



Atelier parisien du 9 mars 2018

animé par Michèle Dalard

Une petite dizaine de participant(e)s à cette session de mars de l'atelier d'écriture parisien sous la houlette bienveillante de Michèle Dalard.

Une philosophie de la vie

En référence au livre de Françoise Héritier *Le sel de la vie* Michèle a proposé de faire méditer sur tous les petits plaisirs qui font le sel de notre vie, petits riens où se mêlent émotions et souvenirs...

Évoquer en une seule phrase le simple fait d'exister.

Madeleine

Se lever au petit matin ouvrir les volets découvrir le soleil levant sur la colline au loin, entendre le chant des merles et des rouges-gorges, apercevoir les enfants s'en aller à l'école, penser aux siens, aux petits enfants là-bas, préparer le petit déjeuner, apprécier les odeurs les couleurs du jus de fruit, du thé, du café, prendre le temps de vivre, se dire que la journée sera belle qu'il y a tant à faire par plaisir ou nécessité, allumer la radio *les nouvelles sont mauvaises d'où qu'elles viennent* mais ici il fait beau.

Marianne

Prenez le temps d'écouter, d'écouter la vie autour de vous.
Prenez le temps d'écouter vos amis mais de les écouter vraiment, comme si ce qu'ils vous racontent était la chose la plus importante du monde.
Prenez le temps d'écouter vos petits enfants même si leur vie et leur point de vue sont tellement différents des vôtres.
Prenez le temps d'écouter le monde qui ne va pas si bien que cela mais qui cache souvent des gens merveilleux qui ne sont pas mis à l'honneur.
Prenez le temps de trier ce qui est bon à rejeter et ce qui est porteur d'avenir. Apprenez à distinguer ce qui est important et ce qui passera.
Prenez le temps de prendre soin de vous et de vous faire du bien mais pas seulement avec des crèmes et des lotions comme vous en enjoint la publicité mais avec des mots, de l'art, des notes de musique et du temps « inutile » pour méditer.
Prenez le temps de vous écouter intérieurement, de savoir ce que vous voulez réellement, profondément.
Et par dessus tout cela, apprenez donc à rire, à rire de tout à rire de vous !

Christine

Ouvrir les yeux sur le soleil du matin avec l'odeur du café frais qui chatouille les narines encore endormies.
Sentir la caresse de la petite brise marine à travers la fenêtre entrouverte
Se repasser dans la tête le film de la journée à venir
S'étirer paresseusement et finir de se réveiller sous une douche tiède dans la senteur d'agrumes de l'huile de bain
Se sentir prête à démarrer une nouvelle journée avec des pensées positives
Bref se sentir tout simplement heureuse d'exister.



Prenez un peu de temps pour évoquer votre philosophie de votre vie...

Christine

PRENEZ LE TEMPS de méditer en pleine conscience chaque matin
PRENEZ LE TEMPS de connecter vos neurones à l'instant présent
PRENEZ LE TEMPS de savourer tous les petits plaisirs de la journée
PRENEZ LE TEMPS de croquer dans une pomme bien rouge et juteuse
PRENEZ LE TEMPS de déguster un cappuccino sur une terrasse baignée de soleil
PRENEZ LE TEMPS de papoter avec votre meilleure amie
PRENEZ LE TEMPS d'être dans l'ici et maintenant
PRENEZ LE TEMPS enfin de suivre ma philosophie de vie : Carpe Diem

Sylviane

Prenez le temps de penser à vous, de vous choyer ou de vous faire choyer, par quelques pauses détente, esthéticienne, coiffeur, massage. Un peu de relaxation vous fera forcément du bien.

Prenez le temps d'entretenir votre corps, faites un peu de sport plusieurs fois par semaine. De la marche, du vélo, de la natation. Et pourquoi ne pas vous inscrire à un cours de gymnastique ou de yoga, bénéfiques au corps comme à l'esprit.

Prenez le temps de voir votre meilleure amie. Organisez-vous des sorties, plus ou moins longues, mais régulières, afin de garder le contact en plus des messages et appels. Ce sera un verre en terrasse, un déjeuner dans une brasserie, ou encore un cinéma ou théâtre. Quel plaisir de partager un moment avec son amie !

Prenez le temps de vous occuper de vos proches. Envoyez-leur des messages, appelez-les régulièrement et, si possible, rendez-leur visite chez eux, dans leur décor, imprégnez-vous de leur quotidien. Cela vous fera plaisir autant qu'à eux.

Prenez le temps de vous distraire par divers activités ludiques ou utiles, comme la lecture, les mots croisés ou autres SUDOKU, ou encore le tricot. Vous pourrez ainsi créer écharpes et bonnets pour toute la famille. Pensez également à sortir de chez vous pour lire, écrire, faire du théâtre, du chant ou de la musique auprès d'autres personnes partageant votre passion. C'est toujours enrichissant de rencontrer d'autres personnes.

