



# Confidences de confiné.e.s

Ateliers d'écriture menés en période de confinement (entre avril et juin 2020)

# CONFIDENCES DE CONFINÉ.E.S

Ateliers d'écriture menés en période de confinement (entre avril et juin 2020)

## **Remerciements et partenariats :**

Initiative et création :



Éditeur responsable et crédits photos :



Avec le soutien

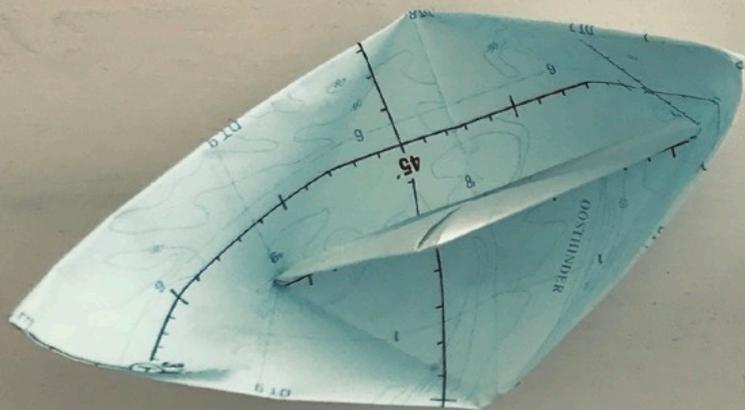


*« La liberté dont tu parles était liberté sur la grève.  
Là, mon oncle laissait à nos membres toute dépendance.  
La liberté actuelle est liberté sur l'océan.  
Pour que nous avancions, il nous est nécessaire d'être confinés sur le navire. »*

*À quatre voix – Rabindranath Tagore*

*« C'est la croisée des échanges qui rend la découverte plus riche »*

S.M.



S T A Y

H O M E

différent. Opposé.

**CONFORME** [kɔ̃fɔʁm]. *adj.* (XV<sup>e</sup>; V. Conformer). Qui a telle conformation. V. Bâti, disposé, organisé. *Un enfant bien conforme.*

**CONFORMÉMENT** [kɔ̃fɔʁmɑ̃]. *adv.* (1503; de conforme). D'une manière conforme. V. Après (d'), selon.

⊙ ANT. Conformément.

**CONFORMER** [kɔ̃fɔʁme]. *v. tr.* (Se conformer, XIII<sup>e</sup>; lat. conformare, de formare « former »). ♦ 1<sup>o</sup> Rendre conforme, semblable (au modèle). V. Accorder, adapter, aménager.

**Confidence :**

nom féminin (latin *confidentia*). Communication d'un secret, d'un sentiment personnel à quelqu'un : Faire une confiance à quelqu'un.

**Confiné :**

verbe transitif. Enfermer quelqu'un dans un lieu, le tenir dans d'étroites limites : Confiner un subordonné dans le cadre de ses fonctions.

[www.larousse.fr/dictionnaires/francais](http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais)  
Juillet 2020

**CONFINEMENT** [kɔ̃finɑ̃]. *n. m.* (1481; de confiner). Action de confiner. ⊙ Spécialt. (Méd.). Interdiction à un malade de quitter la chambre. V. Quarantaine (2<sup>e</sup>). ⊙ Phys. *Le confinement des matières radioactives dans un réacteur, des particules chargées d'un plasma.*

**CONFINER** [kɔ̃fin]. *v. tr.* (1225; de confins). ♦ 1<sup>o</sup> Trans. Toucher aux confins, aux limites d'un pays. La Belgique confine à la France. — Fig. « La réverie » *indir.* (1466). Toucher aux confins. — Fig. « La réverie » de. Les prairies qui confinent à la rivière. — Forcer confiner au sommeil et s'en préoccupe comme de sa frontière (HUGO). V. Côtoyer, Iriser. ♦ 2<sup>o</sup> (1477). Trans. dir. « Cette espèce de retraite forcée où des circonstances passagères me confinent » (SŒUR-DEUVE). ♦ 3<sup>o</sup> Se CONFINER. V. pron. Se confiner chez soi. V. Cloîtrer (so), isoler (s'), retirer (so). — Fig. Se confiner dans un rôle. V. Cantonner (so).

**CONFORT** [kɔ̃fɔʁ]. *n. m.* (Comfort, 1815; angl. comfort, de l'a. fr. confort « aide, réconfort », de conforter « réconforter »). Tout ce qui contribue au bien-être, à la commodité de la vie.

# Mettons-nous à table!

Introduction : vous avez dit *confidences* ? -> 6

Garder le fil... avec le sans-fil (trucs et ficelles) -> 8

Nos ateliers :

- Atelier 1 : On a tous un... dans la tête -> 12

- Atelier 2 : Un jour, un objet -> 17

- Atelier 3 : Le temps d'un chez soi -> 19

- Atelier 4 : Au hasard d'une page, au hasard d'un titre -> 23

- Atelier 5 : À table ! -> 28

- Atelier 6 : Attendre le jour J -> 32

- Atelier 7 : Voyage poétique au Japon (ou comment élaborer des haïkus maison) -> 35

- Atelier 8 : Au pied de la lettre -> 40

- Atelier 9 : Regard et moi -> 44

- Atelier 10 : Quel avenir ? -> 48

- Atelier 11 : Comme un souvenir -> 50

Vers d'autres confidences -> 55

Envie de plus? -> 68



Mise en bouche



Nos confidences



# Introduction

*“Écrire l’histoire... S’inscrire dans une aventure humaine.*

*Écrire nous habite ... Parce qu’écrire, c’est résister.”*

## CONFINÉ.E.S !

Durant les mois qui ont suivi mars 2020, le monde a connu une crise sanitaire sans précédent. En Belgique, comme dans de nombreux pays, la pandémie du coronavirus nous a obligés à vivre confiné.e.s : inquiétude, détresse, déstabilisation de l’ensemble de la société... Ce COVID19 nous a confronté.e.s à des changements systémiques majeurs, face à un constat de taille et stupéfiant par sa justesse : tout s’effondre à grande échelle !

Des questions, en plus des interrogations liées au COVID 19, sont apparues, se sont amoncelées : comment nous adapter à cette situation ? Construire ensemble ? Soutenir nos jeunes, qui semblent avoir été oubliés dans l’équation du déconfinement ?

« L’écriture structure ta vie et tes idées, elle finit souvent par mettre de l’ordre dans le chaos de l’existence. »

Guillaume Musso, *La vie secrète des écrivains*



STAY HOME

## **Vous avez dit confidences ?**

Pour nous, l'écriture semblait apporter son lot de consolation, nous permettait de nous projeter. Une sorte de bulle d'oxygène dans cette atmosphère anxiogène, à proposer aux travailleurs du secteur jeunesse (issus des Organisations de Jeunesse, mais aussi des Maisons de Jeunes), aux enseignants, aux acteurs du secteur de l'Aide à la jeunesse, mais aussi et surtout, aux jeunes.

Par le biais d'ateliers d'écriture en ligne, nous pouvions offrir une terre des possibles vers laquelle il était providentiel de s'évader, mais aussi de construire, d'élaborer, de porter au loin des réflexions sociétales et humanistes.

Il s'agissait d'un lieu où tous pouvaient s'exprimer et verbaliser ses émotions comme les ressentis et les idées véhiculés lors de cette période de confinement.

Bien entendu, cette aventure créative ne s'arrêtait pas aux mots (exprimant nos maux) : elle impliquait et suscitait des valeurs telles que la tolérance, la confiance (intrinsèque à la confiance), l'empathie, le partage... rendant les rencontres et les échanges particulièrement riches.

Cet outil, que nous vous offrons aujourd'hui, représente le fruit de cette réflexion, un circuit aux pays des mots, des phrases qui nous habitent, qui resurgissent et se déversent quand on leur laisse l'occasion de se livrer.

Bon voyage !



STAY HOME

# Garder le fil... avec le sans-fil (trucs et ficelles)

Écrire, c'est s'ouvrir, s'exprimer... se libérer.

Partager ses écrits, c'est se révéler : révéler l'intime, sa part de jardin secret, prendre le risque de se dévoiler, de se mettre à nu.

Contrairement aux idées reçues, l'écriture est accessible à tout le monde : l'important pour écrire, c'est le désir. Il ne faut donc pas être un écrivain né ou être doté.e de facultés littéraires particulières pour participer à nos ateliers d'écriture. Ceux que nous avons rassemblés dans cet outil ne visent nullement le perfectionnement du langage écrit, mais représentent un moyen de s'exprimer et de faire émerger une réflexion sur notre mode de vie actuel, fortement bousculé et déstabilisé par cette pandémie que nous connaissons actuellement (valorisons le processus plutôt que le résultat).

## Réseaux, trucs et ficelles

Avant de vous lancer dans l'animation d'un de ces ateliers, que ce soit en *distanciel* ou en *présentiel*, il est essentiel de respecter certains jalons visant au bon déroulement de l'activité.

- Avant de commencer (Accueil) :
  1. Souhaitez la bienvenue aux participants, remerciez-les : Veillez à mettre tout le monde à l'aise (en particulier si votre groupe est composé de personnes qui ne se connaissent pas). Présentez le concept : cet atelier d'écriture vise avant tout à construire ensemble, à partager vos idées.



2. Rappelez les règles de fonctionnement en vidéoconférence : Le confinement nous a obligé.e.s à nous repositionner quant à la méthode et à l'approche des ateliers. Utilisant principalement les plateformes de discussion telles que Messenger, Zoom, Meet, Jitsi... (il en existe une grande variété: à vous de choisir celui qui vous conviendra le mieux), nous avons dû adapter notre comportement et nos échanges, en posant une série de balises à respecter :
  1. Faire signe pour prendre la parole (un à la fois)
  2. Prendre des notes au fur et à mesure pour ne pas perdre le fil de son sujet, de ses idées et y revenir dès que la personne a fini de parler
  
3. Effectuez un petit tour de présentation : Chacun y donne son prénom, son nom, précise le secteur où il travaille, formule ses attentes et son humeur du jour. N'hésitez pas à suggérer une petite activité brise-glace.
  
4. Établissez les balises de sécurité pour le bien-être de tous :
  - ⦿ La philosophie de l'atelier est « TOUS CAPABLES » : il n'est pas nécessaire de s'appeler Victor Hugo pour participer.
  - ⦿ Place de choix à la tolérance, au non-jugement, à l'écoute et au partage (garder la liberté de ne pas partager ou de ne dévoiler qu'une partie de son texte), mais aussi à la discrétion : ce qui se passe dans l'atelier doit rester dans l'atelier (sauf si vous choisissez de publier vos productions).
  - ⦿ Invitez à terminer les textes inachevés ultérieurement (tout ne doit pas forcément être abouti endéans le temps imparti lors de l'atelier).
  - ⦿ L'atelier est un espace de liberté : les contraintes et propositions sont à prendre, à laisser ou à investir. Le but majeur est d'écrire pour s'exprimer et créer, et de prendre du plaisir à le faire. Alors, amusez-vous !



- Pendant :

1. Les pistes qui vous sont proposées en points de départ sont des suggestions : Vous restez donc libres de les adapter à votre public, à votre sauce. N'hésitez pas à multiplier ces mises en bouche (ce sont elles qui éveilleront et nourriront l'imagination de vos participants): chansons, textes écrits (voire en audio: tout le monde n'est pas exclusivement visuel), essais, poèmes, podcasts, photos, dessins, albums jeunesse... (les possibilités sont larges). Attention toutefois à *toujours respecter les droits d'auteur*.
2. Laissez le temps à l'écriture : Certaines personnes n'apprécient pas d'être pressées. Néanmoins, fixer un délai maximum. Rappelez alors que l'aboutissement n'est pas obligatoire et que la production peut être achevée par la suite.
3. Votre place en tant qu'animateur : Vous restez libre de vous prêter au jeu de l'écriture... ou pas. À vous de voir. Toutefois, si vous écrivez avec vos participants, vous prendrez une meilleure mesure des consignes, du temps imparti et vous pourrez participer au partage des écrits.
4. Chacun demeure libre de s'impliquer à sa façon, de se livrer ou non, d'explorer sa créativité selon ses besoins, ses envies du moment. Trop limiter peut museler l'imagination. Lui laisser des portes ouvertes l'invite à s'envoler.
5. Le partage : Les ateliers représentent un temps d'écriture, mais aussi un moment d'échange et de rencontre. Faites appel à votre sens de l'écoute : votre retour (ainsi que celui des autres participants) sera primordial. Acceptation, tolérance, accueil des émotions, (mais en évitant la valorisation, puisque l'objectif cible le processus et non le résultat): tant de valeurs qui permettront aux participants de se libérer, de s'exprimer librement et surtout, de prendre plaisir à l'écriture. Au terme de la lecture, n'hésitez pas à remercier : ce type de partage est toujours un cadeau. Par ailleurs, laissez la liberté à chacun de livrer ou non le contenu de son texte (voire d'une partie). Encouragez, mais n'obligez jamais.



