



Điệu múa thể hiện đức tin và sự tôn kính

Trong nghệ thuật múa dân gian dân tộc Tày (cụ thể là múa trong then) có một điệu thuộc hàng đỉnh cao mà các nghệ nhân xưa thường hay đem ra khoe với nhau, ấy là múa châu "lồng mạ" tức là châu xuống ngựa. Trong nguyên bản điệu múa này thì nghệ nhân sẽ từ từ khuy 2 chân xuống đất để thành tư thế quỳ. Sau đấy là ưỡn người ra đằng sau. Chuẩn cao nhất của động tác này là lưng chạm gót chân. Ngày xưa mà cụ pụt nào làm được thế này thì cả làng cả bản khen lắm. Động tác lồng mạ tưởng rất bình thường nhưng thực sự là hàm sâu ý niệm. Việc ưỡn người ra đằng sau thể hiện sự tôn kính tuyệt đối với thần linh, thể hiện sự hạ mình một cách nghiêm cẩn trước các đấng linh thiêng. Thứ nữa, lưng và vai mà chạm được vào gót chân khi múa chính là thể hiện kỹ năng vũ đạo cực kỳ cao của nghệ nhân. Quả thực mà không có kỹ năng cao thì lồng mạ xong là dễ đi viện lắm. Tôi cũng đã lồng mạ vài lần nhưng mà tí nữa thì thoát vị đĩa đệm.

Tôi chợt nhớ lại bà pụt Nhâm xưa thường khoe với tôi là hồi trẻ bà múa châu lồng mạ siêu lắm, lưng dán vào gót chân cơ mà. Sau đó tôi có xem tư liệu thì thấy một số nghệ nhân già, lưng thì còng như bà còng đi chợ trời mưa nhưng vẫn cố gắng ưỡn người ra đằng sau một cách rất tự hào khi "châu lồng mạ". Bây giờ đi xem các đám lấu then thì hầu hết toàn sáng tác ra điệu gì gì ấy chứ chả phải chuẩn mực như xưa. Thế rồi cũng chả thấy ai múa châu lồng mạ giống các cụ ngày xưa cả. Giờ thì điệu lồng mạ chỉ còn lại trong chương trình huấn luyện diễn viên múa của các trường nghệ thuật, ví dụ như trường Việt Bắc của ta thôi.

Ảnh minh họa: Các bạn khoa Múa thi học kỳ 2





Truyền thông xã Bình Liêu · [Suivre](#)

4 h · 🌐

BÌNH LIÊU TĂNG TỐC XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC BIÊN GIỚI

COMMENTAIRE ACCÉLÈRE LA CONSTRUCTION DES ÉCOLES FRONTALIÈRES

⚙️ [Notez cette traduction](#)



Chuyện bà mẹ thứ 3

Mẹ: Sao con lại để thừa cơm như thế này? Con có biết là ngày xưa bằng tuổi con, mẹ phải ăn cơm độn khoai độn sắn, cả tháng mới được một miếng thịt lợn. Thế rồi ngày ngày phải lên rừng phát rẫy làm nương, sắn hiều sắn nai về để lấy tiền mua gạo không? Đã thế ngày nào cũng phải đi bộ 5 ki lô mét qua 2 cánh đồng để đi học.

Bà ngoại: Thế cơ à? 🤔

Ông ngoại: Sao tao nghe thấy quen quen thế nào ấy nhỉ? 🤔

Bà cụ: Sao chúng mày lại nhìn hết vào tao?

Tôi: Nó không kể nốt đoạn cưới ngựa xuống Hà Nội học.

Em bé: Goắt a iu đu inh???



DÂNG HƯƠNG TƯỞNG NIỆM CÁC ANH HÙNG LIỆT SĨ VÀ PHÁT ĐỘNG CHIẾN DỊCH 500 NGÀY ĐÊM THỰC HIỆN TÌM KIẾM, QUY TẬP VÀ XÁC ĐỊNH DANH TÍNH HÀI CỐT LIỆT SĨ

Sáng 10/7, xã Bình Liêu đã long trọng tổ chức Lễ dâng hương tưởng niệm các Anh hùng liệt sĩ và phát động Chiến dịch 500 ngày đêm thực hiện tìm kiếm, quy tập và xác định danh tính hài cốt liệt sĩ tại Nghĩa trang Liệt sĩ xã Bình Liêu.

Buổi lễ diễn ra trong không khí trang nghiêm, thành kính với sự tham dự lãnh đạo của 3 xã Bình Liêu, Lục Hồn và Hoành Mô; cùng cán bộ, công chức, lực lượng vũ trang, các ban, ngành, đoàn thể.

Trong không khí thiêng liêng, các đại biểu đã kính cẩn đặt vòng hoa, dâng hương và dành

phút mặc niệm tưởng nhớ công lao to lớn của các Anh hùng liệt sĩ đã anh dũng hy sinh vì sự nghiệp đấu tranh giải phóng dân tộc, bảo vệ Tổ quốc.