Françoise

Prenez le temps... de ne rien interdire à autrui, mais de s'autoriser à soi-même : s'instruire, se cultiver, cela ne peut s'appliquer d'un bloc à la majorité.

Laisser à chacun le loisir de décider ce qui est bon et possible pour Lui, à l'instant présent...

Prenez le temps... de prendre votre temps

Prenez le temps... de lire : est-ce encore d'actualité ? Même sur tablette ?

Prenez le temps... de vous écouter, pour savoir où vous en êtes de vos besoins, attentes et satisfactions.

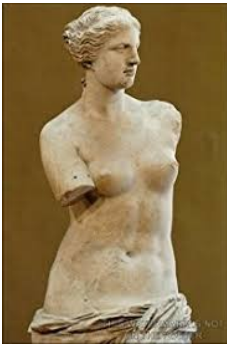
Prenez le temps...de vous faire plaisir.

Prenez le temps... de réfléchir avant d'agir, mais aussi de décider. Observer aide, après la réflexion, à la prise de décision.

En pleine forme vous avez décidé d'aller voir une exposition. Vous n'allez pas vous contenter d'observer les œuvres d'art, vous allez observer les visiteurs et rendre cette visite amusante...

André

À l'intérieur du Louvre, notre reporter-vedette de Radio-zozo a obtenu une interview exclusive de madame Vénus de Milo.



Le reporter : Chère madame vous qui êtes sur un piédestal depuis plusieurs siècles, n'êtes-vous pas fatiguée ?

Mme VDM : Oh, vous savez c'est un coup à prendre, il faut juste laisser les pieds bien posés, et en changer de temps en temps. Parfois, oui, j'ai une petite crampe, mais ça passe...

Le reporter : Alors, heureuse ?

Mme VDM : Pas tant que ça. Le problèmes des musées, ce sont les visiteurs. Sans eux on serait peinardees...

Le reporter : Plus précisément, vous leur reprochez quoi aux visiteurs ?

Mme VDM : Ah, des tas de choses ! Passons sur ces bonshommes qui lorgnent sournement mes seins, jettent un œil sur leur femme et ont subitement le regard triste... Ils ne sont pas dangereux, un peu cons, d'accord, mais pas dangereux. Mais leurs femmes, on voit bien qu'elles sont jalouses de moi, elles ont vite fait de tirer leur mec vers Apollon, pour se venger.

Le reporter : En résumé, vous prenez plaisir à foutre le brin dans les ménages. Et vous trouvez cela drôle ?

Mme VDM : Drôle non, mais cela m'aide à supporter mon immobilité.

Et il n'y a pas que les couples qui s'insupportent. Je vois passer des types seuls, marchant lentement, l'air de regarder ailleurs. Alors là, je sais que c'est pour moi, que je vais y passer. Et ça ne loupe pas : après avoir maté vite fait ma poitrine, ils font le tour et je ne les vois plus pendant un bon moment. Je me doute bien qu'ils sont omnibulés par mes fesses, comme scotchés.

Mais le plus grave, c'est qu'il en a même qui touchent... alors là les bras m'en tombent. Du coup je n'ai pas pu signer la pétition « #BalanceTonVisiteur »

Marianne

Celui-ci bouscule tout le monde tant il est pressé d'aller rencontrer les peintres hollandais dont il ne sait pas le premier nom. Il est venu là parce qu'on le lui a recommandé de venir mais il n'y connaît visiblement rien, d'ailleurs, il passe de l'un à l'autre tableau au pas de course et il sera dehors le premier ! Celui-là au contraire, prend son temps ; il va de l'un à l'autre puis revient sur ses pas pour revoir en détail, examiner en se penchant la signature, dans le coin à droite;



La dame au chapeau et à lunette vient se coller à la toile tandis que son mari s'éloigne au plus loin pour voir l'ensemble.

Le grand escogriffe qui les accompagne si l'on peut dire et qui est sans doute leur petit fils s'est carré dans un coin de la salle et tapote vigoureusement sur son écran pour voir qui est Van Gogh ou Van Dongen ou pour répondre à sa petite amie ou à son copain?

Heureux encore s'il ne « joue » pas !

Un vidéaste a pris racine devant la plus petite peinture de la collection et la plus réputée. Il y a fort à parier que nul autre que lui n'aura la possibilité de la contempler avant la fermeture.

Un petit groupe d'ados s'est laissé choir sur la banquette centrale. Leur prof de dessin explique à ceux de la classe qui ont bien voulu rester auprès d'elle ce qu'il faut voir dans le champ de blé aux corbeaux mais on sent bien qu'elle s'égosille dans le vide et que si les yeux sont là, les regards sont absents.

Et moi, je me prends à rêver ce qu'aurait dessiné Daumier, maître de la caricature, ou ce que j'aurais croqué si j'avais quelque don dans ce domaine. Mais je ne suis pas venue pour faire un tableau de mes contemporains mais je suis venue pour les peintres hollandais et j'ai bien l'intention de ne pas me laisser bousculer ni marcher sur les pieds. C'est eux qui sont importants, pas les pékins dont je n'ai rien à faire.

