

# Tarkovski,

# L'EAU ET

# LE MONDE À

# SAUVER

*Atelier d'écriture animé par*  
*Valéry Meynadier*



**BANCAL LIVRE**

---

# Consignes

**Atelier d'écriture du 18 janvier 2023**

**Sur le thème de l'eau**

S'appuyant sur le thème principal de l'atelier - l'eau -, Valéry évoque le cinéaste russe Andreï Tarkovski et son film *Nostalghia*. Elle s'attache en particulier à la scène où le personnage principal tente de traverser une piscine désaffectée avec une bougie allumée, ceci pour rendre hommage à un vieux fou qui s'était donné cette mission, sans y parvenir, pour sauver le monde. Valéry demande aux participants de s'imprégner de cette folie pour stimuler leur créativité. Et en écrivant, d'être persuadés que de petits gestes peuvent guérir l'humanité.

La feuille doit être divisée en quatre (ce pourrait être la croix orthodoxe réalisée à partir des croquis du réalisateur lui-même qui surplombe sa tombe). Le premier texte doit avoir le rythme doux et lent d'une source d'eau, le deuxième celui d'un ruisseau avec une écriture plus noueuse, moins tranquille et ainsi de suite jusqu'au fleuve au courant tumultueux, au flux irréprensible. Il s'agit de faire "entendre le cri". Les quatre textes peuvent constituer une même histoire ou n'avoir aucun lien.

Pendant l'écriture, Valéry invite les participants à boire une boisson et à avaler chaque gorgée en pleine conscience, c'est-à-dire en ressentant l'effet du liquide dans la bouche et dans la gorge.

Enfin, il faudra tremper son doigt dans un verre d'eau froide et laisser s'écouler une goutte à chaque point signant la fin d'une phrase. Pour ressentir la fraîcheur de l'eau mais aussi le tempo du texte en construction.

*Valéry Meynadier, autrice, art-thérapeute et psychoboxeuse, affiche une longue et riche expérience d'ateliers pour des publics variés. Au cours de ses ateliers, Valéry transmet les savoir-faire littéraires et révèle la créativité de chacun grâce à son approche d'écriture corporelle, mêlant le plaisir des mots aux sensations physiques.*

# Souffler sur des pissenlits pour sauver le monde

Stéphanie Bara

- 1 -

Elle souffle sur ses deux doigts.

Les akènes du pissenlit l'entourent.

Ils s'assoient dans les rais de lumière.

Elle suit le vol des fruits avortés.

Elle les observe chausser leurs parachutes et redescendre, une à une.

Le rideau blanc devant les yeux, elle fronce les sourcils pour ralentir le vortex.

Elle fronce doucement, longtemps, intensément.

Elle sourit aux graines désormais immobiles.

- 2 -

Elle s'extirpe de sa fleur-mère.

Elle se déploie dans l'air.

Elle file.

Elle fuit.

Elle va se faire germer ailleurs.

Elle y va en stop ! Dans le bec d'un oiseau.

Elle y va à la rame. En barque. En cargo. En semelle de godasse. En valise de touriste. En abeille. En insecte suceur de pollen.

Tous les transports sont bons pour aller se faire germer ailleurs !

Refaire le coup de la fleur au printemps.

Là.

Ici.

Ou là.

A l'autre bout du monde.

A l'autre bout du temps.

La graine va se faire fleurir la vie.

Ailleurs.

- 3 -

Ça y est.

Elle se réveille en sursaut.

Dans un lit de plumes blanches ah non en fait les akènes de pissenlit lui ont creusé un lit de vie pour demain après-demain et tous les demains d'après.

Un lit immobile.

Pour elle.

Elle. Elle vivra. Elle rira. Elle ne verra pas. Elle reste là.

Elle souffle. Elle s'époumone.

Ça volète ! Ça éclabousse ! Ça aveugle ! Ça explose ! Ça recouvre tout !

Même elle.

En cocon.

Encoconnée un sourire au souffle.

La vue est belle.

Son monde est sauf.

- 4 -

Sourcils.

Froncés.

Encore.

Plus fort.

Si je les veux vraiment, elles seront toutes à moi.

Marre.

De la fuite des graines de pissenlit. Toutes ici.

Je les veux toutes.

Ici.

À mes pieds.

Autour de moi.

Sur moi.

La vie c'est la floraison.

Il faut la floraison garder.

Pour se nourrir,

La graine à soi tirer.

Se couvrir de végétaux à venir.

Je m'endors drapée de pissenlits immobiles.

Demain.

Mon monde en fleurs.

# Impossible légèreté

Maya Huguenin

- 1 -

Qu'est-ce que tu fais là ? Comment es-tu arrivé là ?

