

RECUEIL 2016

Maux *Croisés*

DES ATELIERS
D'ÉCRITURE
POUR RENFORCER
L'EXPRESSION
ET LA CONFIANCE



Sommaire

Introduction

1 / Jouer avec les mots

2 / Parler de soi

3 / Se souvenir, prendre du recul sur soi

4 / Imaginer, se projeter

Les auteurs des textes :

ACT AVIGNON :

Yves
Jean-Luc
Geneviève
Ludivine
Bruno
Sandrine
Éric
Rachid
Alain

PIAF BOLLÈNE :

Naïma
Malika
Arlette
Vanessa
Nathalie
Angélique
Maria
Salvine
Victoria
Maryam
Alain

PIAF ORANGE :

Armande
Dréfa
Jessy
Souad
Rafaël
Brahim
Anthony
Stéphanie
Frédéric
Alain

PIAF SORGUES :

Sabine
Angélique
Catherine
Sandra
Flora
Razika
Rose
Sylvie
Aurélie
Bénédicte
Didier
Alain

TRI POSTAL AVIGNON :

Denis
Chantal
Damien
Tatiana
Pierre
James
Djamèle
Sabrina
Saïd
Toni
Nordine
Marion
Sébastien
Mina
Alain
Nicolas
Hicham
Julien

Pour des personnes dont les parcours de vie ont laissé des blessures, de la méséstime, de la perte de confiance, écrire sur soi, parler de soi, en public qui plus est, représente une autre épreuve. Un autre défi en tout cas.

Cependant, dans ces ateliers d'écriture rien n'est obligé, rien n'est imposé. Les consignes d'écriture s'appellent d'ailleurs des «propositions». Elles s'adaptent au rythme des personnes et des groupes, à leurs capacités, leurs envies et leurs craintes.

Une «proposition» d'écriture donc, puis un temps individuel de rédaction, auquel participe systématiquement l'animateur, pour éviter la position surplombante ou voyeuriste... Et enfin une mise en commun, avec la lecture des textes par chacun de leurs auteurs. Le rôle de l'animateur est simple et important : il se doit d'instaurer une écoute et un respect inconditionnels des personnes et des textes produits. Le plus souvent, c'est tâche facile tant la vulnérabilité de chacun dans ce qu'il livre de lui, par ses textes et par ses paroles, est un sentiment partagé par tous et qui amène écoute et respect. L'une des magies des ateliers d'écriture réside dans cette « dynamique de groupe » qu'ils instaurent : parole individuelle, écoute collective, pas de jugement, attention et concentration provoquées par la rapidité et la variété des exercices. L'autre magie tient à leur dimension ludique : l'humour est souvent présent dans les textes produits, comme dans les consignes proposées. L'écrit peut permettre le « lâcher prise », le jeu, l'excès, l'imaginaire, mais aussi l'émotion, la poésie, la colère.

La dynamique des ateliers a enfin la plus importante des vertus : restaurer chacun dans ses capacités, parfois insoupçonnées.

Et donner à tous l'expérience de l'expression personnelle, de l'écoute attentive, respectueuse et bienveillante. La dignité et l'humanité passe par la parole authentique. Les textes que vous lirez ci-après mêlent ainsi des moments légers et des propos plus graves. Au commencement était le verbe pour reprendre une formule célèbre.

Que tous les participants soient remerciés d'avoir relevé et surmonté ce défi. Merci aussi au CRES Paca de nous avoir aidé à concevoir l'évaluation de ces ateliers.

Merci également aux deux financeurs de ce programme, l'Agence régionale de santé Paca et le Conseil départemental de Vaucluse, convaincus comme nous que la santé passe aussi, beaucoup, par la capacité d'expression, par le renforcement de la confiance, de l'estime de soi, de l'attention à l'autre, la gestion de ses émotions ...