Ngay sau lễ dâng hương, UBND xã Bình Liêu tổ chức phát động Chiến dịch 500 ngày đêm thực hiện tìm kiếm, quy tập và xác định danh tính hài cốt liệt sĩ. Chiến dịch nhằm huy động sự vào cuộc của cả hệ thống chính trị và các tầng lớp nhân dân trong việc cung cấp thông tin, phối hợp rà soát, xác minh, tìm kiếm, quy tập hài cốt liệt sĩ; đồng thời đẩy mạnh ứng dụng công nghệ, khai thác cơ sở dữ liệu để góp phần xác định danh tính các liệt sĩ chưa biết tên, đáp ứng nguyện vọng của thân nhân, thể hiện đạo lý "Uống nước nhớ nguồn", "Đền ơn đáp nghĩa" của dân tộc.

Xã Bình Liêu và Các lực lượng đang khẩn trương thực hiện các phần việc còn lại, phấn đấu hoàn thành mục tiêu của Chiến dịch "500 ngày đêm" trên địa bàn toàn tỉnh trước ngày 27/7.

Phan Tâm



Xuân Bách

Ví dụ mà không ra ngòi với bó mùi tàu và ngải cứu thì thế giới đã có 1 cây đàn tính rồi đấy!



XB recherche les dictons

Bà mẹ thứ 2 mắng con.

Tôi: Chị ơi cho em chuyển tiền với!

Chị: Ok em đợi chị lấy điện thoại ra. Ô cái điện thoại đâu rồi. Tiên sư thằng kia! Tao mua cái điện thoại về để bán hàng mà lúc dell nào cũng cầm đi gêm với gêm. Mẹ! Đến lúc đói rữ hết xương ra thì gêm.

Con: Con có cầm điện thoại của mẹ đâu?

Chị: À nó lại còn cãi chứ. A! Đây rồi, hoá ra để tít đây túi.

Con: Đấy! Mẹ thấy chưa?

Chị: im ngay. Con với cái, mở mồm ra là cãi.

Con: Ơ?

Tôi 🤔🤔🤔🤔🤔





Bình Liêu: Sẵn sàng công tác lấy mẫu, bàn giao mẫu hài cốt liệt sĩ chưa xác định thông tin

Đến thời điểm này, xã Bình Liêu đã và đang hoàn tất công tác chuẩn bị cơ sở vật chất, trang trí khánh tiết, sẵn sàng phối hợp tổ chức lấy mẫu, bàn giao mẫu hài cốt liệt sĩ đối với các mộ chưa xác định được thông tin tại Nghĩa trang liệt sĩ xã. Theo kế hoạch, xã Bình Liêu sẽ phối hợp với Tổ công tác của Ban Chỉ đạo 515 tỉnh Quảng Ninh tiến hành khai quật, lấy mẫu sinh phẩm đối với 24 ngôi mộ liệt sĩ chưa có thông tin tại Nghĩa trang liệt sĩ xã. Quy trình được thực hiện nghiêm ngặt từ khâu số hóa hồ sơ, bảo quản, lưu mẫu tạm thời, vận chuyển bàn giao cho đơn vị giám định ADN, cho đến khâu tiếp nhận và hoàn trả mẫu sinh phẩm về vị trí mộ ban đầu.

Thời gian triển khai sẽ diễn ra vào ngày 10/7/2026 (dự kiến diễn ra trong 3 ngày). Sau đó, sẽ tiến hành bàn giao mẫu hài cốt liệt sĩ cho đơn vị giám định.

Đây là hoạt động có ý nghĩa thiết thực trong việc triển khai thực hiện "Chiến dịch 500 ngày đêm đẩy mạnh thực hiện tìm kiếm, quy tập và xác định danh tính hài cốt liệt sĩ", hướng tới kỷ niệm 80 năm Ngày Thương binh - Liệt sĩ (27/7/1947 - 27/7/2027) theo kế hoạch của Ban Chỉ đạo Quân khu 3 và Ban Chỉ đạo 515 tỉnh Quảng Ninh. Qua đó, từng bước xác định danh tính, đáp ứng nguyện vọng của thân nhân, gia đình liệt sĩ và thực hiện đạo lý "Đền ơn đáp nghĩa".

Hoàng Gái - Vĩ Bằng

Bình Liêu : Prêt à prélever des échantillons, remettre des échantillons à la base du martyr encore à identifier