Tu as probablement dû partir des hauteurs célestes.

De celles que l'on n'imagine pas très bien, sauf peut-être quand on est dans ces oiseaux d'acier, qui volent sirupeusement au-dessus de l'océan.

Ton vol à toi est d'un silence vertigineux.

Car tu ne fais pas le poids.

Ta structure cristalline pourrait bien froter l'air dans tous les sens, mais non.

Ta taille est si fine que tu es presque obligé de te rallier à d'autres pour qu'on te voie.

Oui parce qu'au bout d'un moment, on te voit. On te sent.

Mais qu'est-ce que tu fais là ? Es-tu perdu ? Ou au contraire déterminé ?

En tout cas tu es doux. Tu es douceur malgré ton froid.

Tu viens là, tu tombes là, sans que l'on sache vraiment pourquoi.

A défaut de destin j'ai envie de t'imaginer un dessein, indolent et précieux.

Et si tu pouvais tout recouvrir, de légèreté, de blancheur, de silence et de fraîcheur ?

- 2 -

Et si tu pouvais recouvrir le feu ?

Le feu des crimes et des chagrins.

Le feu qui reste lorsqu'on a faim.

Le feu du puits sans fin.

Le feu de la perte, le feu de l'inconscience.

Le feu des mots à vif, le feu des âmes effacées.

Le feu du sol et de l'air.

Le feu de l'arbre et le feu de l'ombre.

Le feu qui coule depuis trop longtemps et trop profondément.

Pour le moment tu es là, virevoltant, comme si tu remontais de l'Ouest, caressait le Nord et cherchais le Sud.

Est-ce que tu peux m'entendre ?

Est-ce que tu peux me comprendre ?

Dis-toi, est-ce que tu ressens ?

- 3 -

Pim, poum, pim, poum, flic, flac, flic, flac...

Tu n'en fais qu'à ta tête, tu n'en fais qu'à ta fête.

Tu t'accumules ici et là, toi, eux. Vous êtes nombreux.

Vous êtes mille, vous êtes cent, vous êtes cent-mille.

Vous êtes infiniment.

Jusqu'à quand ?

- 4 -

Et maintenant, depuis trois ans, la chute des flocons n'a plus cessé.

Tout est enseveli.

Un peu comme je l'avais prédit.

Le vert, le bleu, le jaune, le gris... Tout est fini.

Et j'ai presque envie de dire... merci !

# Tempo

## Gaëlle Marin

### *Algues*

La barque glisse lentement sur le lac.

J'ai posé les rames au fond et je regarde le ciel, la tête en arrière, les narines à l'affût des odeurs montant de l'eau.

Le soleil me fait plisser les yeux et je prends le temps d'apprécier sa chaleur sur ma peau.

Ma main touche l'eau.

Elle est si calme que je sens à peine le courant sur mes doigts.

Il n'y a pas de vent, pas de bruissement de feuilles, pas de chant d'oiseaux. Juste le silence.

Mes doigts frôlent quelque chose de doux et soyeux.

Je pivote lentement la tête et mon regard se pose sur l'eau, la traverse doucement, caresse un peu ces algues éparpillées.

En bougeant ma main je les fais danser.

C'est alors que je vois, au milieu de cette chevelure, deux yeux qui me regardent avec douceur et étonnement.

### *Amour*

Assise devant sa harpe elle s'ennuie.

Elle écoute l'interminable leçon en comptant les secondes.

Elle pense à sa journée, aux mauvaises notes qu'elle devra expliquer, aux brimades de cette fille qu'elle déteste, à ce cours de sport où elle s'est encore ridiculisée.

Puis le bruit des camions-poubelles la sort de sa torpeur.

Elle essaie d'apercevoir l'heure sur la pendule du couloir.

Plus que dix minutes.

Son cœur se réveille, son corps commence à revivre.

Ses jambes sont pressées de bouger, de l'emporter loin d'ici, là où il y a la vraie vie.

Enfin le cours se termine.



Son corps l'emporte, ses jambes accélèrent.

Plus elle approche, plus l'envie d'arriver la saisit.

Enfin les derniers pas, elle est pile à l'heure pour savourer son émission préférée.

### *Possession*

J'ai fermé la porte.

On a quand même droit à un peu d'intimité parfois, non ?

Eh bien non apparemment, en tout cas lui n'est pas d'accord.

Il a commencé par soupirer et voilà que maintenant il s'énerve.

Je l'entends tourner, cogner dans la porte, il râle, il griffe, il pleure.

J'ai beau lui demander d'arrêter, il ne veut pas céder.

C'est la porte qui doit céder et moi avec elle.

Plus il s'agite, plus je culpabilise et plus je m'énerve.

Je ne fais pourtant rien de mal, c'est juste un instant, un petit moment à moi.