6. Proposez une réflexion :

**D'ordre personnel** : Qu'est-ce que les participants en ont pensé ? Ont-ils aimé ? Ont-ils rencontré des difficultés particulières ? Si oui, comment les ont-ils dépassées ? Comment ont-ils vécu l'atelier ? Qu'est-ce qu'ils en retiennent ? Sont-ils prêts à recommencer ?

**D'ordre professionnel (en vue d'une transférabilité)** : De quelles façons envisagent-ils d'explorer l'atelier avec leur public, de le transférer dans leur métier ? Quelle serait l'implication des jeunes ? Quelles pistes à imaginer ? Quelles sont les étapes ? À quoi doit-on rester attentifs ?

-> Ici encore, ces types d'échanges peuvent s'avérer riches et stimulants pour tous les participants.

- Et après ?

Vous voilà arrivé.e au terme de l'atelier. Les textes se sont dévoilés. Les idées se sont exprimées, partagées. Bien souvent, les émotions sont présentes... Mais comment mettre fin à cet instant *sans couper net la connexion* ?

1. Fixez une autre date : Une qui, de préférence, conviendra à tout le monde (importance de conserver la composition du groupe. Ces ateliers se révèlent être une aventure humaine).
2. Remerciez-les et enfin, saluez-les.

Notez que les ateliers proposés ici ne possèdent aucune chronologie spécifique.

Ils s'exploitent, se testent dans n'importe quel ordre, pourvu qu'on y prenne du plaisir.

Par ailleurs, rien ne vous empêche d'adapter les séances selon les besoins du groupe et envies du moment, en distanciel ou en présentiel.



# 01 On a tous un... dans la tête

À période singulière, vocabulaire singulier...



## 1) Création de mots (néologisme) :

Annoncez (dans le tchat) que les mots appartiennent à tout le monde. On ne s'appauvrit pas quand on les partage : au contraire, on s'enrichit. Le langage n'est jamais standard, abstrait. Il est toujours différencié, reconstruit, repositionné comme un perpétuel questionnement sur le rapport de chacun à la vie, à l'autre, à la collectivité, à la société.

A) Lecture de mots « propres » (mots inventés ou revisités), de Michel Tournier, *Le pieds de la lettre*, Ed. Folio: Bassitude (p 31), déparler (p 48), escarmouche – essorer (p 58)

### BASSITUDE.

Altitude négative. État de ce qui se trouve au-dessous du niveau de la mer. Mot créé par Michel Tournier dans *Gaspard, Melchior & Balthazar* à propos de la mer Morte, dont la bassitude est de 400 mètres.

### DÉPARLER.

1. Cesser de parler.

EXEMPLE : *il n'a pas déparlé deux heures durant.*

2. Dire n'importe quoi, radoter.

3. Dire du mal de quelqu'un, médire, calomnier.

### ESCARMOUCHE.

Combat rapide et sans gravité. La vilaine plaie évoquée par *escarre* se trouve ici curieusement minimisée par cette *mouche* finale.

ESSORER. Du latin *aura* : vent, air.

L'oiseau s'essore, prend son essor, s'envole. On essore le linge mouillé en le faisant sécher au vent.



STAY

HOME



Autre idée de lecture (Extrait de « Le dictionnaire des mots qui n'existent pas », Jean-Loup Chiflet et Nathalie Kristy, *Presses de la cité, Hors collection, 1992*) :



**Hypocryphe**, n. m.

*Lettre qui annonce à un auteur que son manuscrit, malgré de très réelles qualités, n'entre malheureusement dans aucune des collections de l'éditeur. »*

**Stupéfeinte**, n. f.

*Surprise que l'on doit feindre lorsqu'on vous livre un secret que vous connaissez déjà.*

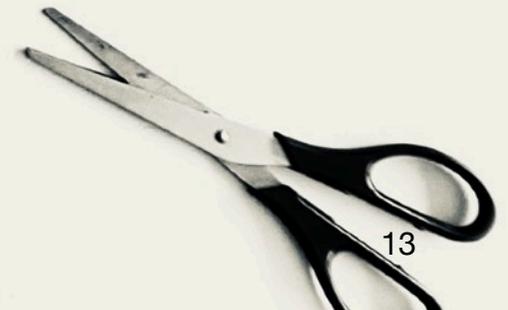
**Vason**, n.m.

*Bouillie molle et vaseuse qui reste d'un savon ayant stagné trop longtemps dans un porte-savon humide. Il mourut bêtement en glissant sur un vason.*

- Chacun va, à son tour, en fonction de l'actualité et/ou de la situation (confinement, déconfinement...), réfléchir à deux ou trois mots importants. Ceux-ci refléteront les humeurs du moment, pourront être positifs ou négatifs, devront nous parler.
- Ensuite, partage de ces mots, que chacun retranscrit dans le tchat.
- Individuellement (en 5 minutes), création de nouveaux mots avec les syllabes des mots donnés au départ : noms, adjectifs, adverbes, verbes... : exemple : maison et casquette aboutiront à **maquette** et **cason**.
- Partage de ces mots en restant attentifs à leur beauté, à leur sonorité. Notez ceux que vous préférez et choisissez.



STAY HOME



- f. Création du dictionnaire de demain (10 minutes – 3 mots, minimum, par personne) : pour chaque mot, spécifier sa nature (nom commun, verbe, adjectif...), son genre et développer sa définition propre, son nouveau concept. Cela permettra de comprendre les réalités, les phénomènes difficiles que nous traversons aujourd'hui. Des illustrations sont les bienvenues !
- g. Lecture et partage de ces définitions.

## 2. Un mot pour un autre :

- a. Création d'un texte « On a tous un... dans la tête » (15 minutes) : chacun choisit un ou plusieurs mots qui ont été inventés par lui et/ou par les autres (qui lui font écho) et compose un texte court, une anecdote... où ces mots devront en remplacer d'autres, de façon évidente (en tenant compte de leur définition).
- b. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- c. Échanges et pratiques réflexives

### Bibliographie supplémentaire :

- Gori Roland (2011), *La dignité de penser*, Babel, Les liens qui libèrent
- Neumayer Odette et Michel (2003), *Animer un atelier d'écriture - faire de l'écriture un bien partagé*, ESF. France
- Neumayer M., Fontaine M., Lassablière P., Rasson N. (2018), *Créer en éducation nouvelle- savoirs, imaginaires, liens au cœur des ateliers d'écriture et de lectures*, Chronique sociale



STAY HOME





## Nos confidences...

### **Crisement** (LR) - Crise / Bouleversement

nom indéfini, *Sens commun* : le sens que vous voulez lui donner! *Sens psy* : boule au ventre, cerveau en compote, nœuds dans les muscles + tout ce qu'on n'identifie pas, ce qu'on n'explique pas, ce qu'on ne comprend pas, ce qu'on ne maîtrise pas.

### **Crisioner** (CB) – Crise / Évasion

v., Crier son désarroi, son mal-être lors de situations difficiles.

### **Coroxité** (CF) - Coronavirus / Anxiété

n. f., État étrange et indéfinissable partagé par une grande partie de la population suite à l'arrivée soudaine du virus appelé COVID19.

### **Famicrise** (DG) – Famille / Crise

n. f., Famille obligée de rester confinée ensemble

### **Faposer** (ZA) - Famille / Imposer

v., Capacité à adopter le lâcher-prise, à relativiser et à déculpabiliser.

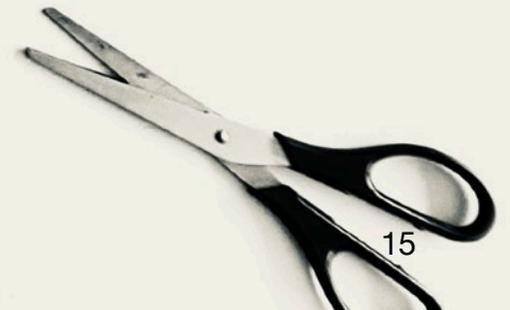
### **Vacrise** (SM) – Vacances / Crise

n. f., Situation chaotique sociétale nous empêchant de partir en vacances.

Pour découvrir l'entièreté de notre dicofinement, c'est ici!



STAY HOME





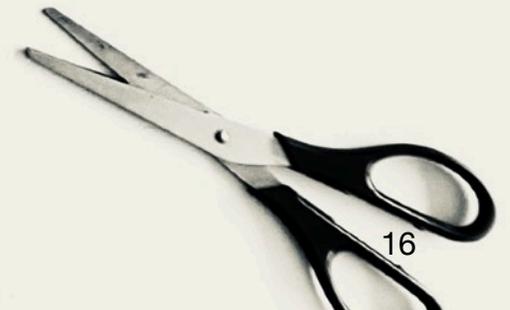
Les jolies **libersions** de vacances  
Merci maman, merci papa  
Tous les ans, je voudrais **termirer**  
You kaïdi aïdi, aïda

Je vous écris un p'tit **réaout**  
Pour pas qu'vous fassiez du mouron  
Ici on est en **livasion**  
J'ai que huit ans mais je m'débrouille  
J'étouffe un peu parce qu'on avale  
Du **confioute** et d'la **coroxité**  
Mais tout en **évacurité**  
On rêve à de vraies **évacances**

Les jolies **libersions** de vacances  
Merci maman, merci papa  
Tous les ans, je voudrais **termirer**  
You kaïdi aïdi, aïda (D.G.)

*Retrouvez d'autres confidences à la page 55.*

STAY HOME



## 02 Un jour, un objet

*“N’importe quel objet, même le plus ordinaire, enferme de l’ingéniosité, des choix, une culture.”*  
François Dagongnet

- a. Lecture d’un texte (envoyé au préalable par mail en cas de problèmes de connexion) : « Le mannequin » d’Alain Robbe-Grillet, Instantannés, Minuit, 1962.



*« La cafetière est sur la table.*

*C’est une table ronde à quatre pieds, recouverte d’une toile cirée à quadrillage rouge et gris sur un fond de teinte neutre, un blanc jaunâtre qui était peut-être autrefois de l’ivoire – ou du blanc.*

*Au centre, un carreau de céramique tient lieu de dessous-de-plat ; le dessin en est entièrement masqué, du moins rendu méconnaissable par la cafetière qui est posée dessus.*

*La cafetière est en faïence brune. Elle est formée d’une boule, que surmonte un filtre cylindrique muni d’un couvercle à champignon. Le bec est un S aux courbes atténuées, légèrement ventrue à la base. L’anse a si l’on veut, la forme d’une oreille mal faite, ou plutôt de l’ourlet extérieur d’une oreille ; mais ce serait une oreille mal faite, trop arrondie et sans lobe, qui aurait ainsi la forme d’une « anse à pot ». Le bec, l’anse et le champignon du couvercle sont de couleur crème. Tout le reste est d’un brun clair très uni, et brillant.*

*Il n’y a rien d’autre, sur la table, que la toile cirée, le dessous de plat et la cafetière. »*

- b. Pendant le confinement, certains de nos objets, que nous emportons partout avant, qui nous accompagnaient et accomplissaient entièrement leur rôle, n’ont quasiment plus eu lieu d’être lors de l’immobilité à laquelle nous avons été contraints.

Choisissez un de ces objets que vous emmeniez alors partout et qui pendant cette période d’inertie, a séjourné dans l’ombre de l’immobilité. Rédigez un texte court, une anecdote, une prose, un poème, une chanson... qui retrace sa vie ainsi modifiée (15 minutes).

- c. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l’écriture.

- d. Échanges et pratiques réflexives





## Nos confidences...

Mes ventres remplis et pleins comme un œuf, on me glissait sur une épaule. Parfois deux.

Je ne sortais pas quotidiennement, mais la plupart du temps, c'était pour barouder.

Et des pérégrinations de qualité, s'il vous plaît !

Bruxelles. Je contenais alors l'essentiel qu'une *certaine* considère, soit tablette, iPhone, écouteurs, bouquin du moment, lingettes, la moitié (au moins) du frigo soigneusement empaqueté pour éviter tout débordement collant, sans oublier l'incontournable coupon de transport. Lourd et plein à craquer. Reposant sur la banquette d'en face ou sur ses genoux, par période d'affluence.

La Bretagne, ou ailleurs, pourvu qu'on y retrouve la mer. Cette fois, le drap de bain et la crème solaire remplaçaient la technologie ainsi que le contenu du réfrigérateur.

La forêt. Ici. Là-bas. Un écrin de verdure, boisé à perte de vue. Une gourde, parfois deux pour les grandes balades, remplissait mes poches latérales.

