Le bonheur entre parenthèses

Atelier d'écriture corporelle animé par Valéry Meynadier

BANCAL LIVRE

Consignes

Atelier d'écriture du 15 février 2023

Sur le thème du bonheur

L'atelier commence par l'évocation des œuvres majeures sur le thème du bonheur : *Propos sur le bonheur* du philosophe Alain, *La vie est belle* de Roberto Benigni, *La vie est belle* de Frank Capra, et bien sûr le grand auteur portugais Antonio Lobo Antunes.

"Toute cruche, comme dit le sage, a deux anses [...] tout événement a deux aspects [...] accablant si l'on veut, réconfortant et consolant si l'on veut." Alain

Les participants vont travailler la parenthèse, ouverture/fermeture pour produire deux histoires dans une seule, un texte à deux têtes (ou plusieurs), un texte centaure : un côté lumineux/un côté sombre, bonheur/malheur, consolant/accablant... Comme le fait si bien Antonio Lobo Antunes avec ses romans à voix multiples et ses récits gigognes.

Côté corps, à chaque parenthèse, les participants sont invités à mettre un chapeau, une casquette, à faire sonner une cloche, à utiliser n'importe quel objet afin de marquer le changement de points de vue ou d'histoires au moment de la lecture.

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.

Sans titre

Didier Truffot

Le bras tendu, il a déposé sa petite main froide dans celle de la belle dame qui est venue le chercher. De son pouce qui lui semble énorme, disproportionné mais si doux, elle lui caresse la peau. Tel un métronome sur sa chair, le doigt apaise son petit cœur. *(Elle ne savait pas ; il ne fallait pas qu'elle le sache. Jamais elle ne le saurait.)*

Il trottine, fait de son mieux pour suivre le pas cadencé des talons hauts compensés qui martèlent le sol. Il est heureux et rassuré. Elle tient sa main dans la sienne et rien ne peut lui arriver. Sa jupe, à la hauteur de son visage, lui frôle parfois la joue. Le tissu plissé et soyeux exhale ce parfum poivré qui ne la quitte jamais. *(Il les avait oubliés les tortures, les brimades et les rires moqueurs. Il les entendait cependant encore résonner dans son ventre molesté. Ils avaient laissé faire : tous hilare en cercle et lui au milieu. Il tremblait mais il ne leur avait pas montré qu'ils avaient gagné : ses larmes à l'intérieur coulaient dans sa gorge nouée. Mais jamais, à elle, il ne le lui dirait.)*

Elle presse le pas car sitôt rentrés, il faudra donner le gouter, s'atteler aux devoirs et de suite après préparer le diner. Il lève le regard, et la voit sourire. Il aime son chignon noir et dressé qui lui donne une allure de princesse. Il aime sa jupe bleue aux grosses fleurs psyché. *(Quand plus tard elle a décidé de couper sa crinière de fée, il sut que le temps de la joie était terminé. Elle l'avait trahi : elle ne lui avait rien demandé. S'il avait su, lui il aurait refusé. Une maman devenue moche ses cheveux ainsi ratiboisés.)*

« Alors, mon chéri, qu'est-ce que tu as appris aujourd'hui ? La maîtresse vous a donné beaucoup de devoirs ? Tu sais ce soir je ne pourrai pas t'aider car on a des invités. »
(Tout à l'heure à peine, la poussière tordait ses lèvres, et les cailloux roulaient sous son dos. Ils l'avaient poussé en riant. Il ne faisait pas le poids : ses manières et sa timidité, sa façon de parler surtout, les rendaient à chaque récré fous d'hystérique joie. Mais à elle, il ne le dirait jamais.)

