui a l'audace, et la folie parfois, de s'autoriser à bousculer les cadres, certains codes et diktats établis et à bouger les lignes lorsqu'elles sont trop rigides. Une femme créative qui invente

3. PRON, Gaëlle, *La Méditation, c'est la vie!*, First, 2018 et *Le Grand Guide de la sophrologie au quotidien*, Le Courrier du Livre, 2021.

parfois même ses propres formes, ses propres modèles. C'est ce qui explique sans doute pourquoi la structure de ce livre ne sera, elle non plus, pas conventionnelle... Ni vraiment une autobiographie, ni vraiment un ouvrage pratique, ni même un livre de développement personnel. Un peu tout cela à la fois... Une forme hybride, nouvelle, sur mesure !

Accoucher de soi ne se fait pas sans douleur. Cela demande du travail, *énormément* de travail, beaucoup de courage, de persévérance, d'audace, de remises en question... Cela implique de se prendre des claques, des portes de saloon en pleine figure, de prendre des risques, de s'engager, de sauter dans le vide. Choisir de devenir acteur de sa vie est tout sauf un long fleuve tranquille, et c'est souvent loin d'être confortable. Embrasser ses polarités, affronter ses ombres, laisser certaines choses derrière soi, traverser les crises, abandonner, y croire... Souffrir autant que vibrer. Mes aventures se rapprochent plus de celles d'une guerrière de la lumière que de celles d'un yogi tranquille sur son lotus.

La raison d'être de cet ouvrage n'est pas de raconter ma vie... mais plutôt de partir de mon histoire personnelle pour toucher l'histoire collective. Mais aussi de vous donner l'envie et la possibilité de changer, de faire face à vos propres démons, de vous transformer, de devenir autonome et libre dans votre vie... ! Vous trouverez ainsi au fil de ce récit des encadrés avec des petits exercices pratiques pour vous entraîner et mettre en action la roue du changement, dépasser vos blocages, surmonter vos épreuves. Ce sont les leçons que j'ai tirées de mon expérience et que je transmets au quotidien dans mes consultations et ateliers. Ce sont des clés qui ont

fonctionné pour moi, mais je n'ai nullement la prétention de livrer des recettes toutes faites. Chacun d'entre nous est unique... et libre ! Ce qui est valable pour moi ne l'est pas forcément pour l'autre, mais si cela vous fait réagir (d'une façon ou d'une autre), vient vous questionner, vous bousculer, ouvrir une perspective, c'est déjà beaucoup. Comme vous pouvez l'imaginer, ces conseils ne sont pas seulement à lire, mais à réaliser, à vivre, à incorporer. La seule prise de conscience (esprit) ne suffit pas pour changer. Il faut *vivre* l'expérience du changement (corps). Mes propositions vous invitent à expérimenter profondément et sensoriellement le monde, à faire des pas de côté dans votre propre existence, à changer de regard, à apprendre à se mettre en retrait, à passer du mode *faire* au mode *être*.

« *Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin.* »

Proverbe africain

Sur le chemin, nous ne sommes pas seuls... La route est jalonnée de rencontres, et l'on comprend parfois bien plus tard à quel point certaines sont fondatrices et nous ont inspirés, révélés, éclairés. Nous sommes des êtres de relation. Seuls, nous n'existons pas. Mon récit sera donc choral et laissera la place à d'autres voix, à d'autres présences que la mienne. Bien sûr, je n'ai pas pu toutes les faire exister, mais j'ai essayé d'en donner un bel aperçu. Ces êtres formidables qui m'ont livré de précieux enseignements et trésors pour grandir, évoluer, mûrir, guérir ! Par effet miroir ou effet miroir inversé, ces êtres m'ont révélé mes parts d'ombre et

de lumière, et j'ai pu m'observer différemment à travers eux. Je crois aussi avoir trouvé chez eux une histoire qui me ressemble, une blessure qui réveille la mienne, une réaction, des attitudes que j'ai tendance à avoir moi aussi. Ce sont des cadeaux d'évolution. Peut-être ces témoignages aux tons, aux styles, aux univers et aux écritures spécifiques feront-ils écho aux expériences qui ont jalonné votre route. J'en fais le vœu sincère.