Symbole de la grande évasion, de cette liberté à l'état pur, je ne séjournais alors que fort peu de temps dans l'armoire, dissimulé derrière les vestes, pendu devant les écharpes et foulards de saison.

Toujours à disposition.

Toujours prêt à partir.

Prêt à m'emplir de cette vie, de ces bouts d'existence qui composent chaque voyage.

Raccordé par un lien invisible au temps, je m'étais accordé à lui : souvenirs du passé, réalité présente, projets à venir. Je faisais partie intégrante du parcours, j'appartenais à cette aventure qu'est la vie en mode crapahute. Aujourd'hui, un rangement printanier prématuré et provoqué par une inertie malade a eu raison de mon emplacement privilégié.

Confiné, dans un des casiers d'une armoire cubique, j'attends. Compressé, entre le sac de gym et l'immense sac à main qui, lui non plus, ne semble plus sortir d'ici... J'attends, vous dis-je ! J'ose néanmoins espérer une quelconque sortie, ne serait-ce que pour proposer l'espace qui contiendra le maigre ravitaillement nécessaire à une courte promenade.

Mais l'espoir ne fait pas tout.

Je provoque alors le destin en laissant pendouiller une de mes sangles qui s'enroule autour d'une chaussure bateau qu'elle enfile la plupart du temps.

Me remarquera-t-elle ? (S.M.)

*Retrouvez d'autres confidences à la page 56.*



# 03 Le temps d'un chez soi

a. Lecture de deux textes (envoyés au préalable par mail en cas de problèmes de connexion):



*“Une petite maison*

*C'est une petite maison tout ordinaire,  
Elle n'est pas un château, mais celle de ma vie !  
Elle est bien plus belle, dans mon imaginaire,  
Et j'en suis le Prince, du haut de son parvis.  
C'est une petite maison tout ordinaire,  
Elle n'est pas un château, mais celle de ma vie !  
Elle est bien plus belle, dans mon imaginaire,  
Et j'en suis le Prince, du haut de son parvis.  
Quand je l'ai rencontrée, tout au bout du  
chemin,  
Sa beauté m'a souri, je n'étais qu'un gamin.  
J'ai sué, sang et eau, pour pouvoir l'habiter,  
Et ce jour est venu, un beau matin d'été !  
J'étais devenu grand, et ça faisait longtemps,  
Que j'espérais enfin, ce merveilleux instant,  
Où j'y déposerais, là, ma seule valise,  
Au seuil de la porte, juste sous la marquise.  
Dans mon petit chez-moi, j'y vis  
passionnément,  
Loin des bruits de la ville, à l'abri des  
tourments !  
Chaque jour qui passe dans ce coin de verdure,  
Dans ce havre de paix, est sous de bons  
augures.*

*Aux marches du perron, du printemps à  
l'automne,  
La campagne fleurit, le bonheur y rayonne,  
Et durant tout l'été, au salon du jardin,  
L'air exhale l'odeur, des fleurs de lavandin.*

*À la saison d'hiver, quand dans sa robe  
blanche,  
Elle est immaculée, la Nature s'endimanche.  
Alors près de l'âtre, quand la douce chaleur,  
Réchauffe les pièces, j'en aime vraiment  
l'heure !  
Si je pense à ce temps, de ma prime jeunesse,  
Où mon cœur fut séduit, avec tant d'allégresse,  
Par cette joliette, au coin d'un paradis,  
C'est qu'en mon sein, mon âme encore s'en  
esbaudit !  
C'est une petite maison qui m'a ravi,  
Elle n'est pas un château, mais celle de ma vie !  
D'une belle idylle, notre histoire est bien née,  
Sur un petit chemin, où nos âmes ont flâné.”*

© Paul Stendhal

STAY HOME





*Je compte lancer une revue de poésie avec dedans*

*Un coussin  
Un meuble  
Un pouf  
Un shampoing anti pelliculaire  
Une platine vinyle  
Un forfait 2 heures + SMS et MMS illimités  
Un clic-clac  
Du rap  
Des poils  
De la sauce tomate maison  
Avec dedans avec dedans  
Des boulettes de viande suédoises  
La chemise à Caro  
Ma meuf  
Une tisane  
De la grêle  
Des jumeaux  
La peinture qui s'écaille  
La moquette déchirée  
...  
Je compte lancer une revue de poésie  
Avec dedans  
Un pantalon d'intérieur*

*...  
Je compte lancer une revue  
Avec dedans avec dedans  
Un poème de poésie  
Et de la vie et de la vie  
Alors abonnez-vous  
Envoyez-moi un check  
Je compte la lancer loin  
Très loin.*

*Emmanuel Campo. « Maison, Poésies domestiques » ([Éditions La Boucherie Littéraire](#), 2015 et 2016)*

- b. Rédigez un texte dont l'incipit serait « Je compte dessiner une maison avec dedans... ». Cette production peut, bien entendu, être accompagnée d'un dessin. Énumération, prose, fragment, description, poésie... qu'on y parle de coussins, de livres, de jardins, d'idées ou de quelqu'un d'autre, d'un souvenir, de sa famille ou de tout cela à la fois... (15 à 20 minutes).
- c. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- d. Échanges et pratiques réflexives

STAY HOME





## Nos confidences...

Je compte dessiner une maison avec dedans...

Un chat.

Une mer de livres.

Un puits de lumière dans le hall d'entrée.

Une cuisine ouverte de laquelle sortiront les fumets des plats cuisinés pour titiller les narines.

Des ustensiles de cuisine à perte de vue pour donner envie de mettre la main à la pâte.

Un living vitré, inondé hiver comme été, de cette belle lumière du jour. L'intérieur sera épuré pour ne pas se fatiguer l'esprit, quelques objets par-ci, par-là, qui auront leur propre histoire.

Un divan moelleux pour des siestes bien méritées.

Les portes resteront ouvertes pour permettre aux bonnes énergies de circuler.

Un doux tapis pour atténuer le bruit de vos pas.

Des murs de couleurs chaudes et tendres pour oublier les mauvaises journées.

Des chambres et la salle de bains à l'étage.

Un grenier tout poussiéreux où sont entassés pleins de souvenirs.

Une terrasse avec une table immense pour les fêtes de famille et repas entre amis.

Le jardin, pleins d'arbres fruitiers et un potager pour retrouver les saveurs de l'enfance.

Passez la porte de cette maison et un sentiment de bien-être vous envahira. (C.B.)

STAY HOME





Un serpent de pluie  
Et un éléphant brillant  
La petite porte effrayante  
de Lili  
Un fantôme en mousse  
expansive  
Des caisses remplies et  
vieilles de 4 ans  
Une scie à bois sur table  
Un lève-plaque de plâtre  
Un platón pas philosophe  
Un nid d'oiseau invisible  
Des bouquets de sauge  
regardant le sol  
Une plaque en pierre  
bleue célébrant l'amour  
Une sirène nageant dans  
les herbes folles  
Une guerre des étoiles  
Des livres parlant  
d'humains  
Une armoire aux trésors  
pédagogiques  
Des chaussettes qui ne se  
perdent plus  
Et surtout...

Un homme barbu  
Et une femme bouclée

DG

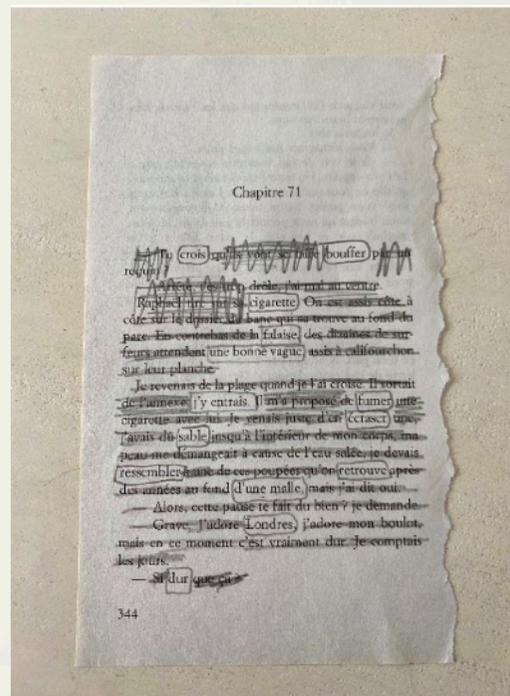
Retrouvez d'autres confidences à la page 57

STAY HOME



# 04 Au hasard d'une page, au hasard d'un titre

- Préparez une page de texte (demandée au préalable par mail) : qu'elle provienne d'un magazine (piquée au hasard, ou pas, dénichée sur la table d'une salle d'attente ou chez soi dans les toilettes), d'un livre (neuf, vieux, qu'on a aimé, ou pas...). Attention : juste une page avec du texte que l'on s'appropriera totalement, donc se comprend seule (arrachée, découpée soigneusement... mais seule... c'est la seule condition).
  - Choisissez 15 mots et caviardez le reste de la page (comme dans l'exemple, extirpé du livre de Virginie Grimaldi (2016), *Tu comprendras quand tu seras grande*, Le livre de Poche, acheté 2 euros sur une brocante).
- Caviarder ?** Entourer les mots que l'on préfère ou au hasard, et noircir tout ce qui ne nous intéresse pas, avec un bic, un marqueur, un feutre...  
*Bref* : On caviarde - on ne se gêne pas (là où il y a de la gêne, il n'y a pas de plaisir, donc...) - comme suggéré dans l'exemple ci-dessous:



- c. Choisissez un titre dans la table des matières d'un livre (exemple : Thomas Vinau (2014), *Juste après la pluie*, Alam Éditeur).
- d. Mais au moment de vous l'approprier, donnez-le à un autre participant.
- e. Il deviendra le titre du texte court à rédiger en s'aidant des mots sélectionnés sur la page caviardée (20 minutes).
- f. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- g. Échanges et pratiques réflexives.



STAY HOME





## Nos confidences...

### **Tout va bien.**

Tout va bien nous disent-ils... « Vous allez **pouvoir** revoir vos proches » nous dit-elle hier en reconnaissant le « **profond** désarroi » de certaines personnes **face** à l'éloignement avec la famille.

### **Chouette !**

Ah mais, quatre personnes seulement et **toujours** les mêmes.

Ah !? D'accord.

Tout va bien.

Les magasins peuvent ouvrir à **nouveau** leurs portes à partir du 11 mai.

Oh génial ! Je vais enfin recommencer à faire les boutiques et **flâner**, sans oublier mon petit café en terrasse en arrivant.

Oui, mais le coronavirus est toujours **actif** et très présent dans notre pays avec encore un grand nombre de **personnes** en soins intensifs.

Tout va bien.

Les fleuristes vont pouvoir rouvrir aussi.

Je suis si **contente** pour ces commerçants pour qui la **fête** des Mères est une date essentielle en termes d'activités.

Ah, mais non, les fleuristes peuvent ouvrir à nouveau, mais lundi seulement, le lendemain de la fête des Mères donc.

Tout va bien.

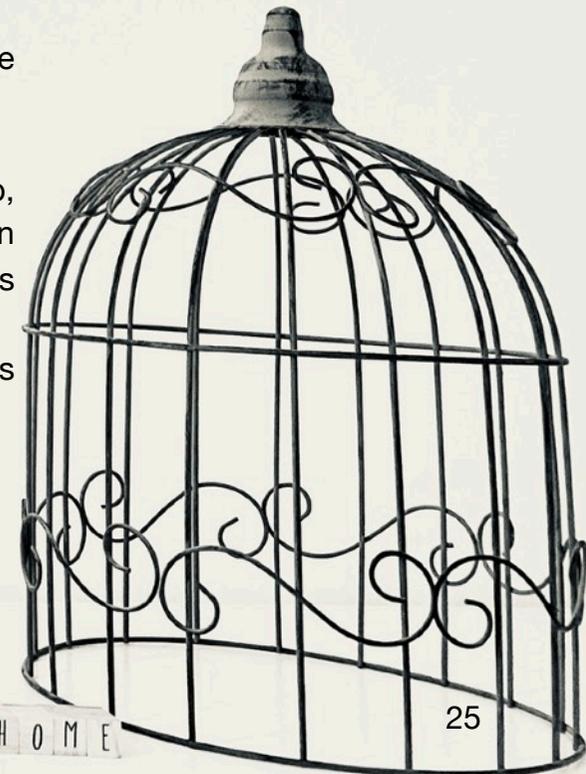
Bon, il est vrai que cette réouverture des magasins et **centres** commerciaux ne me réjouit pas trop, mais bon, aller faire un tour sur le marché dimanche prochain ne me déplairait pas. Après tout, on parle bien ici d'un marché en plein **air** et les maraîchers assurent pouvoir faire respecter les mesures de **sécurité**, donc pourquoi pas ?