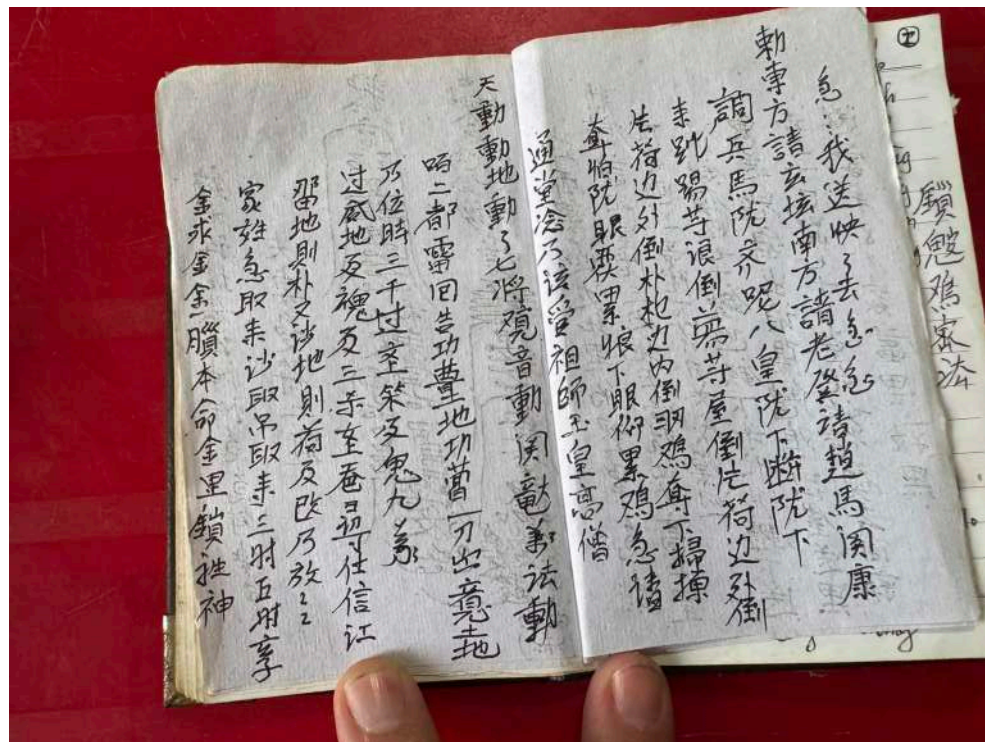
En ce moment, la commune de Bình Liêu a achevé la préparation des installations, décoration des motifs, prête à coordonner l'organisation du prélèvement, remise des restes du martyr aux tombes non identifiées du cimetière communal du martyr.

Selon le plan, la commune de Bình Liêu va coordonner avec le comité d'orientation 515 de la province de Quang Ninh pour effectuer des fouilles, échantillons de produits pour 24 tombes de martyrs non informées au cimetière des martyrs de la commune. Le processus se déroule strictement de la couture de la numérisation du dossier, de la conservation, de la sauvegarde temporaire d'échantillons, du transport de la remise à l'unité de surveillance de l'ADN, jusqu'à la couture de réception et de retour des échantillons de produit à l'emplacement original de la tombe.

La période de mise en œuvre sera le 10 juillet 2026 (prévue dans 3 jours). Par la suite, il va procéder à la remise du modèle d'harmonie du martyr à l'unité de surveillance.

Il s'agit d'une activité pratique significative dans la mise en œuvre de la "campagne 500 jours et nuits pour renforcer la recherche, la collecte et l'identification de l'identité commune des martyrs" vers le 80e anniversaire de la fête des vétérans (27/7/1947 - 27/7/2027) selon le plan du 3ème commandement de l'armée et 515 Commandement de la province de Quang Ninh. À travers cela, étape par étape identifie l'identité, répond aux aspirations des proches, des familles des martyrs et met en œuvre le principe "Rendre service".

La Reine - Micro Balance





Xuân Bách est avec Trương Ann
Nong Quang Le.

Nhắc đến mo mới nhớ là dự án nghiên cứu mo bị trì
lây từ năm ngoái đến giờ vẫn chưa hoàn thành. Tư liệu
các kiểu thì thu thập về đây hết rồi nhưng chưa có
thời gian xử lý 🙄

P/s: Slay ké slay ón nhóm Đồi Hoa lên báo lúc nào đây
😎

En mentionnant mo vient de se rappeler que le
projet de recherche mo qui a été infecté de l'année
dernière n'est toujours pas terminé. Tous les types
de documents sont collectés ici mais je n'ai pas
encore le temps de les traiter 😬💨

P/s: Slay ké slay que le groupe Doi Hoa sera dans le
journal quand 😎





BỨC THƯ KHÔNG HỦY (Chuyện khó tin nhưng có thật)

Người vợ quyết định nói với chồng :

- "Anh ơi, nếu vợ chồng mình không đưa anh bộ đội này vào căn cứ tìm đơn vị để trao lại cho đơn vị chạy chữa thuốc men cho anh ấy, chắc anh ấy chết mất".

Vậy là trong đêm, nhờ móc nối với liên lạc, hai vợ chồng đã công tôi ngược lên rừng, vào căn cứ và tìm gặp được một đơn vị bộ đội và trao tôi cho đơn vị đó.

Thật ra, lúc đó, tôi gần như mê man bất tỉnh, cũng chẳng nhớ được gì. Chỉ biết rằng hai vợ chồng tên là Trí, Dục, ở xã Hải Vĩnh, huyện Hải Lăng, tỉnh Quảng Trị.

Tôi được ra Bắc điều trị lành vết thương, rồi về công tác ở huyện nhà. Sau khi đất nước giải phóng, tôi tìm mọi cách để liên lạc với hai vợ chồng mà lúc bấy giờ tôi chỉ nhớ mang máng rằng nếu chồng tên Trí thì vợ tên Dục, vợ tên Trí thì chồng tên Dục ở xã Hải Vĩnh hoặc xã Hải Thành, Hải Lăng, Quảng Trị.

Tôi đã gửi bức thư thứ nhất ngay sau năm 1975 kể lại toàn bộ câu chuyện trên với mong muốn được tìm lại ân nhân của mình ngoài phong bì ghi địa chỉ như vậy.

Trong suốt 10 năm liền, tôi tiếp tục gửi thư mà không hề có một hồi âm nào.