Ce livre se veut aussi un chemin qui ouvre à la *joie*, si essentielle pour nous tous. Cheminer vers soi s'apprend... tout comme marcher, faire du vélo, conduire, lire... À force de répétitions, d'entraînements. C'est à la portée de chacun, quelles que soient son origine sociale, sa culture... Et c'est tellement jubilatoire ! Cela ouvre tellement d'espace en nous, de rire, de souffle ! Alors, en route !

CHAPITRE 1

UNE VOCATION : LA DANSE

Manille, Philippines, octobre 2009

Archie, professeur de danse et chorégraphe rencontré la veille, me conduit dans une petite salle sombre, éclairée seulement par un néon mal réglé qui clignote par intermittence. Il pose son sac par terre et me demande : « Tu es prête, on y va ? » La journée a été longue, je me sens lourde, rougie par la chaleur, imprégnée de la moiteur ambiante si caractéristique de cette fin de saison des pluies. Et pourtant, dans son regard, je comprends que c'est ce soir qu'il a décidé de m'initier au *tinikling*, la danse traditionnelle nationale... C'est maintenant ou jamais. On ne refuse pas un tel cadeau.

Deux autres danseurs sont là, un homme et une femme, souriants et bienveillants comme savent l'être les Philippines. Ils prennent deux grandes tiges de bambou, se mettent face à face et commencent à les frapper tantôt l'une contre l'autre,

tantôt sur le sol pour rythmer la musique. Le son commence à vibrer à l'intérieur de moi et m'envahit tout entière. Archie m'explique que la danse consiste à passer entre les tiges de bambou en évitant de se faire coincer les pieds. Alors je saute, je me déplace, je fais des pas de côté pour déjouer les obstacles. Le rythme des percussions est entêtant, hypnotique... je lâche prise. J'ai la tête qui tourne, l'impression que je vais sombrer.

À l'issue de l'initiation, Archie pose ses mains sur mes épaules, me regarde droit dans les yeux et me dit : « *Gaëlle, you're a really good dancer⁴ !* » Je suis foudroyée sur place. En une seule phrase, sans le savoir, il vient de balayer toutes mes certitudes... Moi pour qui la danse a été interdite, je viens d'être reconnue comme danseuse à l'autre bout du monde...

Échapper aux croyances, dompter ses peurs pour accomplir sa destinée... C'est l'histoire de ma vie !

4. « Gaëlle, tu es vraiment une excellente danseuse ! »

CHAPITRE 2

ENFANCE, TOUT SE MET EN PLACE

NÉE SOUS UNE BONNE ÉTOILE

Je suis née à la maternité de Nancy, en Lorraine, le 13 août 1981, à 9 h 50 précises. Mon père est alors étudiant en médecine et ma mère enseignante. Ils ont tous les deux vingt-deux ans. Cela reste d'ailleurs pour moi une grande chance d'avoir des parents jeunes !

Je suis une « fille de l'Est », comme chante Patricia Kaas, et la ville de Nancy occupe toujours une grande place dans mon cœur. Les bergamotes sont mes madeleines de Proust et la place Stanislas mon lieu d'enchantement. Je m'y promène toujours avec beaucoup d'émotion.

Mes parents ne m'ont donné qu'un seul prénom, que je porte encore aujourd'hui avec fierté, car il m'a toujours plu et je le trouve harmonieux : Gaëlle. Je crois qu'un prénom a une grande influence dans notre existence. C'est notre carte d'identité, notre matricule. Certains prénoms sont lourds à

porter, d'autres libérateurs, et je mesure leur importance dans toutes les histoires familiales qui me sont confiées. J'aime beaucoup mon prénom et je suis très reconnaissante envers mes parents de m'en avoir donné un seul, c'est plus simple à gérer.

Parler de moi et confier un témoignage personnel ne pouvait se faire sans un petit détour par la signification de mon prénom. « Gaëlle » est d'origine celte et fait référence aux peuples celtiques d'Irlande et d'Écosse. On dit des « Gaëlle » qu'elles sont imaginatives, joyeuses, très émotives, sentimentales, affectueuses et soucieuses de plaire, et qu'elles attachent beaucoup d'importance à l'esthétisme, au décor et à l'ambiance. Ce sont apparemment des êtres volontaires, généreux, mais un peu susceptibles (là, carrément d'accord !). Elles savent surenchérir pour prendre leur place, mais parfois au prix d'un dépassement des limites physiques et psychologiques. Ce sont des personnes indépendantes, sensibles à l'art et intuitives.