Ah, mais non, les grands complexes commerciaux qui disposent de centaines de boutiques rouvrent, mais les petits maraîchers du coin ne peuvent pas.

Tout va bien.

Donc, si j'ai bien compris, on déconfiner, c'est la fête et la **vie** reprend son cours.

Tout va bien. (Z.A.)





## Ce que j'entends

**Vendredi**, alors que l'après-midi touche à sa fin.

La voici enfin, cette fin de semaine qui rime avec moment de pure détente. Instant privilégié pour s'offrir une pause dans cette réalité empreinte de folie humaine.

Paniers et sacs réutilisables, nous voilà à l'entrée de ce **marché** où se rassemble une kyrielle de producteurs locaux. Des **fruits** au **pain**, on y trouve souvent de tout, ou pour le moins, l'essentiel qui comblera nos petites **envies** (à défaut de nos grandes folies).

Aussi, si nous sommes habitués à ne pas placer trop haut la barre de nos **souhaits** (inutile de chercher du **poisson**, vous n'en trouverez pas), nous espérons tout de même y dénicher de quoi préparer le menu de ce soir : filet pur de Limousine arrosée de sa sauce au poivre, accompagné de sa fricassée de **légumes** bio. J'en salive déjà à l'avance.

L'été à nos portes, le soleil nous fait l'honneur de sa présence, et nous offre sans retenue, son atmosphère estivale. Éveillant nos papilles, mais aussi et surtout notre soif, nous partons à la recherche d'une petite terrasse avant de nous lancer dans la quête de notre dîner.

Nous repérons deux chaises libres, nous y installons, commandons et une fois servis, nous rafraîchissons.

À la table d'à côté, ça chahute ferme. Deux hommes, déjà bien imprégnés par l'ambiance, font tourner leur conversation autour d'un sujet qu'on entend depuis trop longtemps déjà. Le même remanié, remâché et recraché mille et une fois par les médias.

Les deux compères débattent à tour de bras : et covid19 par-ci, et coronavirus par-là. Les plus folles hypothèses y passent. Quelques idées saupoudrées de bon sens apparaissent, mais hélas, bien trop vite à mon goût, s'évaporent.



De prodigieuses théories du complot voient le jour. Les **germes** sont partout, qu'ils disent. Dans l'eau, sur les gens, dans l'air, sur le sol... Tout est contagieux, tous sont porteurs. Une fois l'énumération essoufflée, le vocabulaire est à nouveau remplacé par le mot « partout » qui fait office **d'endroits** et foyers infectés par la maladie. Ça s'offusque, ça se crispe, ça pourfend l'atmosphère conviviale d'une verve colérique et réprobatrice. On crie au scandale : « Non, mais franchement, on nous prend vraiment pour des cons, moi, j'te l'dis ! ». On hurle à l'OMS corrompue, aux médecins spécialistes achetés et vendus. On frise l'agonie cérébrale en s'étouffant à travers une mélopée de jurons adressés à nos dirigeants, aux lobbys pharmaceutiques, sans omettre ce bon vieux trafic de faux masques. En termes de conclusion, on flanque au pilori « cette bande de cons » qui se promène sans masque et ne respecte aucune distanciation sociale, en se réunissant par groupes plus nombreux que jamais.

Une fois le gosier totalement asséché, les braves gars achèvent leur bière. Une dernière lampée pour la route et les voilà foncer tout droit vers la foule grouillante de gens bien intentionnés.

Ce que j'ai entendu - bien malgré moi, je vous en conjure - me laisse momentanément sans voix. Sans soif, aussi. Gagnée par un malaise soudain, j'aspire à quitter les lieux. Il y a des moments dans la vie, où on préférerait être sourd.

Nous nous regardons, déposons l'argent qui réglera notre addition sur la table et nous éloignons de là, le pas pressé.

Tant pis pour le filet pur.

Adieu, tendre fricassée.

Ce soir, ce sera les restes d'hier.

J'entends déjà d'ici le ping du micro-ondes. (S.M.)

Retrouvez d'autres confidences à la page 59



STAY HOME



# 05 À table!

a. Lecture de deux textes (envoyés au préalable par mail en cas de problème de connexion):



## **Orgie de sushis**

*L'atmosphère est brillante, pétillante, racée, feutrée, cristalline. Magnifique.*

*-Nous allons faire une orgie de sushis, dit Kakuro en déployant sa serviette d'un geste enthousiaste. Vous ne m'en voudrez pas, j'ai déjà commandé ; je tiens à vous faire découvrir ce que je considère comme le meilleur de la cuisine japonaise à Paris.*

*- Pas du tout, dis-je en écarquillant les yeux parce que les serveurs ont déposé devant nous des bouteilles de saké et, dans une myriade de coupelles précieuses, toute une série de petits je-ne-sais-quoi qui doit être très bon.*

*Et nous commençons. Je vais à la pêche au concombre mariné, qui n'a de concombre et de marinade que l'aspect tant c'est, sur la langue, une chose délicieuse. Kakuro soulève délicatement de ses baguettes de bois auburn un fragment de... mandarine? tomate ? mangue ? et le fais disparaître avec dextérité. Je fourrage immédiatement dans la même coupelle.*

*C'est de la carotte sucrée pour dieux gourmets.*

*- Bon anniversaire alors! dis-je en levant mon verre de saké.*

*- Merci, merci beaucoup! dit-il en trinquant avec moi.*

*- C'est du poulpe? je demande parce que je viens de dénicher un petit morceau de tentacule crénelé dans une coupelle de sauce jaune safran.*

*On apporte deux petits plateaux de bois épais, sans bords, surmontés de morceaux de poisson cru.*

*- Sashimis, dit Kakuro. Là aussi, vous trouverez du poulpe.*

*Je m'abîme dans la contemplation de l'ouvrage. La beauté visuelle en est à couper le souffle. Je coince un petit bout de chair blanc et gris entre mes baguettes malhabiles (du carrelet, me précise obligeamment Kakuro) et, bien décidée à l'extase, je goûte.*

*Qu'allons-nous chercher l'éternité dans l'éther d'essences invisibles? Cette petite chose blanchâtre en est une miette bien tangible.*

*Muriel BARBERY (2006), L'Élégance du hérisson, Gallimard.*



« Vendredi – Dîner

Pain gradailé :

Choisir une grosse tranche de pain croûte et mie, rassis, bien sûr. Frotter éperdument d'ail jusqu'à éblouissement. Arroser en long et en large d'huile et de vinaigre, une vraie géographie. Le hic est que ça marie bien, que l'huile pénètre toute la masse jusqu'à l'âme, et que ça chante, et que ça siffle, et que ça fouette.

Croquer à pleines lèvres, sans vergogne, je veux dire sans peur et sans reproche, comme au Paradis terrestre.

En guise de dessert :

Lapin à la paléolithique

1. Attraper un beau gros lapin de garenne en pleine course, par les oreilles ;
2. L'attacher par les pattes arrière à un joli tronc d'arbre – si possible un résineux – au centre d'un bois de quelque vingt, vingt-cinq hectares ;
3. Sans plus de façons, mettre le feu à toute la forêt ;
4. Manger la bête sans sel, assis sur les roches encore chaudes et parmi les odeurs divines de cet incendie sylvestre. »

*Joseph Delteil (1990), La cuisine paléolithique, Arléa, Presse du Languedoc*

- b. La cuisine, c'est toute une succession de temps: l'avant, la préparation, le repas, l'après-repas. C'est aussi toute la batterie des sens, l'odorat, le goût, le toucher... Créez une liste de mots relatifs à la gastronomie (5 par personnes) que chacun pourra échanger et utiliser ensuite.
- c. Proposer d'écrire sur un plat que vous avez confectionné dernièrement, à partir d'un ingrédient et/ou d'un souvenir. À la manière des deux textes lus, votre écrit mettra nos sens en éveil. Puis, suggérez de photographier ou de dessiner ce qui accompagnera la cuisine, le plat, les ingrédients : le but est d'illustrer pour davantage mettre en appétit. Chacun est libre de
- d. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- e. Échanges et pratiques réflexives.



## Nos confidences...

Chère Madame la Ministre de la Jeunesse,

Par ce courrier, je vous implore d'accorder un peu de budget à notre projet sucré-salé.

Après des mois de régime, nous pouvons enfin nous remettre à table.

À travers ce projet, nous souhaitons que la jeunesse pelée à vif par ces jours enfermés puisse déguster les meilleurs mets. Imaginez un instant, le plus beau des banquets aux mille couleurs et saveurs. Sentez le fumet extatique de l'énergie retrouvée. Goûtez à ces mélanges de liberté et de convivialité. Glissez sur votre langue la douceur de la spontanéité. Laissez crépiter à vos oreilles les conversations entremêlées.

Nous allons pouvoir festoyer ensemble, car nous voici libérés. Nous allons déposer le tamis hygiéniste, délaisser les pochoirs conformistes et jeter les tabliers protecteurs. En effet, les jeunes souhaitent revenir à des relations al dente, à des projets de vie « fruitifiants », à la simple joie d'un plat partagé.

C'est dans cette optique que nous vous demandons de nous aider à payer l'addition de ce confinement brûlant. Ce projet contribuera bien sûr à permettre aux jeunes de devenir des CRACS, c'est-à-dire des Cuisiniers Rassurés, Actifs, Croustillants et Solidaires.

Je vous prie de croire, Madame la Ministre de la Jeunesse, en mes plus pétillantes salutations.

Une cuisinière de la jeunesse (D.G.)

## Mon portrait chinois de grande gourmande que je suis.



oSi j'étais une entrée, je serais une croquette de crevettes. Une vraie naturellement, dégustée à la mer du Nord et préparée « minute » avec des crevettes toutes fraîches et pas surgelées comme ces horribles croquettes servies avant le confinement lors d'une pause déjeuner. Des croquettes de crevettes ailleurs qu'à la mer, plus jamais !

oSi j'étais un plat, je serais des pâtes. À toutes les sauces et sous toutes les formes. On en mangerait tous les jours, le midi, le soir et pourquoi pas en entrée. Pourquoi les pâtes ne seraient-elles pas servies en entrée comme en Italie ? Et puis seuls les vrais connaisseurs savent ce qui est un *primi piatti* !

oSi j'étais un dessert, je serais un tiramisu. Parce que je maîtrise la recette depuis mes 15 ans, parce que mes enfants adorent et parce que c'est si bon.

oSi j'étais une pause-café, je serais un café latte accompagné d'un délicieux *carrot cake*. Je tuerais pour avoir un Starbucks tout proche du boulot d'ailleurs.

oSi j'étais un aliment réconfort, je serais un carré de chocolat aux noisettes, ce carré de bonheur à l'état pur qui fait du bien au moral quand ça ne va pas. Et quand ça va aussi, surtout quand ça va bien.

oSi j'étais un plat cuisiné avec les enfants, je serais des cookies. Je ne me rappelle pas en avoir fait sans qu'un de mes enfants vienne y mettre la main à la pâte et mange la moitié des pépites de chocolat en passant.

oSi j'étais un plat qui me rappelle la période de confinement, je serais une pizza. Parce que nous n'hésitions jamais à en commander et à nous faire livrer pour faire plaisir aux restaurateurs du coin et parce que je prenais un immense plaisir aussi à les faire moi-même, de la pâte aux garnitures, de la bonne pizza maison.

oSi j'étais un fruit, je serais un fruit exotique qui me rappelle mes nombreux voyages dans une autre vie.

oSi j'étais une spécialité culinaire d'un autre pays, je serais... Tout. J'aime tout. C'est horrible. Mais je dirais toute de même une spécialité turque, mon pays d'origine et de cœur, ce pays aux mille et une saveurs où même une tomate est pleine de goût.

oSi j'étais un moment préféré de la journée, je serais un petit-déjeuner. Mon préféré est celui que nous prenons en famille dans notre jardin ou encore celui que nous prenons sur une terrasse dans le sud de la France en dégustant une bonne baguette française, la meilleure du monde. (Z.A.)

Retrouvez d'autres confidences à la page 60

# 06 Attendre le jour J

a. Lecture d'un texte (envoyé au préalable par mail, en cas de problème de connexion).