Chiến tranh loạn lạc, niềm hy vọng của tôi mỗi ngày một mờ dần. Với lại sau chiến tranh, tình hình kinh tế quá khó khăn, tôi cũng không có dịp nào để trở lại Hải Lăng tìm ân nhân của mình.

Ở Bưu điện Hải Lăng, cứ những bức thư không có người nhận, không có địa chỉ rõ ràng, theo quy định đến một thời gian nhất định nào đó thì bưu điện sẽ hủy.

Anh Thông, cán bộ bưu tá của huyện là người thực hiện nhiệm vụ hủy các thư vô chủ. Trước khi hủy thư, anh đã cẩn thận mở ra tất cả các lá thư và đọc lại một lượt để có thể tìm được dấu tích của người nhận thì giúp đỡ họ.

Vốn là một người có trách nhiệm, có tâm với nghề, nên khi đọc đến bức thư của tôi, anh Thông đã lặng người chảy nước mắt vì xúc động.

Anh quyết định giữ lại bức thư của tôi và đích thân xuống hai xã Hải Vĩnh, Hải Thành, Quảng Trị để âm thầm giúp tôi tìm ân nhân là vợ chồng Trí và Dục.

Không biết bao nhiêu lần, anh Thông đã đạp xe đến mòn chân nhưng lạ thay không một ai ở xã đó biết hai vợ chồng có tên Trí và Dục.

Quá thất vọng, anh Thông đã không tiến hành việc tìm kiếm nữa. Nhưng, không hiểu sao, anh vẫn không quyết định hủy những bức thư của tôi.

Một lần nữa bức thư đã nằm ở Bưu điện 10 năm, nằm thêm ở nhà anh Thông 10 năm nữa.

Những ám ảnh về câu chuyện xúc động cứ theo suốt anh Thông trong 10 năm ấy.

Một hôm, đến xã Hải Vĩnh công tác, anh Thông gặp một người già nhất ở xã, và tự nhiên anh tâm sự với cụ chuyện hơn 10 năm nay anh giữ bức thư của một người tên Huyền ở Thanh Hoá tìm ân nhân của mình mà anh ta chỉ nhớ được mỗi tên chồng là Trí thì vợ là Dục, chồng là Dục thì vợ là Trí ở xã Hải Thành hoặc Hải Vĩnh.

Thật vô cùng may mắn khi ông già đập trán nhớ ngay ra.

- "Đúng rồi, thằng Trí Tiện chứ còn ai vào đấy nữa. Mà hỏi thằng Trí mà bảo vợ nó tên Dục thì người ta không biết là phải thôi".

Ngay sau đó ông già đưa anh Thông tới nhà ông Trí Tiện.

Thật lạ lùng, đúng vào lúc đó gia đình nhà ông Trí Tiện đang làm ngày kỵ cho người vợ quá cố tên là Dục.

Sau khi nghe anh Thông kể rõ ngọn ngành câu chuyện, ông Trí quỳ sụp trước am thờ và vái lia lịa.

Thì ra, đây là cái am thờ vợ chồng ông Trí đã thờ anh bộ đội tên Huyền năm xưa là tôi, vợ chồng ông nuôi giấu hơn 1 tháng trong hầm bí mật tại nhà.



Khi công người lính bị thương nặng lên rừng tìm đơn vị trong tình trạng vết thương đã hoại tử, bốc mùi, và mê man bất tỉnh như vậy, cả hai vợ chồng ông Trí chắc chắn rằng người lính kia sẽ không thể sống nổi để ra Bắc chữa trị.

Mặc dù đã cố gắng hết sức để cứu người lính, nhưng lực bất tòng tâm nên sau đó, cả hai vợ chồng ông Trí rất day dứt, áy náy lương tâm.

Người vợ bàn với chồng về nhà lập một cái am nhỏ trước sân thờ vong linh của người lính mà họ đã nuôi giấu.

Không ngờ, chính trong đêm công tôi ra căn cứ, cả hai vợ chồng ông đã bị địch phục kích, ông Trí chạy thoát, còn bà Dục bị địch bắt.

Lúc này, bà Dục vừa mới chớm có thai đứa con đầu lòng.

Số phận thật bi thảm, bà Dục sau này sinh con ở trong nhà tù và cả hai mẹ con đều bị chết vì băng huyết.

Sau khi chờ đợi mỗi mòn người vợ bị địch bắt, ông Trí nhận được tin dữ cả hai mẹ con đã hy sinh trong tù.

Ông Trí rất đau khổ.

Ông lập hai chiếc bàn thờ, một ở trong nhà thờ vợ, một để ở ngoài thờ tôi, người lính năm xưa.

Từ bấy đến nay, đã 20 năm ròng rã, không có lúc nào, ông Trí không thắp hương cho linh hồn tôi nơi cái am thờ này.

Mấy năm gần đây, có điều kiện, ông đã xây lại cái am thờ đang hoang, ghi tên thờ liệt sỹ tên Huyền.

Trong thâm tâm của ông Trí, tôi không thể nào sống nổi, chắc chắn tôi đã chết vì vết thương quá nặng.

Ông Trí có ngờ đâu, suốt 20 năm qua, tôi, người lính bị thương nặng năm xưa lúc nào cũng đau đáu một nỗi hoài mong tìm gặp lại được cặp vợ chồng ân nhân của mình.