Mon nom de famille est Piton, et je dois avouer que j'ai eu une relation plus compliquée avec lui. Souvent moqué à l'école... On faisait des « psssss... » de serpent lorsque les instituteurs faisaient l'appel en début de classe... La blague n'était pas très originale, car elle se répétait chaque année, et j'en arrivais à appréhender le fait d'entendre résonner mon nom. Cela peut encore d'ailleurs m'arriver parfois quand je suis dans la salle d'attente d'un médecin et que l'on m'appelle par mon nom... Une forme d'émotion élastique du passé qui fait écho. À présent, je suis contente de mon nom, car il se mémorise facilement. Niveau carte de visite, c'est pratique.

Mes initiales, GP, me font penser à GPS (Gaëlle Piton Système), ce qui est plutôt raccord pour une coach ! Boussole intégrée dans le matricule ! Et si on me demande : « Piton, c'est avec un "y" et un "h" comme l'animal ? », je réponds avec un large sourire : « Non, tout simplement P-I-T-O-N comme le volcan⁵ ! » Cela me plaît d'assumer ainsi mon identité de femme volcanique.

Le calcul numérogique de mon prénom⁶ donne le nombre actif 6, ce qui *a priori* signifie « harmonie, équilibre, vie de famille ». Il indique que je me laisse guider par mon cœur et mes sentiments tout en suivant ma route sans en dévier. Toujours selon le nombre actif, mon obstination peut aller jusqu'à l'entêtement, et je préfère l'efficacité au paraître. Avec moi, professionnellement ou personnellement, « c'est du solide » !



Votre prénom/vos prénoms

Je vous invite à vous pencher sur l'origine et le sens de votre prénom, ou de vos prénoms, par exemple au moyen de guides ou de grands livres des prénoms. Je vous conseille de prendre cela comme un point de repère, un éclairage plutôt que comme une vérité toute faite. Nous sommes tous si différents !

5. En référence au Piton de la Fournaise, volcan situé à La Réunion.

6. On additionne tous les chiffres qui correspondent aux lettres du prénom en se référant au tableau des correspondances que vous pouvez retrouver dans presque tous les guides des prénoms.

Née le 13 août, je suis donc Lion, ascendant Vierge. Mon thème natal⁷ souligne mon intelligence, mon honnêteté et ma franchise, mais aussi parfois mon orgueil mal placé et ma vanité (ce n'est pas faux!). Je peux être très jalouse, et mon amour-propre se sent très vite bafoué. Mon thème me présente comme sympathique, souriante, sensuelle, et souligne mon sérieux et mon sens de la morale. Mon succès, je l'obtiens par l'intervention d'autrui, celui ou celle qui connaît et reconnaît mes qualités (vous en aurez la preuve au fil de la lecture). Cependant, je peux faire des volte-face inattendues qui peuvent déconcerter (là encore, plusieurs exemples à mon actif). Je ne me laisse jamais aller complètement, soit par peur du ridicule, soit par peur de ne pas être aimée aussi fort que j'aime... Et, pour certaines personnes, je suis un peu difficile à comprendre et à suivre. J'aime les gens intelligents et cultivés avec qui je peux discuter des heures et refaire le monde. Je suis une véritable rêveuse, je suis idéaliste, pleine d'enthousiasme, et convaincue que l'on peut changer le monde et créer l'harmonie universelle. J'ai une grande énergie de travail et je n'ai pas peur de l'effort, mais cela est aussi, bien souvent, conditionné par le regard de l'autre. J'ai souvent besoin que l'on me regarde et que l'on admire mes actions. Mon thème souligne des prédispositions pour les professions médicales, paramédicales et sociales... En amour, il souligne ma nature d'éternelle amoureuse, et me parle de la recherche d'un partenaire doux et amoureux. Je suis une personne très curieuse, et j'aime enquêter et faire des recherches pour faire des découvertes et élucider des

7. Thème réalisé sur le site : <http://www.astro.com>