*"Elle se demanda ce qu'elle allait faire maintenant, cherchant une occupation pour son esprit, une besogne pour ses mains. Elle n'avait point envie de redescendre au salon auprès de sa mère qui sommeillait; et elle songeait à une promenade, mais la campagne semblait si triste qu'elle sentait en son cœur, rien qu'à la regarder par la fenêtre, une pesanteur de mélancolie.*

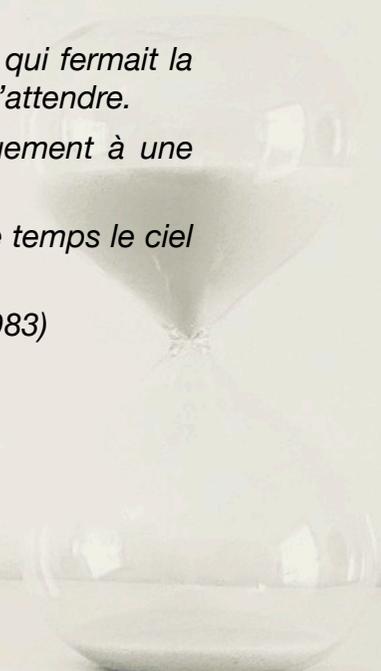
*Alors elle s'aperçut qu'elle n'avait plus rien à faire, plus jamais rien à faire. Toute sa jeunesse au couvent avait été préoccupée de l'avenir, affairée de songeries. La continuelle agitation de ses espérances emplissait, en ce temps-là, ses heures sans qu'elle les sentît passer. Puis, à peine sortie des murs austères où ses illusions étaient écloses, son attente d'amour se trouvait tout de suite accomplie. L'homme espéré, rencontré, aimé, épousé en quelques semaines, comme on épouse en ces brusques déterminations, l'emportait dans ses bras sans la laisser réfléchir à rien.*

*Mais voilà que la douce réalité des premiers jours allait devenir la réalité quotidienne qui fermait la porte aux espoirs indéfinis, aux charmantes inquiétudes de l'inconnu. Oui, c'était fini d'attendre.*

*Alors plus rien à faire, aujourd'hui, ni demain ni jamais. Elle sentait tout cela vaguement à une certaine désillusion, à un affaissement de ses rêves.*

*Elle se leva et vint coller son front aux vitres froides. Puis, après avoir regardé quelque temps le ciel où roulaient des nuages sombres, elle se décida à sortir.*

*Maupassant (1883), Une vie ou l'humble vérité, chapitre 6, extrait 1, Livre de Poche (1983)*



b. Sortir?

Vous venez d'apprendre que le confinement est levé. Le jour J est enfin arrivé : vous pouvez sortir ! (Il se peut que ce fameux jour corresponde, pourquoi pas, à un autre événement). Il faut dire qu'après tout ce temps (trois mois au total), il était temps !

Mais qu'allez-vous faire ? Où irez-vous avec cette météo généreuse ?

Prêt.e à passer le pas de la porte, vous réalisez que les nuages ont pris place dans le ciel. Menaceront-ils votre bonne humeur ? Ou au contraire, vous décourageront-ils ?

Imaginez en un texte court relatant ce que vous feriez en pareille situation, un peu comme s'il s'agissait d'un rêve (exemple: que ferais-tu si tu gagnais une somme indécente au loto?) (15 minutes).

c. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.

d. Échanges et pratiques réflexives





## Nos confidences...

Il y aura un avant, et un après. Et voilà nous avons gagné la « guerre » comme dirait Macron.

Liberté, fraternité, égalité pour tout le monde à partir d'aujourd'hui.

Finis de se focaliser sur tout ce que nous ne pouvons plus faire, mais bien sûr, ce que nous pouvons faire.

Vite, je prends la liste de mes envies.

L'envie : synonyme de désir.

Mais sur quels petits plaisirs de la vie, vais-je me jeter ?

Organiser une fête de famille pour leur dire que je les aime ?

Partir à la mer et marcher sur la plage, respirer l'air frais et éprouver ce sentiment de liberté sans masques, gants, et sans aucun souci de contamination ?

Partir en week-end ici ou ailleurs ?

Faire la fête entre amis, le brouhaha des retrouvailles et le bruit des glaçons qui s'entrechoquent dans les verres ?

Aller à la piscine et retrouver cette bonne odeur de chlore qui m'a tant manqué ?

Me rendre à la campagne et respirer l'odeur d'herbe tondue et de barbecue ?

Oui, nous allons toutes et tous être très heureux de nous retrouver et oublier anxiété, angoisse, colère...

Nous allons revivre des plaisirs simples et parfois oubliés .

Nous retrouverons ce sentiment de liberté. (C.B.)

*Retrouvez d'autres confidences à la page 62*



# 07 Voyage poétique au Japon

- a. Au préalable, par la poste, envoi d'une enveloppe contenant: un oiseau en origami (une colombe), à l'intérieur duquel seront livrés une partie d'un haïku ainsi que la signification de ce type de poème.



STAY HOME



*« Cabane dans les pins  
pour seule adresse  
l'odeur de résine*

*Par la fenêtre de la cuisine,  
une vague  
me salue la main*

*Mon vieux dos  
contre le vieux pin  
fraîcheur du soir*

*Chez moi  
quand je n'ai plus rien à lire  
les murs blancs*

*Sans m'attendre,  
mes sandales sont sorties  
admirer l'arc-en-ciel.»*

*Des haïkus plein les poches, Cotcotcot Editions, 2019*

### b. Les haïkus : quèsaco ?

Cette façon de raconter son quotidien porte un nom un peu bizarre qui vient du japon : le haïku.

- Aïe-quoi ?!?

- Haïku. Ça s'écrit avec un « u » en français, mais ce mot d'origine japonaise se prononce: « h'aïe-kou ».1

**Écrire des haïkus, c'est repartir à zéro  
Redécouvrir le monde avec un cœur tout neuf**



STAY HOME

Les haïkus sont comme des baguettes magiques. Parfois, en un éclair, nos sensations se mélangent : d'étranges correspondances se créent, nous faisant percevoir le monde de façon inattendue.

On peut écouter un parfum, respirer la beauté d'un paysage sauvage, goûter un regard, savourer le poids infime d'un papillon sur notre épaule, se laisser caresser par le chant d'une alouette... » 1

« Le haïku est un petit poème japonais de 3 vers distribué en 5-7-5 syllabes et qui évoque avec simplicité, pudeur et concision, une relation au monde, une expérience existentielle saisie de l'instant. Pratiqué communément au Japon (tous les journaux en publient), il est aujourd'hui dans l'air du temps et nombre d'auteurs, poètes et romanciers s'y sont essayés. » 2

1 « Des haïkus plein les poches », Thierry Cazals & Julie Van Wezemaal, Cotcotcot Editions, 2019

2 « Écrire, un plaisir à la portée de tous », Faly Stachak, Editions Eyrolles

c. Et soudain, le chant d'un oiseau retient mon attention...

Pourquoi un oiseau en origami? L'origami est l'art du pliage japonais. Mais pourquoi un oiseau ? Car il est le fil rouge de cette séance qui suit celle consacrée à la *maison* (« Atelier 3 : Le temps d'un chez soi »).

Et soudain, le chant d'un oiseau retient mon attention... Sortons ! Et dirigeons-nous vers un jardin. Un jardin ? Le vôtre ? Celui de vos rêves ? Celui du voisin, de votre enfance, de vos parents... ? Des bois ? Un week-end surprise à la campagne?



STAY HOME

- d. Imaginez-vous, le nez dehors. Et pourquoi pas pieds nus ? Puis arrêtez-vous. Fermez les yeux et concentrez-vous uniquement sur les sensations perçues...

*Sur la pointe d'une herbe  
Devant l'infini du ciel  
Une fourmi  
Ozaki Hôsei*

Partir en découverte. S'essayer... vers un ailleurs où rien ne sera achevé.

Invitation à l'écriture d'un haïku (et pourquoi pas plusieurs?) : écrivez : 1, 2, 3... le nombre que vous voulez. Pourvu que vous y preniez du plaisir.

- e. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.

- f. Partage d'un lien : <https://www.youtube.com/watch?v=a2pJImwj1WY>, permettant de reconstituer l'oiseau en origami.

- g. Échanges et pratiques réflexives

STAY HOME





## Nos confidences...

Aujourd'hui c'est oui  
Notre espace agrandi  
L'espace de demain

Inspire, expire  
C'est le temps de partir  
Naissance à venir

Ne pas voir  
Plus facile que d'affronter  
Faute de précaution

Se jeter des fleurs  
Pour sentir l'odeur  
De la valeur intérieure

Aller à l'essentiel  
Menace par l'insignifiant  
Ça réveille !

Sans mode d'emploi  
La tête sillonne la galaxie  
L'absurde croit (C.F.)

Des plumes colorées  
Une grue s'est envolée  
Et l'eau s'est troublée

Un rayon de soleil  
Transperçant les feuilles d'un châtaignier  
Caresse la mousse des bois

Des genoux égratignés  
Toutes nos langues sont bleues  
Moments fugaces, mais heureux

Délivrée  
Mes pieds ont caressé l'herbe  
Mon cœur a pu s'ancrer (L.R.)

Ciel et mer mêlés  
De soleil jaune parsemé  
Les nuages noyés

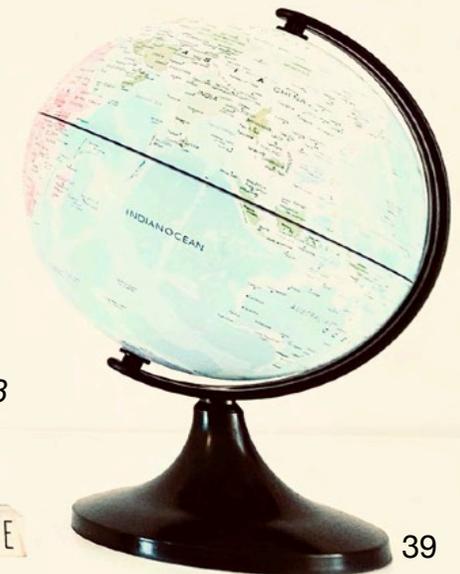
Poils au vent dressés  
Glisse un frisson iodé  
Les pieds ensablés

Musique marinée  
Berce les cœurs déconfinés  
Roulements mouillés

Et l'âme posée  
De ses fissures se soigner  
Renaître, respirer (D.G.)

*Retrouvez d'autres confidences à la page 63*

STAY HOME



# 08 Au pied de la lettre

- a. Au préalable, par la poste, envoi d'une enveloppe contenant : une seconde enveloppe cachetée, fripée, déjà usée (brunie au café) ... et fermée (à l'intérieur, le petit texte de départ ainsi qu'une page pour écrire la lettre).



STAY



- b. Demandez à chaque participant de rédiger 5 mots.
- c. Chacun doit les offrir ensuite à un autre.
- d. Quand chaque participant a reçu et inscrit ses mots, leur lire le texte envoyé par la poste (Dominique Rolin (1960), *Le lit*, Denoël, coll Folio).
- e. Invitez-les à décacheter leur enveloppe.



« Et encore un peu plus tard, je me suis déshabillée dans la salle de bain, pliant mes affaires sur le dossier de la chaise, brossant mes cheveux, lavant mon linge. Et puis j'ai ouvert le grand lit, où les deux oreillers se gonflaient. (...) Je me suis glissée à ma place en prenant soin de ne pas empiéter sur l'autre place, large, puissante, lourde, et de me conformer à cette largeur, à cette puissance, remplacée désormais, sous mes paumes, par le vide. Et, enfin, après cette première nuit, j'ai pu tirer de mon sac, la lettre de ce matin. J'ai décacheté l'enveloppe, déjà fripée, usée, et j'ai lu. »

STAY

W



ME

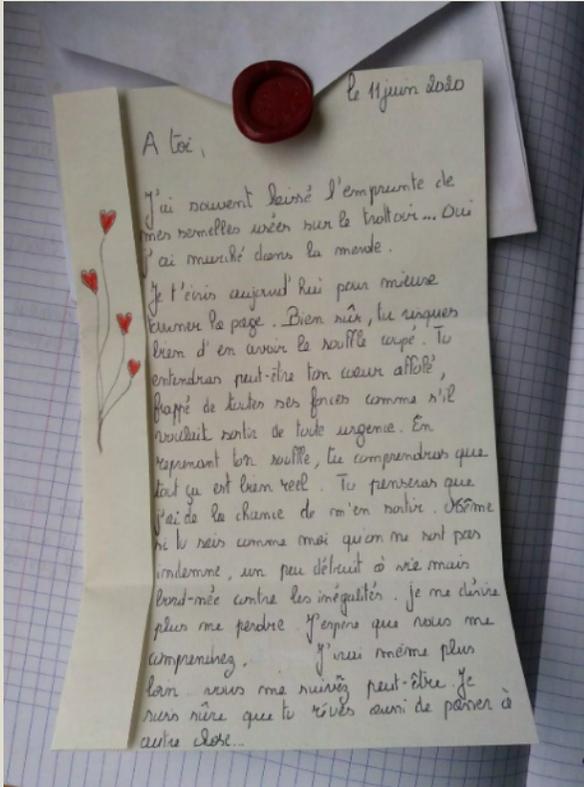
- f. Puis à relire ce texte.
- g. Récoltez les impressions. Quelle lettre pourrait se trouver dans cette enveloppe, au papier jauni... vieilli... froissé... ? L'imaginer. La rédiger. Sur cette même page. En conservant, ou non, le contexte de base. En y ajoutant ou non les 5 mots reçus juste avant. Lettre d'amour ? Ou autre ? Une liste de tâches ? Une mission ? Cette missive appartient-elle au présent ? À un passé révolu ou pas si lointain... ? Chacun est libre de s'évader, de choisir, de créer son propre univers (25 minutes).
- h. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- i. Échanges et pratiques réflexives