Il sent déjà la chaleur du chocolat en poudre qui sur la tartine beurrée fond dans sa bouche. Ce soir, il va s'amuser, et ils vont tous ensemble rigoler. C'est toujours bien quand les parents reçoivent d'autres adultes. *(Tous, ils l'avaient montré du doigt. Tous avaient ri quand il leur avait hurlé d'arrêter, d'arrêter de l'emmerder.* (Peut-être elle l'aurait grondé si elle savait qu'il disait des grossièretés.) *Et puis, la cloche avait sonné. Enfin libéré !)*

Il ouvre son cartable pour ensuite ouvrir ses cahiers. Il n'est que 17 heures. Combien d'heures jusqu'à demain matin ? Il s'en fout : il est si bien, au chaud, la bouche pleine de sucre et de chocolat, le son de la cocotte-minute qui chauffe et elle tout près de lui qui s'active à éplucher carottes et navets.

À la bonne heure

Valérie Mauny

- « Soyez-là à la bonne heure » qu'il me dit !

(Sans déconner, pourquoi est-ce que je serais là à la bonne heure pour venir lui déposer mon malheur !)

- Oui, bien sûr… La séance s'arrête là, c'est ça ? Mon temps est écoulé pour aujourd'hui ?

(Et lui, combien de temps, de minutes, de secondes il faut qu'il écoule pour le retrouver mon bonheur ?!! Tiens, c'est quoi ce nouveau coussin ?)

Ça y est, nouvelle fin de séance, j'suis de nouveau sur le pas de sa porte. Je m'arrête,

(J'l'aime bien ce coussin, il se tient bien.), je sens le goût amer de sa plaque dorée, comme si chaque semaine je plantais mes crocs dans cet alliage métallique pour m'accrocher à ses vis. *(Et cette couleur d'où vient-elle ? Pourquoi j'lai pas remarqué avant ?)*

Ah mes vices, mes galères, mes travers *(C'est la lumière, c'est ça ! ce rayonnement, la chaleur…)*, je les rassemble, je les convoque, pour qu'ils se livrent, qu'ils se dénoncent, qu'on en finisse. Un jour ils finiront par craquer ! *(Ça y est, ça me rappelle un chandail, celui de ma grand-mère !)*

De toute façon, c'est eux ou moi ! Soit, ils passent aux aveux, soit je finirai dans ce canapé de lin, seul. *(Je sens encore son parfum, moi blotti dans les mailles.)*

« D'la sale marmaille », j'ai entendu ça toute mon enfance *(Vivement la prochaine, j'ai hâte…)*, qu'est-ce qu'on fait avec des mots comme ça ? J'vous le demande moi ??!

Les mots c'est tout ce qu'il me reste *(Hâte de me blottir dans tes bras, attends-moi)*, et il faudrait que je les abandonne tous à l'autre !!!

(Crois-moi la semaine prochaine, je serai là à la bonne heure !)

On a tous des choses à cacher

Stéphanie Bara

(On a tous des choses à cacher : un matelas pourri, un chat crevé oublié, du polystyrène en décomposition…)

Où cacher ses peines ?
Où cacher ses joies ?
Comment faire un usage favorable
Des niches de la vie ?

(La vie n'est faite que de ça : des ruptures, des pauses forcées, des arrêts sur images de catastrophes, des bains de minuit, des pistes de ski sans neige…)

C'est dans les niches
Qu'il fait bon loger
Ses moments de joie pure
Ses heures d'intensité
Ses preuves de face à face avec la vie

(La vie, elle s'en fout de ce qu'on lui cache. Elle écrase tout à la fourchette : purée de bonheur, purée de malheur, écrasé de petits problèmes ordinaires, émietté de paroles sanguinaires, assiettée de reproches quotidiens…)

QUE CELUI QUI N'A JAMAIS RIEN REPROCHÉ À SON CHIEN ABOIE À LA LUNE !

Dans les chaleureuses niches de l'enthousiasme
Toujours se rouler dans l'herbe
De façon à ce que les vêtements prennent
La trace en charge
Une tâche d'herbe verte sur un vêtement blanc
C'est un souvenir heureux qui sèche
Créer un herbier de souvenirs
L'agiter le jour de la foire à l'oubli
La foire à l'oubli ?
La niche ultime !
Un fourre-tout qui fait feu de toute joie
On bourre tout
Là-dedans
Et puis plus rien

L'extase de la neutralité
Ni joie ni larme
La loi du milieu

QUE CELUI QUI N'A JAMAIS INCARNÉ UN SIGNE DE PONCTUATION SE ROULE DANS LA NEIGE !