Chúng tôi đã có cuộc hội ngộ trùng phùng đầm nước mắt qua sự liên lạc của anh Thông bưu điện xã.

Tôi và con trai tôi đã vào nhà ông Trí để thắp hương cho bà Dục vì cứu tôi, vì cách mạng mà hy sinh.

Tôi và con trai đã ở lại Hải Vịnh trong một tháng để hàn huyên tâm sự. Sau đó, cha con ông Trí cũng đã ra nhà tôi chơi. Chúng tôi kết nghĩa anh em từ đó.

Tôi là thương binh nặng, nên sức khoẻ yếu, năm nào tôi cũng muốn vào Quảng Trị thắp hương cho đồng đội và đến nhà ân nhân của tôi nhưng sức khoẻ không cho phép.

Trong lòng tôi luôn hướng về Hải Lăng, Quảng Trị, nơi cất giấu những năm tháng khốc liệt của đời lính, và cũng là nơi tôi được cứu sống, được sinh ra thêm một lần nữa trong đời.

Sưu tầm

(Chuyện Làng Quê)





LE COURRIER DU VIETNAM

Le Vietnam en français, la francophonie au Vietnam



N°29 (6274)
17-23/7/2026
15.000 VND

Investissements étrangers : vers un saut qualitatif





POLITIQUE

Vietnam - Malaisie : intensifier les relations économiques et juridiques 6

SOCIÉTÉ

Investir dans la santé, c'est bâtir l'avenir 10



RÉSOLUTION N°57

La révolution numérique est en marche 14

DOSSIER

Des investissements étrangers tournés vers la qualité 19



CULTURE

Patrimoine folklorique : de l'héritage la ressource culturelle stratégique 30

PHOTOREPORTAGE

Dà Nẵng, un t sous les feux d'artifice du monde 34

PORTRAIT

Vo Thi n Thanh, la mère sonore de H Chí Minh-Ville 36



SPORTS

Jeux asiatiques : le Vietnam accueille l'événement avant l'heure décisive 38

SÉLECTION DU CONCOURS

De H Chí Minh la jeunesse : l'éducation, levier de transformation sociale 40

CUISINE

Japchae, vermicelles sud-coréens aux saveurs variées 52



DIASPORA

Le café vietnamien fait rayonner ses arômes aux États-Unis 54

INTERNATIONAL

Succès mondial de l'ode culinaire "Le Gourmet solitaire" 56

PUBLIREPORTAGE

Saigontourist privilégie l'innovation pour booster sa croissance 60

**LE COURRIER
DU VIETNAM**

Publié par l'Agence Vietnamienne
d'Information (AVI)

RÉDACTRICE EN CHEF : Nguyễn Hồng Nga
RÉDACTRICES EN CHEF ADJOINTES : Đoàn Thị Y Vi - Nguyễn Thị Kim Chung
Siège social : 79, rue Ly Thuong Kiêt, quartier de Cua Nam, à Hanoï - Tél.: (+84) 24 38 25 20 96
Abonnement et publicité : (+84) 24 39 33 45 87 - Courriel : courrier@vnanet.vn
Bureau de représentation à Hô Chi Minh-Ville : 116-118, rue Nguyễn Thị Minh Khai, quartier de Xuân Hòa
Tél.: Publicité : (+84) 28 39 30 32 33 - Abonnement : (+84) 28 39 30 45 81 - Courriel : courrierhcm@gmail.com
Photo de la Une : VNA/CVN - Impression : VINADATA
Maquette : Marc Provot et Dang Duc Tuê - Permis de publication : 25/GP-BTTTT



ONCE UPON A BRIDGE IN VIETNAM II

DIRECTED BY FRANÇOIS BIBONNE

27 juillet à 19h
rue Victor Juge
06000 NICE

Projection du film de François Bibonne
en présence de l'auteur



Gardez la date

Réponse OBLIGATOIRE par SMS : 06 40 11 52 81





Hoje celebramos a vida

DA NOSSA QUERIDA

Doné
Amélia
de Oxalá.

Que Oxalá continue derramando
felicidade, paz, sabedoria e muitos
anos de vida sobre sua caminhada.

Que seu axé se fortaleça a cada dia
e que sua missão siga sendo
abençoada e apoiada
pelos Orixás.

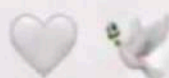
Receba nosso carinho,
abraço e gratidão.

Ẹ KÚ OJÓ ÌBÍ 🌿

Feliz
aniversário!

Que seu novo ciclo seja
cheio de luz, prosperidade
e caminhos sempre abertos.

dupé!





Existe muito
poder em
acreditar que
tudo vai dar
certo, mesmo
sem saber
quando e como.







LISTA PRETA
@listapreta

Conceição Evaristo falando sobre o
mito da meritocracia







Sabe aquele 1% de
chance de dar certo?
Então, eu acredito nele!