STAY

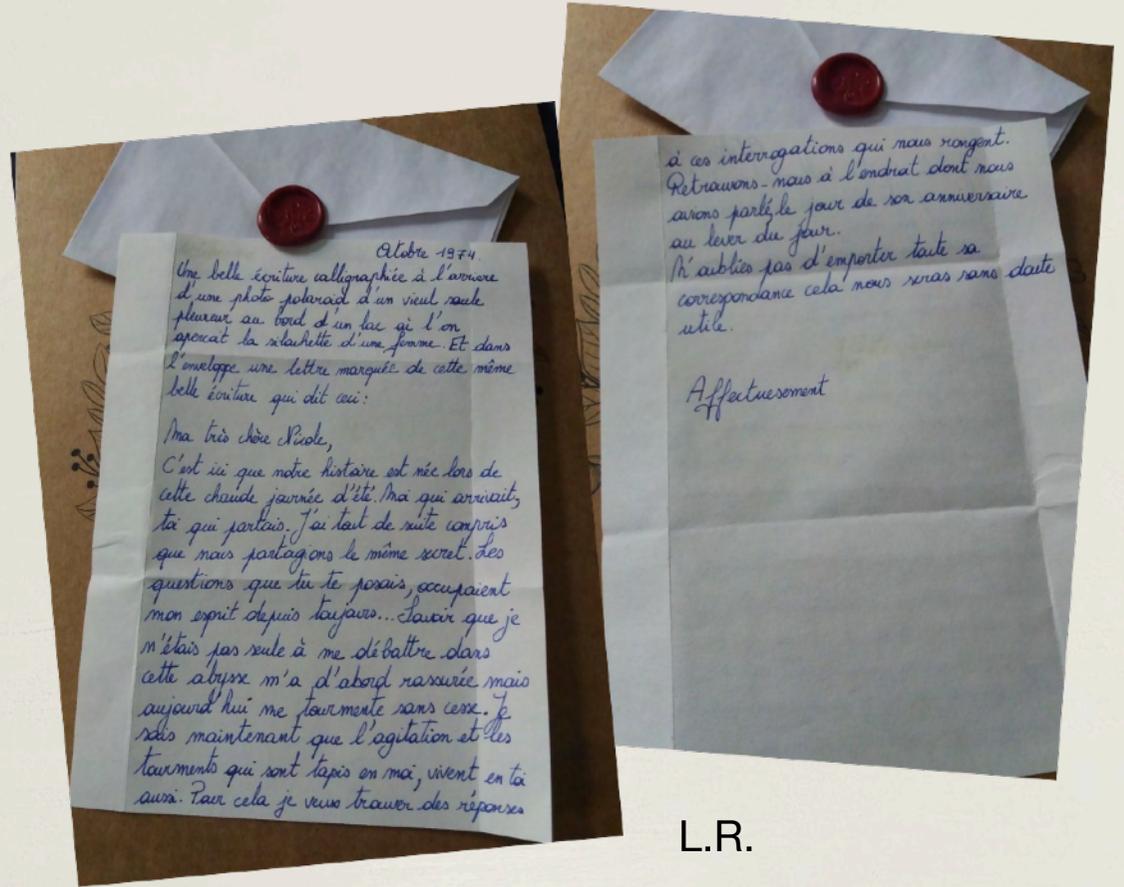




## Nos confidences...



C.F.



L.R.

Retrouvez d'autres confidences à la page 65

STAY

IN



NE

# 09 Regard et moi

- a. En période de confinement (ou hors confinement), il nous arrive de nous mettre à la fenêtre et d'observer. Parfois rien d'extraordinaire ne se passe. D'autres fois, des détails attirent notre attention et nous devenons alors le spectateur d'un extrait de vie, là, à l'affût. Observer un fait inattendu, mais voir sans être vu.
  
- b. Lecture d'un texte pour se mettre en condition d'observateur (*un extrait de « La Panthère des neiges » de Sylvain Tesson*)



*« L'affût commande de tenir son âme en haleine. L'exercice m'avait révélé un secret : on gagne toujours à augmenter les réglages de sa propre fréquence de réception. Jamais je n'avais vécu dans une vibration des sens aussi aiguisée que pendant ces semaines tibétaines. Une fois chez moi, je continuerais de regarder le monde de toutes mes forces, à en scruter les zones d'ombre. Peu importait qu'il n'y eût pas de panthère à l'ordre du jour. Se tenir à l'affût est une ligne de conduite. Ainsi la vie ne passe-t-elle pas l'air de rien. On peut tenir à l'affût sous le tilleul en bas de chez soi, devant les nuages du ciel et même à la table de ses amis. Dans ce monde, il survient plus de choses qu'on ne le croit. « (...) » Et si rien n'arrivait, la qualité du temps passé s'était trouvée accrue par l'attention portée. L'affût était un mode opératoire. Il fallait en faire un style de vie ».*



Autre texte à lire : « Les fenêtres », de Charles Baudelaire, Petits poèmes en prose, 1869



*« Celui qui regarde du dehors à travers une fenêtre ouverte, ne voit jamais autant de choses que celui qui regarde une fenêtre fermée. Il n'est pas d'objet plus profond, plus mystérieux, plus fécond, plus ténébreux, plus éblouissant qu'une fenêtre éclairée d'une chandelle. Ce qu'on peut voir au soleil est toujours moins intéressant que ce qui se passe derrière une vitre. Dans ce trou noir ou lumineux vit la vie, rêve la vie, souffre la vie.*

*Par-delà des vagues de toits, j'aperçois une femme mûre, ridée déjà, pauvre, toujours penchée sur quelque chose, et qui ne sort jamais. Avec son visage, avec son vêtement, avec son geste, avec presque rien, j'ai refait l'histoire de cette femme, ou plutôt sa légende, et quelquefois je me la raconte à moi-même en pleurant.*

*Si c'eût été un pauvre vieux homme, j'aurais refait la sienne tout aussi aisément.*

*Et je me couche, fier d'avoir vécu et souffert dans d'autres que moi-même.*

*Peut-être me direz-vous : « Es-tu sûr que cette légende soit la vraie ? » Qu'importe ce que peut être la réalité placée hors de moi, si elle m'a aidé à vivre, à sentir que je suis et ce que je suis ? »*

- c. Imaginez-vous (une période, pendant ou hors confinement) vous mettre à l'affût de votre fenêtre, ou d'un tout autre endroit (ex. : la terrasse d'un café, dans les rayons d'un supermarché, un parc ...). Se passerait-il un événement inattendu ? Ou pas ? Votre attente porterait-elle ses fruits ? Ou pas ? Racontez votre mode opératoire. Un texte. Une prose. Un fragment. Une description. Ou encore une poésie. (20 minutes).
- d. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- e. Échanges et pratiques réflexives





## Nos confidences...

Perchée à la fenêtre de ma chambre, comme chaque année, j'observe, fascinée, leur ballet répétitif.

Au pied d'une villa huppée est dressée une grande table à la nappe blanche. Ils arrivent par vague, les bras chargés de cadeaux que des enfants blasés n'auront du plaisir qu'à déballer.

Deux hommes aux moustaches grises et lunettes dorées remplissent tour à tour leurs verres respectifs du doux nectar des vignes. Coude contre coude, les deux compères noient consciencieusement leur ennui. Leurs femmes virevoltent autour de leurs enfants et petits-enfants, se missionnant le bien-être de chacun, donnant ça et là des conseils sur l'éducation ou la meilleure recette de vinaigrette.

Dans un coin du jardin, la fumée du barbecue va rejoindre les nuages. Trois jeunes hommes s'activent, étalant leur expertise en matière de grillade. Leurs instincts primaires de chasseur semblent soudainement se concentrer sur la cuisson d'une brochette.

L'hôtesse se hâte en cuisine et s'inquiète de ses invités tel un oiseau cherchant à nourrir ses petits.

Autour de la piscine, des enfants piaillent, courent, voltigent, crient, sautent, plongent, pleurent et se font gronder.

Comme les mouvements de la mer, un soir de tempête, les conversations montent. Il est temps de refaire le monde. Un homme s'énerve. Il se met à crier de toute la force de ses poumons. Le silence tombe tel un oiseau mort. Un camaïeu passant de l'étonnement au mépris s'affiche autour de la table. La discussion reprend, mais voilà que les brochettes sont cuites et la vinaigrette est parfaite. Les rêveurs de monde semblent soudainement réaliser l'inutilité de leurs débats. L'estomac gagne sur le cerveau. À table !

Puis, vient l'instant tragique pour tout ancien combattant du corona : le « soufflage » des bougies. Un gâteau « Barbapapa » enseveli de pâte à sucre rose envahit subitement la table. Les smartphones sont prêts pour l'immortalisation numérique, la chanson est terminée et... soufflez ! (D.G.)





Je m'étais allongée sur un des transats pour me reposer et prendre un peu le soleil, mais comme d'habitude après 10 minutes à me concentrer intensément, à me forcer presque, pour m'obliger à l'immobilité et au repos, mon cerveau bouillonne et mon corps cherche n'importe quel prétexte pour s'occuper.

Soudain, j'entends des voix dans le jardin d'à côté, le voilà mon prétexte pour m'occuper...

Oh la curiosité, quel délicieux défaut...

J'adore observer les autres, secrètement, l'air de rien...

Derrière la haie, j'entends leur voix, j'aperçois leurs silhouettes. En plus bien cachée derrière mes lunettes de soleil, ils ne peuvent pas soupçonner que je les épie, j'ai l'air d'être endormie.

Moments fugaces captés à l'impromptu, intimité dévoilée ou volée, partagée sans qu'ils le sachent.

Je prends ce que je vois, les bribes qu'ils me donnent, ces petits bouts de vie qui passent tranquillement ou éclatent sous mes yeux et mon esprit bouillonnant reprend le dessus pour inventer des histoires... (L.R.)

*Retrouvez d'autres confidences à la page...*



# 10 Quel avenir?

- Chacun se munit d'une feuille blanche A4, sur laquelle il trace un grand cercle à main levée.
- Lecture d'un texte de Thomas Vinau, *Nous avons faim de quelque chose*, Juste après la pluie, Alma Editeur, 2014 .



## ***Nous avons faim de quelque chose***

*Une femme nue dans une caravane  
Un vieux monsieur pressé de mourir ses yeux jetés par la fenêtre  
Un alpiniste qui serre ses lacets rouges sur la pierre  
Une petite fille qui se réveille à cause de la lumière à travers les volets  
Un lycéen qui ne va pas jusqu'à la porte du lycée  
Le moustachu sur les marchés qui souffle sur ses doigts  
Une mère en retard qui aperçoit l'écureuil au milieu du rond-point  
Un serveur après une longue nuit de travail qui trouve trois notes sur le piano de l'entrée  
Une grand-mère qui pouffe de rire devant l'accoutrement de son voisin de bus  
Un camionneur qui s'arrête pisser et dérange un couple de hérons  
Le vieux jardinier du parc municipal qui constate en souriant que les boutures ont pris  
Un enfant à lunette qui regarde pousser un champignon dans un bocal  
Un chauffeur de taxi fier de son coup, le numéro de sa cliente entre deux billets*

*Une lycéenne qui vient de se faire tatouer la hanche  
Un scientifique à lunettes émerveillé par la dextérité d'un bousier du Japon  
Un jeune à casquette sur un banc qui cherche les mots de son texte  
Une fille trop grosse qui se met à danser  
Un petit frère qui saute du plongeur  
Un barbu qui coupe à travers les bois  
Un homme qui fume en travaillant tout en haut de sa grue  
Une secrétaire qui a fait de son garage un refuge pour les pigeons blessés  
Un vieux curé qui nettoie sa cloche  
Une pute qui pleure au cinéma  
Un paysan qui débroussaille  
Un rockeur défoncé qui rentre chez lui en boitant  
Un clochard qui dessine sur un papier de boucherie  
Une femme assise sur un banc devant le Palais de Justice  
Nous  
Tous  
Nous avons faim  
De quelque chose*





## Nos confidences... à demi dévoilées

- c. Rédigez d'un texte ayant pour intitulé: « J'ai faim de... ». Commencez par écrire sur la ligne, puis poursuivez de façon circulaire jusqu'à arriver au centre de la feuille.
- d. Soulignez ce que vous préférez.
- e. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- f. Échanges et pratiques réflexives.