Merci enfin à Laure BULTÉ, assistante du CoDES de Vaucluse, qui a tout mis en œuvre pour assurer une retranscription régulière de tous les textes écrits dans les ateliers et offrir ainsi un retour régulier et gratifiant aux participants.

Alain DOULLIER

Directeur du CoDES de Vaucluse, Animateur des ateliers d'écriture

Nous avons reçu ce petit texte de Michel LAGRANGE, écrivain, poète et professeur de littérature à Châtillon sur Seine et qui réagissait à la lecture du premier recueil de ces ateliers d'écriture « Maux croisés »...

J'ai pu pénétrer dans les textes du livret « Maux croisés ».
J'y ai pris un plaisir ému.

Quand on constate ce travail, ce défi contre les apparences, on ne peut que se sentir humble, en tant qu'écrivain ... On sent que ses propres démangeoisons sont un luxe d'intellectuel en même temps qu'une vocation irrépessible. Ce ne sont pas seulement des oisivetés, mais aussi une façon de faire face, d'affronter son propre mystère, avec plus de profondeur ou d'altitude peut-être, mais en bénéficiant d'un destin privilégié.

Il y a chez ces « écrivains » qui se disent, des lumières étonnantes, des vérités cruciales. « Surfer au milieu d'une énorme lune » ... « Suivre le bon chemin pour me magnifier » ... Il serait facile de rapprocher certaines trouvailles des succès des surréalistes. Comme quoi les plus blessés des deux ... « Qu'est-ce que l'éternité ? C'est apprécier une bonne tasse de thé. » Tout est – bien – dit dans ce quasi haïku. Ils ont tout perdu sauf la raison d'écrire en vérité ...

Les poèmes de Sylvie, Sandrine, Jacques sont beaux car ils émeuvent.
« Je ne voudrais pas mourir avant mes animaux » est poignant et signe d'un grand cœur. Bref, il y a dedans beaucoup d'humanité, ce qui semble tellement manquer ailleurs, comme si ce trésor des humbles était un privilège à mériter.

En attendant, chapeau bas pour ces travaux, ces ateliers de création humaine ...

Tout le reste est littérature !

Michel LAGRANGE

1 / Jouer avec les mots :

Oser écrire, prendre confiance.

Acrostiches et anagrammes des prénoms (ou des noms)

Jean-Luc

J’aimerais être un animal marin (baleine ou dauphin)

Entre ciel et terre

Avec la peur de mourir échoué

Nul ne peut être au-dessus de la nature,

Loin des miens avec

Un avenir meilleur qui m’attend et avec de la

Chance peut être j’accomplirais mon destin.

Salvine

Soleil qui brille dans les cœurs

A faire sourire les enfants

Lune qui éclaire vos sommeils.

Vent qui chasse vos cauchemars.

Il y a tellement de bonheur

Nulle sait où ira le bonheur.

Et la joie de vivre des enfants

Arlette

Amour, contre ce monde de haine,

Réalité, cette peur de tous ces attentats,

Liberté, pouvoir exprimer son choix,

Egalité, être tous égaux sur cette terre,

Tranquillité, ne plus avoir peur du lendemain,

Terre, si elle pouvait être de paix,

Et si demain, le monde semait l’amour...

Angélique

Ange ou démon

Nul ne sait vraiment

Genre énervante par moments

Electrique mensuellement

Libre et parfois

Incontrôlable

Que pourrait-on faire pour l’améliorer

Unique en son genre.

Elle restera à jamais.

Alain

Avalanche

La neige

Atomise

Irrémédiablement la

Nuit.

Sandra

Sensible,

Anxieuse,

Néanmoins timide,

Démoniaque,

Rares,

Anges.

Aurélie

AURÉLIE / ELAURIE

Serait grande, elle aurait une trentaine d'années, elle serait maman, elle serait architecte. Elle aurait grandi sur les bords de la Méditerranée.

Avancer un peu plus chaque jour,

Un pied devant l'autre sans trébucher,

Relever la tête,

Etre sûres de nous,

Laisser les douleurs du quotidien derrière soi,

Insister encore un peu,

Et vivre chaque jour un peu mieux.