Mais c'est déjà trop pour lui.

Il me veut à lui tout le temps, chaque fois qu'il en a envie et peu importe que je sois disponible ou pas.

Et bien sûr, je vais encore céder.

Je n'en peux plus de cette agitation, de ce bruit, de cette violence.

J'ouvre la porte, il me regarde triomphant, monte sur mes genoux, se roule en boule et ronronne.

### *Bus*

Temps de chien ce matin.

Et ce réveil qui ne sonne pas, ce café renversé, cette douche zappée pour ne pas être trop en retard.

Porte claquée, clés oubliées... Putain de journée.

On verra ça ce soir.

Au coin de la rue un attroupement, un accident dans le métro, plus de rames.

Je remonte la rue des Pyrénées en courant.

Avec un peu de chance j'aurai ce bus qui me sauvera.

Un peu de chance... Putain de journée.

Le bus passe à pleine allure avant que j'atteigne l'arrêt et m'éclabousse copieusement.

Je cours aussi vite que mes jambes me le permettent, je l'atteins presque mais il file déjà.

Trempé, en sueur, essoufflé... autant continuer.

Je cours comme un dératé jusqu'à mon bureau, à 3 km de là.

Arrivé, porte fermée, je suis épuisé.

On est samedi.

# Une vie

## Christiane Fossois

### *Naissance*

Un bébé naît dans une famille heureuse, prête à l'accueillir. Tout commence parfaitement pour ce petit garçon qui baigne dans la douceur, comme il a baigné dans le ventre de sa mère.

### *Enfance*

Les années passent et l'enfant grandit avec son lot de peurs, de joies et de larmes. Mais ses parents sont présents pour sécher ses larmes et calmer le flot de ses angoisses.

### *L'âge adulte*

L'adolescent se rebelle ; il bouillonne. Il veut vivre sa vie, sans cadre, sans loi. Voilà pourquoi il prend parfois des chemins tortueux. Il fait des enfants à son tour, et là tout s'accélère. Il ne contrôle plus le torrent de son existence.

### *La fin*

Dans sa tête, tout se mélange, tout s'entrechoque. Il nage en eaux troubles. Il oublie jusqu'à l'instant présent, il sait qu'il est au bord du gouffre. Qui est prêt à le submerger. Alors, il reste là avec son sourire, ses yeux embués par trop de questions, ses paroles noyées dans ses incohérences, d'où jaillissent de temps en temps quelques moments de lucidité. Il attend la marée montante.

# Le crabe des piscines

Céline C.

- 1 -

Je respire lentement, les paupières fermées. Les vaguelettes qui effleurent mes oreilles étouffent les sons environnants. Pour rester à l'horizontale, mes mouvements savent être fluides et calmes, presque imperceptibles. Brassier de l'eau, c'est naturel et doux.

Je suis dans ma bulle, une bulle d'ondulations bienfaitrices. Mon sas de décompression sous la pression de l'eau.

Le temps qui s'arrête me donne la sensation de disparaître comme ces crabes qui se terrent sous le sable.

Ne plus exister. Pour personne. Seulement pour ces molécules d'eau qui chatouillent ma peau.

D'ailleurs, plus rien n'existe autour de moi, mis à part cette respiration et ces battements de cœur ; qui appartiennent à qui déjà ?

Dans cet état de béatitude flottante, une folie douce me submerge ; le sens de nos vies pourrait-il jaillir ici même ?

Et pourquoi pas, le moyen de sauver - rien que ça ! - le monde.

- 2 -

Soudain une présence. Sur ma cuisse, un contact. Sensation peu agréable, plastique, collante.

Je ne veux pas ouvrir les yeux, je ne veux pas sortir de ma torpeur, non merci !

Tant pis, je m'habitue à cette sensation nouvelle. Déjà elle a disparu.

Et je continue ma méditation aquatique.

- 3 -

Deuxième impact. Plus fort, pas vraiment douloureux mais plus menaçant.

Perturbations de la surface chlorée qui glisse le long de mes yeux, colonise mes narines, contamine ma gorge.

Ça pique, ça gratte.

L'eau autour de moi s'agite. Me voilà déséquilibrée ; vais-je me noyer ?

Avant ce naufrage ridicule, je prends un nouveau coup, sur le ventre cette fois !

- 4 -

Boum

Bam

Aïe

Mes pieds rejoignent le sol

Mon corps à la verticale

Ma tête hors de l'eau

Ma tête hors de moi

Crie aux gamins de faire attention avec leur ballon !

Rire des enfants, ces métastases des piscines pour tout nageur assidu.

Bon, il est temps de bouger.

Je dois sauver ma peau, à défaut de sauver le monde.