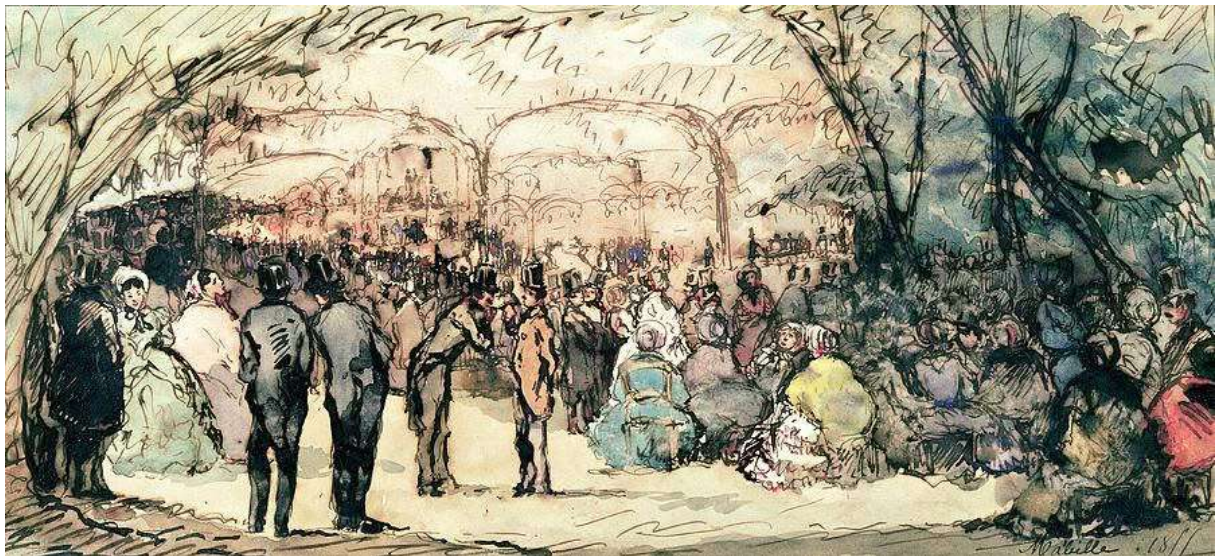
@y_racionais



De notre fidèle OLIVIER B

Émile Zola|La Curée|Charpentier|1880|146

Saccard venait de faire bâtir son hôtel du parc Monceaux sur un terrain volé à la Ville. Il s'y était réservé, au premier étage, un cabinet superbe, palissandre et or, avec de hautes vitrines de bibliothèque, pleines de dossiers, et où l'on ne voyait pas un livre ; le coffre-fort, enfoncé dans le mur, se creusait comme une alcôve de fer, grande à y coucher les amours d'un milliard. Sa fortune s'y épanouissait, s'y étalait insolemment. Tout paraissait lui réussir. Lorsqu'il quitta la rue de Rivoli, agrandissant son train de maison, doublant sa dépense, il parla à ses familiers de gains considérables. Selon lui, son association avec les sieurs Mignon et Chartier lui rapportait d'énormes bénéfices ; ses spéculations sur les immeubles allaient mieux encore ; quant au Crédit viticole, c'était une vache à lait inépuisable. Il avait une façon d'énumérer ses richesses qui étourdissait les auditeurs et les empêchait de voir bien clair. Son nasillement de Provençal redoublait ; il tirait, avec





Sorcellerie

Vers le XIIIe siècle, l'Église chrétienne, en lutte contre les restes de cules païens, commence à associer le chat à la sorcellerie.

Qu'il appelle sorciers et sorcières au sabbat par ses miaulements ou qu'il y incarne le Malin, le chat est stigmatisé pour ses mœurs nocturnes, ses vagabondages et sa lubricité.

Ici, le chat assiste à la préparation de l'onguent grâce auquel la sorcière pourra s'envoler dans les airs.

Chats du monde en 365 photos, éd. PLAY BAC / PRISMA PRESSE / GEO, 2008, 10 juillet.



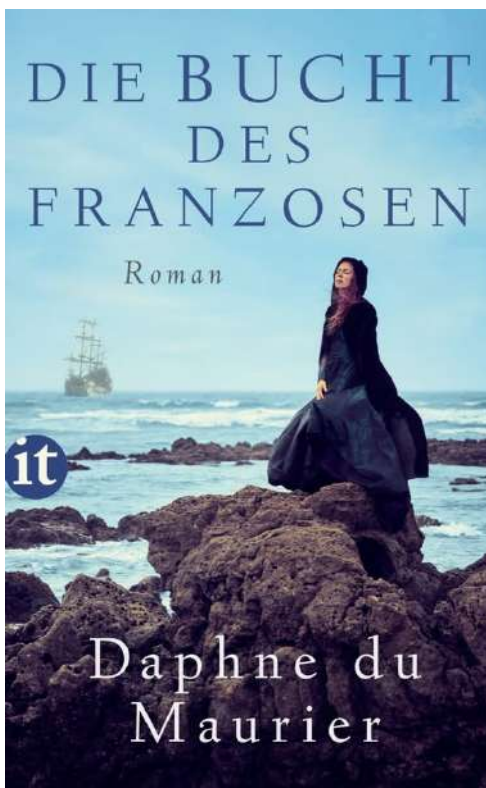
Hans Thoma, *Witche's kitchen*, 1870, Blatt 313 x 421 mm, Darstellung 276 x 380 mm, Drawing, Staedel Museum, Frankfurt am Mein.