STAY HOME

# 11 Comme un souvenir



- a. Partez en exploration dans votre maison et rassemblez une vingtaine d'objets qui sont de la même couleur. Faites-en un tableau. Photographiez-le et partagez-le si vous le souhaitez. Pourquoi cette couleur ?

♪ **Variante possible** : choisir uniquement une série d'objets de couleurs différentes, mais auxquels on tient.





b. Dans la boîte:

Fermez les yeux. Visualisez une maison. Celle de votre enfance ou celle qui viendra là, symbolique. Vous en poussez la porte d'entrée, vous traversez le couloir, au bout, une petite porte: celle d'un grenier. Vous l'ouvrez. Lentement, dans l'obscurité, vous en monter les marches, en bois, très usées, qui craquent sous vos pas. Tout en haut, la porte est entrouverte. Vous la poussez. La pièce est encombrée de malles, de journaux empilés, de cartons... Dans un coin, une boîte à chaussures, fermée. Curieux, vous décidez de l'ouvrir et étrangement, vous y retrouvez certains de ces objets appartenant désormais à votre tableau et apparaissant alors miraculeusement. Que vous rappellent-ils?







### ♪Variantes possibles :

-> Bleu comme..., rouge comme... : décrivez un objet ainsi que le souvenir auquel il se raccroche.

-> Partez d'une photo (vieille boîte en bois, par exemple, à envoyer au préalable par mail).  
Chaque participant choisit 3 mots : un objet, 1 endroit, 1 tranche ou moment de vie (exemple : une cuillère, une plage, un âge : dix ans) puis les fait passer à un autre participant.  
Lecture du texte incipit (proposé à la page précédente).

- c. Rédigez un texte en intégrant si possible les mots (à votre façon : ils peuvent demeurer le cadre de votre histoire, être justes des détails anodins... ou sujets principaux : à vous de voir). (30 minutes).
- d. Lecture et partage des textes, et/ou des ressentis éprouvés lors de l'écriture.
- e. Échanges et pratiques réflexives.





## Nos confidences...

J'avais acheté cette boîte il y a longtemps pour y ranger mes nombreux sachets de sucre que je collectionne depuis l'âge de 10 ans. Elle est bien sûr beaucoup trop petite maintenant et ces sucres qui viennent du bout du monde, de voyage en voyage, ont trouvé leur place à présent dans un énorme bocal qui trône au milieu de ma cuisine.

Cette boîte rouge, mon trésor à moi. Elle renferme maintenant des instants de vie, des histoires, des photos, des places de cinéma et de concerts, des tickets de restaurant et même un test de grossesse et bien d'autres souvenirs encore.

Cette boîte à trésor ne contient pas de colliers de nouilles bricolés avec fierté et amour pour la fête des Mères, de dessins où je devine de par la chevelure brune qui y est représentée qu'il s'agit de moi. Elle ne contient pas non plus les premières mèches coupées ni même les premières dents de lait tombées, ces souvenirs qui me sont si précieux sont bien à l'abri, ailleurs, dans une autre boîte magique.

Ma boîte à moi renferme nos moments d'amour à nous, rien qu'à nous.

Savez-vous ce qu'est une âme sœur ? Une âme sœur est une personne qui résonne en vous, une âme sœur est votre autre.

Cette boîte contient ma vie, la vraie. Celle que je mérite et celle que je n'attendais pas.

C'est si bon d'aimer et d'être aimée d'un amour inconditionnel qui nous porte, nous fait grandir et qui fait ressortir le meilleur de nous-mêmes.

Je l'ai méritée cette boîte. Elle ne représente pas mes doutes, mes peurs et mon profond désarroi, non. Plus maintenant.

Cette boîte, c'est ma renaissance depuis ce jour où je le vis. (Z.A.)



*Retrouvez d'autres confidences à la page 66*



# Vers plus de confidences...

## 1 – On a tous un ... dans la tête

Fin de la vidéoconférence avec mes collègues et voilà que mon ordinateur s'éteint. Cette fois, c'est ferme et définitif: cette satanée machine a résolument rendu l'âme. Encore une victime supplémentaire du COVID19... Dois-je prévenir la RTBF pour qu'ils l'ajoutent à la longue liste des décès? Le surréalisme de cette pensée fugace me surprend: je pense que je suis atteinte de **crisement** aigu: vous savez, cette forme d'angoisse se développant lors de confinement prolongé?

La technologie attendra, car pour l'instant, je décide de **terpirer** un peu. Devant moi, s'étalent mon jardin, les bois, la nature explosant de vie. Un peu plus loin, une vue imprenable sur la vallée d'Erezée. Un paradis... Bien qu'en principe, je devrais actuellement être en Bretagne, probablement sur la plage. Mais avec cette **vacrise**, inutile de quitter le territoire ni même espérer la moindre **vacanté**.

Non.

Il me reste le jardin, ou encore la possibilité d'une **sécursion**. Une évasion virtuelle sans contrainte aucune et non soumise au confinement me tente vraiment.

Je rentre et me dirige vers mon ordinateur: toujours aussi éteint.

Deux possibilités s'offrent alors à moi: **crisionner** haut et fort cette frustration sans nom qui me saisit les tripes, ou me préparer des pâtes aux scampis.

J'opte pour la seconde.

A déguster au soleil en songeant bien évidemment à vous, chères collègues!  
(S.M.)



## 2 – Un jour, un objet

J'aimais lorsqu'elle m'emportait dans la fraîcheur matinale.

J'ouvrais la porte de la liberté, un tour sur moi-même et j'enclenchais l'engin mécanique.

Alors, tout devenait possible !

Qu'ils me manquent les trajets au soleil où nous chantions avec Matthieu Chedid.

Qu'ils me manquent ces moments d'émerveillement devant la nature qui s'éveille aux abords du chemin.

Même les divers grognements et discours solitaires à propos des autres conducteurs me manquent.

Nous en avons vécu des aventures !

Nous avons même aperçu l'ange noir au détour d'une pirouette sur l'autoroute.

Mais à présent que ce dernier rôle devant la porte de sa maison, elle m'a délaissé.

Me voici inutile, endormie, attendant que l'heure de la libération arrive.

J'ai hâte de retrouver son tout nouveau sac à main sentant le cuir, sa veste aux poches gigantesques

Et enfin, sa voiture qui, depuis nos aventures pirouettesques, est armée de grigris. (D.G.)



S T A Y

H O M E

### 3 – Le temps d'un chez soi

Je compte dessiner une maison avec dedans...

Tout d'abord, ses murs.

Accueillants.

Chaleureux.

Sécurisants.

Un toit, para, qu'il soit sol ou pluie.

Préserver la météo des humeurs.

Soleil ou brume.

Le temps qui passe au-dessus de notre présent.

Puis des fenêtres.

Grandes.

Partout.

Ouvertes sur l'ailleurs.

En échange de la lumière.

Laissez-la envahir l'espace.

Une baignoire de clarté.

Histoire de voir ce qu'on dit.

Je dessine aussi des meubles à tiroirs.

Débordant de mots d'amour.

Emplis de mots discussion.

Regorgeant de mots idées.

Laisant dépasser des mots conseils, ceux qui souhaitent remettent de l'ordre.

Là, là et là,

Ce sont des livres.

Tiens, j'avais oublié là, aussi.

Dans tous les coins, quoi !

Ici, pas d'eau dans les caves.

Uniquement dans les plantes.

Qui poussent les feuilles collées aux vitres.

- Du calme les filles, on va bientôt sortir.



S T A Y

H O M E

Un grenier plein de brots.  
Des choses entassées.  
Des souvenirs.  
Un tout plein de rien qu'on a tendance à oublier.

Dans l'air, dans l'atmosphère,  
Règnent des caresses comme des passions,  
Qui bercent, soulagent et blues,  
Musique Maestro !  
Faut que ça nous transporte,  
A défaut de passer la porte.

Portes ! Portes ?  
Non, ici aucune ne retient l'imagination.  
Circulez s'il vous plaît.  
Il y a tout à voir.  
Il y a tout à percevoir.

Les minutes défilent.  
Le soleil file.  
Une pendule marque le coup.  
La fin de journée se pointe.  
À pas feutrés.

Du café ? Un thé ?  
Et si nous prenions des bulles ?  
Alors on s'assied.  
On s'attable.  
On sirote.  
On grignote.

Mais surtout, dans ce dessin,  
Regardez ici, là et là.  
Tous ces petits coins où on profite,  
De cet endroit... magique ! (S.M.)



S T A Y

H O M E

## 4 - Au hasard d'une page, au hasard d'un titre

### Tout va bien

Je me lance pour vous expliquer les **avantages** de "papoter". Depuis le **confinement**, tous nous avons **envie** de **bouffées d'air frais**, d'interactions **fluides**.

Le besoin de **s'épanouir**, **d'échapper** à cette vie **hermétique**. Les **conversations** mettent à l'aise et papoter est un **art** !

L'humain est **sensible** à **échanger** des liens, à de petites relations faciles, à des **connexions favorables**.

Le **secret** de **la vie** est-il le **bonheur** ? Non, pas seulement.

Alors, allez-y, ne laissez plus jamais votre **langue** dans votre **poche**, parler de tout et de rien cela crée des liens ! (C.B.)



### L'herbe a écrit sur mon dos

Ce n'était qu'un carré de verdure au fin fond d'un grand terrain. Avec vue imprenable sur les champs, il **l'accueillait** sans condition. Du haut de ses 8 ans, son **âme** y avait trouvé refuge. Fuyant les **paroles** assassines et les **actions** destructrices, elle venait planter ses **racines** auprès de celles des arbres. Il y avait dans le son du vent jouant avec les herbes folles, un accent de **vérité**, une connexion authentique à **l'univers**. Le vent sur sa peau lavait ses **émotions**, l'emmaillotait d'**amour**. La terre, dont l'odeur lui remplissait les poumons, lui **donnait force, paix et joie**. Elle portait son regard au loin et se laissait aller à son **imagination**. Comme il serait facile de passer les fils barbelés et de courir à travers champs ! Elle s'allongeait sous un prunier et se **détendait** en regardant les fruits se balancer. Elle se nourrissait de ce lieu vivant afin de rester en **vie**. Parfois, une **pensée** la traversait : peut-être que si elle faisait un effort, peut-être que si elle **décidait** d'être une autre personne, peut-être que si elle était un peu plus ou un peu moins... peut-être qu'enfin, il **l'aimerait**...son père...

*Les mots utilisés sont issus d'une page du livre "Conversations avec Dieu" de Neale Donald Walsch*

STAY

HOME

# 5 - À table!

Mi figue mi raisin

Je ne suis pas dans mon assiette

Le quotidien tourne en eau de boudin

Changements incessants, c'est du flan !

C'est fort de café ! Comment s'y retrouver?

Et hop ! On retourne la crêpe en 2 coup de cuillère à pot.

Il y a de l'eau dans le gaz mais c'est clair comme de l'eau de roche.

Pour certains, bien sûr, c'est le gratin!

Pour les autres, on est sur le grill et on doit se la jouer grosse légume et surtout, ne pas rentrer dans le lard et mettre la main à la pâte.

Ça peut mettre la main à la pâte l'air de rien, car ça peut mettre dans le pétrin ...

Faire le poireau et être une bonne poire, à toutes les sauces pour pédaler dans la semoule ...

À quand de meilleurs mets? Tentons de consommer éthique et local !

(C.F.)



S T A Y

H O M E

À table ! (S.M.)

Petit-déjeuner, quand tu me tiens.

Impossible de faire l'impasse sur ta manifestation, ce manque que tu marques au fer rouge au creux de mes entrailles, toi qui manifestement possèdes le don de les faire chanter.

Chaque matin donc, je me livre à ce petit festin selon l'appétence du jour.

Tu peux revêtir bien des aspects : de la simple banane (dans mes moments de pure folie hypocalorique) au bol de céréales (comptez sur le muesli aux fruits secs, mon préféré), du croissant cuit au four (misez sur 220°C pendant 18 minutes - pas une de moins, pas une de plus - doré à souhait et fondant sous son excès de beurre anesthésiant la langue) à la tartine grillée (imaginez-la recouverte d'une moelleuse marmelade à l'orange, by England only !).

Mais le meilleur, je le garde, tel un précieux trésor, pour la faim. Il s'agit d'une gourmandise. Octroyée occasionnellement, elle me permet de me repaître davantage de ses saveurs magiques.