À force de sourire dans des niches
Saturées de souvenirs
Il ne reste plus qu'à ouvrir des guillemets
Plus aéré, le guillemet
Laisse passer joie et peine dans les deux sens
Il crochète les événements
Comme un boxer
Le museau contre tes erreurs
Tes choix, tes hésitations
Il ne lâche plus

(Le guillemet se fout de tout, Ni ouvert ni fermé, On lui fait tout gober !)

QUE CELUI QUI N'A JAMAIS RESPIRÉ LE PRINTEMPS À TRAVERS UN GUILLEMET RENDE SON CHAT AU PREMIER QUI PASSERA !

En souvenir du présent

Maya Huguenin

La sagesse grisonnante du félin roi m'interpelle.

Se pourrait-il qu'il soit la réincarnation lointaine de ton visage oublié ?

(À ce moment-là, j'ignorais encore tout de toi. Non seulement de tes talents, mais aussi de tes visions.)

Il s'est déposé ici, comme une source tranquille. Il ne veut pas y croire non plus. Il va et vient.

(Sans doute que si j'avais su ce qui arriverait, j'aurais pris soin de cristalliser ce refuge en toi.)

Son âme rayonne comme un printemps pris de tremblements. Il est comme un soleil, à peu près à chaque instant.

(Comme il était facile d'oublier, comme il était facile de se tromper.

Mais comme il était facile de croire surtout ! À ce qui nous arrivait)

Subtil et nuancé, son regard propose une lecture silencieuse, presque sourde.

(Et voilà que je replonge, bruyamment, comme sous l'effet d'opiacées acres et fumantes. Vers où ? Vers toi ? Vers nous ?)

J'aime sa présence infidèle, ses attentes vibrantes. Tous les jours, nous dialoguons, à notre façon.

(Tout était si beau, trop peut-être ? Il y avait des liens patients qui s'installaient et nous portaient vers le large (comment être sûre que tout ça existait réellement ? Où commence l'illusion ? Est-ce que ça importe ? Mais surtout est-ce que ça nous apporte ? Ne serait-ce qu'un semblant de joie ?))

Je le regarde, il me toise. Sa tranquillité fugace et rassurante pourrait se déverser à chaque saison. Je m'y abreuve.

(Nous on peut dire que nous étions heureux. Heureux comme la pinède de chez toi, comme les dunes caillouteuses de chez moi.

On savait bien qu'un peu d'eau suffisait à nous faire éclore, l'un à l'autre, l'un vers l'autre)

Sans raison, sans comprendre, sans explications apparente, il disparait.

(Tout comme toi. Même si je ne m'en apercevais pas)

Il est où le bonheur

Christiane Fossois

Il est où ?

Le bonheur de posséder des bijoux, de voyager sous les tropiques, de rouler en Mercedes, de posséder une villa sur la côte ou de pouvoir s'acheter une Rolex.
(Une montre à 50 000 euros indique la même heure qu'une montre à 50 euros.)

On nous propose d'avoir quantités de choses, on nous fait croire que le bonheur c'est d'avoir, de l'avoir plein nos armoires nous murmure Souchon.
(Mais le bonheur est bien plus fort que tout ça.)

Il se cache souvent mais en le cherchant ou sans le chercher, il se trouve à nos côtés ; dans le chant d'un oiseau enchanteur, la douceur apaisante du soleil, le roulis des vagues, la délicatesse d'une coccinelle, le velours d'un papillon colorant nos vies, le doux parfum des fleurs des champs, les bisous câlineux des petits-enfants ?
(Le bonheur est aussi fragile que tout ça.)

Un sourire, un regard, une attention, un geste, une écoute, une parole, un silence, un amour, une amitié, une voix, une entraide, un partage. Il est partout.
(Et puis le bonheur se cache aussi en cet instant présent, ce moment de partage, d'écriture, que nous vivons ici et maintenant.)