Jacques Charpentreau, La banane à la moutarde : poèmes abominables pour enfants plus ou moins sages, coll. Arc en poche, Nathan, Paris, 1986.

La soupe de la sorcière

Dans son chaudron la sorcière
 Avait mis quatre vipères
 Quatre crapauds pustuleux
 Quatre poils de Barbe-Bleue
 Quatre rats, quatre souris
 Quatre cruches d'eau croupie
 Pour donner un peu de goût
 Elle ajouta quatre clous
 Sur le feu pendant quatre heures
 Ça chauffait dans la vapeur
 Elle tourne sa tambouille
 Et touille et touille et ratatouille
 Quand on put passer à table
 Hélas c'était immangeable
 La sorcière par malheur
 Avait oublié le beurre



DuMaurier|Crique du Français|LdP|2003|88

- Tout royaume qui est divisé contre lui-même est dévasté, murmura-t-elle.
- Pardon, je n'ai pas très bien saisi ? dit Thomas Eustick.
- Ce n'était rien, répondit Dona. Je citais un verset de la Bible dont je viens de me souvenir. Mais vous parliez du pirate. N'est-il pas seul contre vous tous ? Vous l'attraperez, cela n'est pas douteux. Comment comptez-vous procéder ?
- Nos plans ne sont encore qu'à l'état d'ébauche, madame. D'ailleurs, ils ne sauraient être divulgués. Mais, je vous mets en garde, et sans doute était-ce aussi l'intention de Godolphin, lorsqu'il s'est enquis de vos domestiques, quelques gens de la région, croyons-nous, sont à la solde du Français.
- Vraiment ? C'est inconcevable !
- Impardonnable ! De sorte que, si nos soupçons se

confirment, ils seront tous pendus, comme lui. En fait, nous soupçonnons le Français d'avoir une cachette le long de la côte et sommes presque certains que quelques gens du pays la connaissent et se gardent d'en parler.

- Je croyais que vous





10

2019

POUR OUVRIR
LE PARACHUTE.
SCANNEZ NOTRE
QR CODE.
TÉLÉCHARGEZ
NOTRE APPLICATION.
CRÉEZ UN COMPTE.
CONFIGUREZ UN
NOM D'UTILISATEUR
ET UN MOT DE PASSE
CONNECTEZ-VOUS
ENSUITE À NOTRE...





Citez-moi une arnaque totalement
légale en France.
Je commence :

Payer des taxes sur l'argent que tu
gagnes, payer des taxes sur l'argent
que tu dépenses, et payer des taxes
sur ce que tu possèdes et qui a été
acheté avec de l'argent déjà taxé,
et qui sera à nouveau taxé lorsque
tu vas le transmettre.



Onze « gaillards » à la **première Coupe** **du monde** de football

C'était l'époque des ballons lacés et des crampons cloués à la semelle. Celle des pionniers du football, dont a fait partie l'aïeul de Valentine Faure, journaliste au « Monde ». Bon dribbleur, Marcel Pinel était l'un des joueurs sélectionnés pour le premier Mondial de l'histoire, en Uruguay, en 1930



Marcel Pinel, date et lieu inconnus. ARCHIVE PERSONNELLE

DANS UNE EUROPE
ATTEINTE
PAR LA CRISE
DE 1929, L'IDÉE
D'UN PÉRIPLE DE
DEUX MOIS PARAÎT
BIEN EXTRAVAGANTE



L'équipe de France de football, avant d'affronter l'Argentine, à Montevideo, le 15 juillet 1930. Debout, de gauche à droite : Chantrel, Pinel, Thépot, Capelle, Mattler, Villaplane. Au premier rang : Libérati, Delfour, Maschinot, Laurent, Langiller. ARCHIVE PERSONNELLE FAURE

Onze « gaillards » à la **première Coupe** **du monde** de football

C'était l'époque des ballons lacés et des crampons cloués à la semelle. Celle des pionniers du football, dont a fait partie l'aïeul de Valentine Faure, journaliste au « Monde ». Bon dribbleur, Marcel Pinel était l'un des joueurs sélectionnés pour le premier Mondial de l'histoire, en Uruguay, en 1930



DANS UNE EUROPE
ATTEINTE
PAR LA CRISE
DE 1929, L'IDÉE
D'UN PÉRIPLE DE
DEUX MOIS PARAÎT
BIEN EXTRAVAGANTE



L'équipe de France de football, avant d'affronter l'Argentine, à Montevideo, le 15 juillet 1930. Debout, de gauche à droite : Chantrel, Pinel, Thépot, Capelle, Mattler, Villaplane. Au premier rang : Libérati, Delfour, Maschinot, Laurent, Langiller. ARCHIVE PERSONNELLE FAURE

12. JUILLET
VOLONTÉ ET LE
REMPLACEMENT
D'UNE DES SEULES
LES JOUEURS
FRANÇAIS POURS
LES MATCHES SUR
UNE JARRE CRISTE



LE JEU EST
VIOLENT, ET, LE:
REMPLACEMENT
ÉTANT INTERDITS
LES JOUEURS
FINISSENT PARFOIS
LES MATCHS SUR
UNE JAMBE CASSÉE

VALENTINE SAUER



À gauche: une vue de Rio de Janeiro (Brésil), lors d'une escale de l'équipe de France de football, en 1930. À droite: lors du match France-Argentine de la Coupe du monde, au Gran Parque Central de Montevideo, en 1930. ARCHIVES PERINELLE SAUER