Appellation - que je contrôle - pour ce plat digne d'un Grand Cru classé et mis en bouteille au château, on la nomme « œuf à la coque et sa tranche de pain épaisse au beurre salé, accompagné de son café autotouillé » (par autotouillé, s'entend le fait de compléter son liquide ténébreux d'autant de lait qu'une cuillère demeure inutile).

Tout d'abord, choisir l'œuf : bio, de préférence, ou encore de ferme. Une fois son chapeau ôté (opération ô combien délicate et réalisée à l'aide de la pointe d'un couteau à la lame affûtée), saler légèrement en y portant, pourquoi pas, une touche de paprika.

Tremper son bâtonnet de pain beurré (au levain, ou mieux encore : une baguette rustique dont le craquant fait frémir la plus sensible des oreilles) au cœur de l'onctuosité flavescente... et porter à la bouche, en veillant à laisser fondre ce merveilleux mariage sur la langue.

Petit-déjeuner, toi qui me tiens.

On te rapporte petit, mais je te qualifierais pourtant de roi. Toujours trop vite avalé, mais heureusement pour moi, je peux chaque jour te retrouver.

À demain matin ! (S.M.)



S T A Y

H O M E

## 6 - Et attendre le jour J

Mes neurones saturent. Ils ne savent plus comment donner au corps la liberté de se mouvoir dehors.

À la télé, Sophie a enfin dit: "oui" !

Le pays est vide de Covid.

La porte ouverte, les pieds au bord du perron, je lève les yeux vers le ciel d'été chargé de pluie. Une douche tropicale en mode Tahiti avec mousse et bikini apparaît brièvement devant mes yeux. Je chasse la folle en moi qui, du coup, me suggère un grand feu de joie avec tous les masques sur la place du village.

Je tourne mon regard vers la place où les premières gouttes tombent sur le sol encore chaud de cette journée d'été. Une odeur agréable émane de la terre comme si cette dernière voulait remercier le ciel pour ce cadeau nourricier. Je tends la main en réceptacle à l'eau fraîche qui vient rejoindre mes cellules. Je me rallie mentalement aux remerciements de la terre envers le ciel.

Liberté rimera donc avec pluie d'été.

Comme l'oisillon prenant pour la première fois son envol, je pose ce "petit pas pour moi mais un grand pas pour l'humanité" dans cette journée de liberté. De vraie liberté. Une liberté telle que je n'en ai jamais connu.

En effet, j'ai appris quelque chose de nouveau : l'acceptation. Que le flot de la vie me porte et m'emporte. Que ma porte s'ouvre à tous les projets, les créations, les collectifs, les mouvements mais aussi les combats, les dysfonctionnements, les contrariétés. Tout ce qui vient est juste. Car tout ce qui vient mène à l'expérience de soi et du monde. (D.G.)



# 7 - Voyage poétique au Japon

Dans la pénombre des bois  
L'écureuil  
L'odeur de la mousse (C.B.)

Au milieu des coquelicots  
Je respire l'air du temps  
La vie s'anime

Crépuscule du matin  
Source intarissable d'odeurs  
Les senteurs de Provence

Pas un bateau qui bouge  
L'esprit serein  
À l'heure où les vagues se noient

Promenade enivrante  
Réveille en moi  
L'entêtant parfum de liberté

Sous le charme de ce village  
Mes sens se réveillent  
Que la nature est bucolique ! (Z.A.)



S T A Y

H O M E

Poèmes en vers  
Résonnances du Japon  
Idée loufoque

Soleil sur les salades  
Bourrache visitée  
Fleurs convoitées

Herbe chaude sous les pieds

Vent lisse  
Cœur chahuté

Place préparée  
Patience d'une journée  
Bientôt

Chaussures ouvertes  
Pieds nus, c'est mieux  
Arrive l'été

Frontières ouvertes  
Rêves libérés  
Peut-être (S.M.)



STAY

HOME

## 8 - Au pied de la lettre



Ici, le 11 juin 20,

Chère toi,

J'ai eu récemment une véritable prise de conscience. La clé, c'est nous !  
Nous vivons en nous tous les potentiels, toutes les réponses nécessaires. C'est juste que nous ne les voyons pas toujours.

L'imagination est un pouvoir qui nous ouvre les portes vers notre caractère divin. Elle nous relie à l'univers extérieur de nous et en nous. L'être humain est fait pour rêver. Car le rêve est à la base du pouvoir créateur.

Nous vivons séparés de notre corps comme si nous n'étions que des têtes qui pensent. Mais tout notre corps pense. De la même façon, nous vivons déconnectés de la nature mais nous sommes la nature !

En réalité, tout ce que nous vivons à l'intérieur se reflète à l'extérieur.

Sais-tu que lorsque je suis attentive au monde, j'entends à l'intérieur me parler à sa façon ? Car le monde est simple et complexe à la fois. Chaque événement que nous vivons est porteur d'un message, d'une synchronicité, d'une logique et surtout d'un reflet de notre vécu intérieur.

Le monde nous apprend qui nous sommes vraiment. Et curieusement, si nous prenions le temps d'être, de se connaître soi-même, de s'aimer, nous transformerions le monde juste en transformant la personne que l'on est.

Je t'invite donc à être véritablement présente.

Je t'aime

Moi.

S T A Y

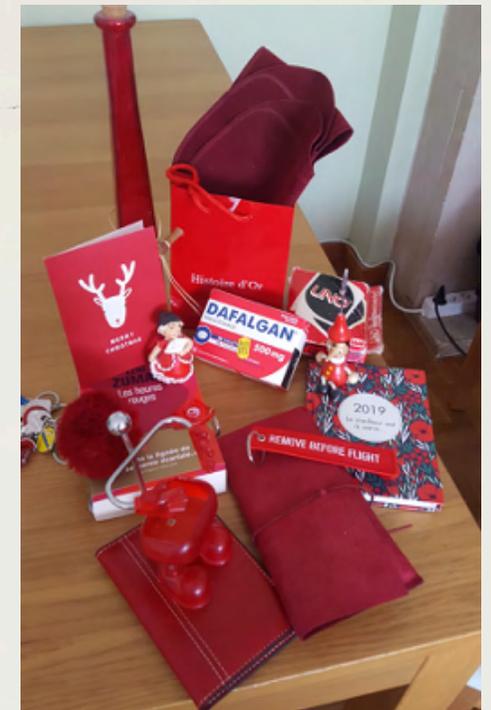
H O M E

# 11 - Comme un souvenir

Dans cette boîte aux trésors, il y a :

Une mèche de cheveux de ma fille lorsqu'elle était petite  
Les dents de lait que la petite souris n'est pas venues chercher  
Des mots doux de ma fille  
Des dessins et des compliments pour la fête des mères  
Une couronne en mousse de la statue de la liberté  
Des photos et des lettres d'amour de mes parents lorsqu'ils se sont rencontrés  
Des photos et des lettres d'amour de mes anciens petits-amis  
Un vieux carnet d'adresses  
Des billets d'avion de voyages inoubliables  
Des tickets de concerts, de musées, d'expos, des moments précieux partagés avec des amis

De petites boîtes et sacs dans lesquels il y avait des bijoux que j'ai reçu en cadeau et que je porte tout le temps  
Des petits cailloux en forme de coeur ramassés sur une plage  
Un jeu UNO, tout déchiré, qui a animé des soirées interminables avec des amis  
Des cartes d'anniversaire  
Des magnets achetés dans les pays visités (C.B.)



STAY

HOME

## La couleur des souvenirs (S.M.)

Je dépose le couvercle de cette vieille boîte métallique ayant contenu autrefois des biscuits et arborant l'oiseau fétiche de Magritte et, le cœur battant, redécouvre mes trésors d'antan.

Dans un premier temps, j'effleure amoureuxment cet encrier Pélikan d'un bleu indigo tirant vers le turquoise et qui remplit rapidement le réservoir de mon stylo transparent. Étrangement, l'encre encore liquide s'écoule sur le papier jauni d'un carnet à la couverture bleu délavé. Les mots se dessinent, se tracent, les phrases s'allongent et décrivent les émotions qui se jouent en moi en cet instant.

Quand la page est remplie, je décide de ne pas la tourner mais d'en prolonger son présent en déposant le cahier à mes pieds.

Un marque-page dépassant d'un ouvrage sur les haïkus livre sa poésie, des mots bleus évoquant la douceur de la mer.



S T A Y

H O M E

La même qui a forcément accueilli cette casquette marine bleu roi que mon fils portait petit, sur la plage, pour se protéger du soleil.

Souvenir où le bleu, encore lui, prédominait sur le reste et qui, en ce moment précis, est calqué sur une sphère lumineuse où les constellations projetaient leurs étoiles au plafond, par ces nuits où la météo sonnait l'insomnie.

Ces astres pétillants et nocturnes vers lesquels devait forcément s'envoler cette soucoupe volante réellement craquante, fabriquée par les doigts enfantins de mon Thomas à l'école maternelle. On peut dire qu'elle n'accuse aucune emprise de l'espace-temps intersidéral vers lequel, j'en suis sûre, elle doit souvent s'envoler secrètement.

Une voix me hèle, m'appelle à l'autre bout de la maison.

Avec regret, je repose la boîte du peintre où je l'ai trouvée, tandis que mes yeux caressent cette colombe emportant dans son envol mes souvenirs au diaphane céruléen. (S.M.)



# Envie de plus?



EXCEPTÉ JEUNES propose *gratuitement* aux professionnels du secteur jeunesse ainsi qu'aux jeunes:

- des ateliers d'écriture créative, en distanciel ou en présentiel, à la carte.
- un accompagnement lors de la conception de vos propres ateliers d'écriture (selon vos besoins de terrain, vos attentes, vos animations, vos activités... ).
- des formations adaptées.

**Intéressé.e.s? Contactez-nous:**

[www.exceptejeunes.be](http://www.exceptejeunes.be)

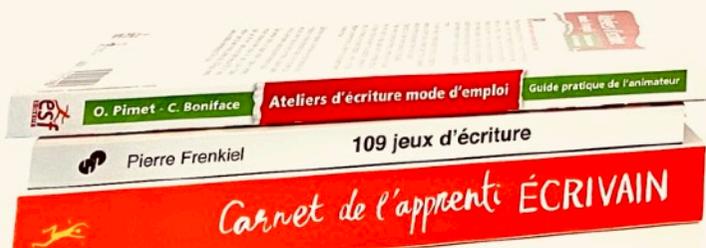
[animation@exceptejeunes.be](mailto:animation@exceptejeunes.be)

<https://www.facebook.com/Except%C3%A9-Jeunes-785546268228129/>

rue du Haut Baty, 59

5060 Sambreville

071 711 935



STAY HOME



Le CIDJ vous propose diverses animations santé, éducation aux médias ainsi que des ateliers d'écriture émancipateurs en présentiel ou en distanciel, pour les jeunes du secondaire ou les professionnels du secteur jeunesse.

***Intéressé.e.s? Contactez-nous:***

[www.CIDJ.be](http://www.CIDJ.be)

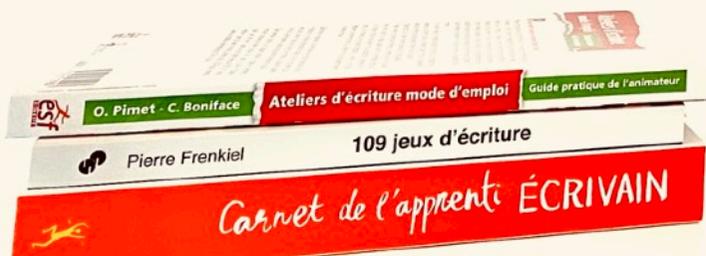
[animation@cidj.be](mailto:animation@cidj.be)

<https://www.facebook.com/animations.cidj.5>

Rue Saint Ghislain 29

1000 Bruxelles

02/219 54 12



STAY HOME



-  Co-construisons du savoir
-  Eveillons notre capacité créative
-  Soyons les acteurs de nos apprentissages

[www.cocreactive.be](http://www.cocreactive.be)

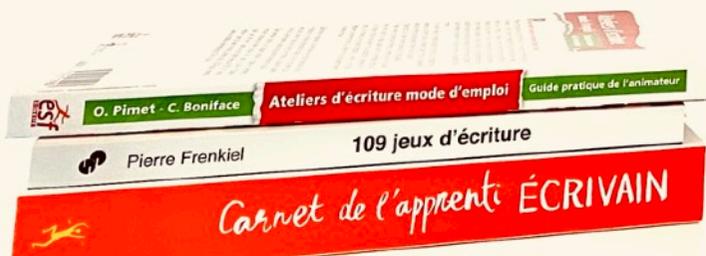
[info@cocreative.be](mailto:info@cocreative.be)

<https://www.facebook.com/cocreactive/>

Chemin de la Procession 11

7870 Cambron-Saint-Vincent

0474 70 42 18



STAY HOME