C'est fou cela, je ne peux m'empêcher d'observer autour de moi la comédie humaine !

Christine

Récemment, je suis allée à une exposition sur l'or des Incas au Musée du Quai Branly. J'ai été étonnée par le comportement des gens faisant la queue au guichet. Il y avait les énervés qui trouvaient le temps d'attente trop long et trépignaient sur place. Il y avait les placides connectés à leur écran et faisant fi du monde extérieur. Ceux qui comptaient et recomptaient leur monnaie.



Et les petits malins qui avaient acheté leur billet par internet et « grillaient » la file d'un air ostensiblement satisfait.

Une fois dans l'enceinte du musée, le même scénario se reproduisait :

- Les irrespectueux qui poussaient tout le monde pour accéder aux vitrines des objets incas,
- Ceux qui se démontaient le cou pour regarder les tableaux, les yeux rivés aux légendes,
- Ceux qui ne bougeaient plus de leur espace et empêchaient les autres d'y accéder
- Et les plus fûtés qui avaient loué un audio-guide pour suivre la visite avec tous les détails.

J'avais opté pour cette option et j'ai pu arpenter l'exposition en étant un peu en retrait, du moins mentalement, de la foule bigarrée qui se pressait autour de moi.

Françoise

Qui n'a jamais pensé que l'action se déroulait aussi dans la salle ? Par exemple lors d'une expo. de peinture où l'affluence est à son comble, réseaux sociaux, pub aidant ?

Après beaucoup de difficultés, avoir enfin obtenu de pénétrer dans le saint des saints : musée, salle d'expo. ou de photos, des lieux plus ou moins prestigieux.

Et ensuite, dans des salles bondées, difficile d'approcher l'œuvre exposée tant la foule est compacte... ou bien même au contraire, quand le lieu est désert, pour des raisons diverses, qu'il est intéressant et jubilatoire parfois, d'observer les réactions de ses contemporains !

La Comédie Humaine se joue alors à guichets fermés !

Par exemple, tel groupe se forme devant une toile dans un musée ; peu à peu le groupe existe par lui-même, devient le centre d'intérêt et non plus le tableau devenu le prétexte de cette scène. Les réflexions fusent « t'as vu celle-là, qu'est-ce qu'elle est moche ! ça, une œuvre d'Art ? »

Et encore, les comportements ;

Celui qui pousse tout le monde pour se planter au premier plan, et prendre des photos.

Celui qui sait tout, commente haut et fort,

Celui qui accompagne, se rase, pensant visiblement qu'il serait mieux ailleurs

Celui qui s'absorbe dans la contemplation de l'œuvre, oubliant le temps, son entourage et peut-être qu'il gêne de rester si longtemps debout, planté devant le tableau semblant tant l'inspirer.

Pour finir, satisfaction suprême, rien ne vaut le plaisir de s'asseoir enfin à la terrasse d'un café et d'observer à son tour, à loisir le défilé de ses contemporains !

C'est compliqué

« Le cercle des poètes réapparus ». La poésie libère et enchante certains moments de la vie en maniant les vers libres, en « draguant » les rimes. Autour d'une expression que l'on entend beaucoup, « c'est compliqué », créer un poème dans lequel vous augmenterez graduellement l'intensité.

Madeleine

C'est compliqué d'écrire des vers
C'est un peu compliqué de trouver les rimes
C'est si compliqué de chercher le bon terme
C'est un peu plus compliqué il faut compter les pieds
C'est encore plus compliqué des respecter les rimes les strophes
C'est très compliqué de décliner les strophes après les rimes
C'est extrêmement compliqué d'écrire un poème.

Marianne

C'est compliqué de trouver chaussure à son pied !
C'est trop compliqué de marcher du même pas !
C'est tellement compliqué d'avoir le même but !
C'est hyper compliqué de rester au même rythme !
C'est si compliqué de rester ensemble !
C'est encore plus compliqué de se quitter !
C'est vraiment compliqué d'user ses souliers jusqu'au bout et de ne pas les regretter.

Sylviane

C'est compliqué
Lorsque l'on devient adulte,
Qu'en Amour nous sommes incultes,
Qu'il faut apprendre soi-même à se connaître
Afin de pouvoir définir l'être
Qui sera susceptible
De nous rendre heureux, le plus possible.

C'est compliqué
Tout d'abord de chercher
Puis enfin peut-être trouver
Celui ou celle qui sera notre âme sœur
Et qui nous comblera de bonheur.

C'est compliqué
De préserver présent et avenir
Sans s'égarer, sans défaillir,
Et par quelques gestes étudiés
Savoir retenir l'être aimé.

C'est compliqué
Après avoir eu tant de chance
Après avoir partagé son existence
Et avoir traversé tant de félicité
De regarder impuissant sa moitié s'en aller.