La tentation du vide

Céline C.

Une légère brise maritime fait frissonner la surface de ma peau, doux rafraichissement aux parfums d'iode qui ravive mes souvenirs de vacances au bord de l'eau.
(Ça caille, j'aurais dû prendre un gilet. Je sens l'humidité de l'air s'accrocher à mes poils hérissés.)

Le sable trempé qui gratouille mes doigts de pieds, je marche là où les vagues de la mer montante viennent lécher la plage.
(Aïe, ça fait mal tous ces débris de coquillages ! Des miettes de bivalves, on ne peut même pas les ramasser pour en faire des colliers.)

L'étendue parfaitement lisse qui s'étire devant moi me rappelle le film *Le grand bleu* que j'étais allée voir enfant avec ma sœur et ma mère au Grand Rex. Un souvenir chaud comme une brioche, durablement ancré à ma chair.
(Nous avions fait la queue pendant 3h dans le froid et l'agitation parisienne. Debout, sans pouvoir s'asseoir ! On avait apporté des casse-croûtes et une gourde. Devant nous, des gens étaient là depuis la veille…)

La scène finale où le héros plonge dans les abysses pour rejoindre les dauphins avait grandement marquée la petite fille que j'étais.
(Euh pardon, mais c'est un suicide, il part rejoindre rien du tout, sauf la mort, le néant !)

Impossible pour l'apnéiste d'être heureux avec ses semblables, sur la terre ferme. Alors, il choisit de tout abandonner pour vivre dans l'élément où il se sent le mieux, l'immensité froide, silencieuse et sombre des profondeurs océaniques.
(Vu comme ça, ça en devient presque tentant ! Tu imagines, le calme infini, la plénitude du vide, les mystères d'un univers inexploré !)

Arrête !
(L'apaisement de la flottaison ; l'eau qui caresse chaque parcelle de ton corps, vient chatouiller tes narines et irriguer ta bouche. Et toi tu vacilles comme un poème dans ton subconscient. Toi tu souris comme un nourrisson à dé-naître.)

Arrête, j'te dis, arrête !
(La paix, enfin. Plus rien n'existe que les ondulations de ton corps, chatouillé par les algues et les poissons microscopiques. Ton sommeil éternel bercé par les cachalots à la verticale. Ta solitude barbotant au milieu des rêves collectifs.)

ARRÊTE !!!

(…)

Bon, je rentre, j'ai froid maintenant, et faim.
(Attends un peu, reste un peu ! J'ai envie de voir le soleil se coucher, saigner puis s'abîmer en mer. C'est si beau un coucher de soleil.)

Bribes de souvenirs

Clélia Maurizi

Un jour d'été, je devais avoir cinq ans, je crois *(j'ai cinq ans)*, j'ai vu quelque chose, une intense lumière *(quoi ? hallucination visuelle ? stupéfaction)*.

Un jour d'automne, je devais avoir dix ans (*je sais que j'ai encore dix ans*), j'ai croisé un regard énigmatique *(regard d'un vert intense, transperçant sur un visage sombre)*. J'ai toujours ce sentiment de stupéfaction en moi quand j'y pense.

Un jour *(hiver ou printemps… je ne me souviens plus)*, je devais avoir vingt ans *(un visage émacié sous une capuche ; tristesse)*.

Pourquoi je me souviens de manière intense de ces instants et pas de moments de bonheur ? Pourtant, curieusement, j'aime me rappeler ces souvenirs fragmentaires. Ils me questionnent, ils me choquent encore. Peut-être qu'ils m'ont fait prendre conscience de ce que peut être le bonheur. Une douce chaleur.

J'ai connu des moments de joie intense, pourtant *(folie complète)*. Je le sais, je les ai vécus, ressentis *(enfin, je crois) (je dois être complètement névrosée, oui… depuis ma plus tendre enfance* [sûrement, un peu, beaucoup, presque passionnément] *ou simplement lucide)*. Le bonheur est fugace. Il est intangible. Il faut l'attraper et sans repaître avec délectation *(quand il daigne montrer son visage)*.