Se réveiller paralysé avec un démon sur soi

Etranges nuits 1/7 - Le phénomène, temporaire, est lié à la persistance de l'atonie musculaire du sommeil paradoxal

C'est très angoissant. Parfois, je me réveille dans la nuit et je n'arrive plus à bouger. Je suis consciente, j'essaie, mais je n'y arrive pas, ni un bras, ni une main, ni une jambe», raconte Anna (le prénom a été changé). Que se passe-t-il exactement? La paralysie du sommeil survient au moment du réveil ou, plus rarement, de l'endormissement. La personne se retrouve dans l'incapacité de bouger ou de parler, en raison de la persistance de l'atonie musculaire associée au sommeil paradoxal, stade pendant lequel nous rêvons.

«Le cerveau devient conscient, mais les muscles n'ont pas encore retrouvé leur tonus, le corps restant paralysé», décrit la psychiatre Isabelle Point (CHU de Lille), qui parle d'un état dissocié du sommeil. La neurologue Isabelle Arnulf, cheffe du

centre des pathologies du sommeil (la Pitié-Salpêtrière, AP-HP, Paris), évoque «l'impression horrible d'être paralysé en s'endormant ou en se réveillant, avec le corps pris comme dans un sarcophage».

La paralysie s'accompagne parfois d'hallucinations visuelles, auditives ou tactiles. Souvent effrayantes, elles peuvent inclure des animaux, des personnages, un incubé (du latin *incubus*, «couché»), un démon sur la poitrine du sujet. Beaucoup décrivent aussi une sensation d'effoulement ou d'écroulement du thorax. L'atonie touche les muscles squelettiques, notamment posturaux, mais épargne le diaphragme et les muscles oculomoteurs. L'impression est restituée dans *Le Coucheur* (1783), le tableau de Johann-Heinrich Füssli.

«Certains nuits, je sens une présence, c'est très désagréable», poursuit Anna,

déjà normalement rassurée sur le caractère bénin de ce phénomène. «On parle souvent de "demi-sommeil", dans lequel on croit percevoir un intrus dans la pièce, une sonnerie de téléphone ou un bruit de pas», explique Isabelle Arnulf.

Huit pour cent de la population. Certes, ces hallucinations associées à la paralysie du sommeil peuvent être un signe de la narcolepsie. Toutefois, la majorité des épisodes surviennent chez des personnes qui ne sont pas atteintes de cette maladie. Les symptômes se dissipent généralement de façon spontanée, en quelques secondes à quelques minutes, lorsque l'inhibition musculaire prend fin. Cette paralysie, qui toucherait environ 8% de la population selon le psychologue américain Brian Sharpless, reste anxiogène. Elle atteint en particulier

les adolescents et jeunes adultes. «Lorsqu'ils accumulent une dette de sommeil, leur organisme privilégie le sommeil paradoxal, ce qui augmente le risque de paralysie», observe Isabelle Point.

«Celui-ci est favorisé par le stress, le travail en horaires irréguliers, la consommation d'alcool, car ils fragilisent déjà le sommeil», ajoute Armelle Rancillac, chercheuse Inserm au Collège de France, spécialiste des mécanismes du sommeil. La fatigue et le fait de dormir sur le dos sont aussi incriminés, notent Jean-Sébastien Martin et Isabelle Arnulf dans un article de 2008.

Si la paralysie du sommeil a souvent été considérée comme un phénomène paranormal, voire mystique, c'est au milieu du XVIII^e siècle que le médecin néerlandais Isbrand van Diemerbroeck agrippa le premier cas clinique: une

femme de 50 ans qui se réveille la nuit avec l'impression que le diable est couché sur elle, l'empêchant ainsi de bouger et de respirer.

Alors, que faire? Armelle Rancillac préconise de ne surtout pas essayer de bouger – ce qui n'est pas si simple –, de respirer lentement et d'attendre que le contrôle musculaire revienne. Dans les formes les plus gênantes, des thérapies cognitivo-comportementales courtes peuvent être proposées, ou de la paroxétine (médicament antidépresseur) à petite dose, qui réduit l'atonie musculaire liée au sommeil paradoxal. Et, dans tous les cas, une bonne hygiène du sommeil est cruciale. ■

FASCAL SANTI

Rien de plus naturel que de manger son prochain

Sept nuances de cannibalisme -1/7- Le règne animal regorge d'exemples de cannibalisme aux motivations variées. Celles de notre plus proche cousin, le chimpanzé, restent mystérieuses

LES EMBRYONS DE
REQUIN TAUREAU
S'ENTREDÉVORENT
DANS LE VENTRE
MATERNEL:
LE VAINQUEUR SERA
UN PRÉDATEUR
EFFICACE



OLIVIER ROULET

HERVÉ MORIN



ONCE UPON A BRIDGE IN VIETNAM II

DIRECTED BY FRANÇOIS BIBONNE

27 juillet à 19h
rue Victor Juge
06000 NICE

Projection du film de François Bibonne
en présence de l'auteur



Gardez la date

Réponse OBLIGATOIRE par SMS : 06 40 11 52 81