Bénédicté

Bonheur, bonheur,

Encore et toujours fragile,

Ne me laisse pas tomber,

Et n'oublie pas les autres.

Distribue tes pétales,

Irise chacun de nos pas,

Continue de faire grandir,

Ton souffle,

En chacun de nous.

Brahim

Bienveillant,

Réfléchi,

Attentionné,

Harassé par les

Immenses,

Malheurs du monde.

Dréfa

Durant l'atelier d'écriture, j'ai du mal à trouver l'inspiration,

Rien ne vient avant de longues minutes de réflexions,

Enfin, les idées sont là !

Finalement, ce n'était pas si compliqué,

Allez ! Prochain exercice.

Angélique

ANGÉLIQUE / NUAGILQUE

Je suis un ange qui vit sur un nuage et qui a une baguette magique pour enlever le malheur sur la terre.

Aimer, faire plaisir,

Nier souffrir,

Garder le sourire,

Elever pour mourir,

Laver le sourire,

Idée de partir,

Quémander un sourire,

Un jour courir.

Emotive à en rougir.

Armande

Avec cette pluie j'ai

Raté mon rendez-vous,

Mais je n'étais sûrement pas la seule.

Avec cette pluie, ou plutôt ce déluge, bien

Non je resterai à la maison,

Dans mon fauteuil au chaud,

Et j'espère pouvoir me reposer.

Mon regard se posa sur ce magazine,

Avec la photo du président je

Relis avec amusement,

Tout l'article parlant de sa vie,

Il était sûrement,

Notre président et là sur ce magazine il était,

En vacance avec

ZIDANE.

Pourquoi... Parce-que... Et donc !

(Un auteur écrit une question à laquelle un deuxième et un troisième auteur répondent sans lire la question !)

Angélique, Salvine et Alain

Pourquoi? Les oiseaux volent, les poissons nagent et l'homme marche.
Parce-que C'est la vie, c'est comme ça et pas autrement.
Et donc Nicolas Hulot a dit oui...
Pourquoi? Les nuages sont si hauts dans le ciel.
Parce que Tu es le plus grand.
Et donc La 9^{ème} planète existe bel et bien.

Catherine, Aurélie et Razika

*Pourquoi il y a-t-il tant de violence?
Parce-que la vie est faite comme ça.
Et donc il ne faut pas baisser les bras,
il faut avancer car pour chaque problème il y a une solution.*

Dréfa, Souad, Stéphanie

Pourquoi je n'y arrive pas?
Parce-que J'ai envie de voyager,
Et donc je préfère aller me promener et cueillir des fleurs.
Pourquoi tu ne marches pas vite?
Parce que les choses sont comme ça.
Et donc il faut prendre son mal en patience.
Pourquoi la vie est devenue trop dure?
Parce qu'il faut de la volonté pour y arriver,
Et donc ça arrange tout le monde.

Hicham, Pierre et Tatiana

*Pourquoi le rouge sur la joue des nuages?
Parce-que C'était lui, parce-que c'était elle.
Et donc voilà le signe et le cycle de la vie qui continue.*

Damien, Denis et Chantal

Pourquoi les feuilles attendent?
Parce-que lorsque se lève le vent, le temps rempli son vide.
Et donc je pèse mes mots.
Pourquoi prenons nous le large?
Parce-que le soleil anime les âmes abandonnées.
Et donc le mouvement continu encore et encore.

Si j'étais... je serais... ***Évidemment cela veut dire que !***

Jeu en trio : les trois participants écrivent en découvrant les productions de chacun qu'à la fin

Angélique, Arlette et Alain

Si j'étais un rêve,
Je serais une hirondelle qui parcourait le monde,
Évidemment cela veut dire que le patron a encore mal fait son boulot.
Vanessa, victoria et Angélique :
Si j'étais un ours,
Je serais un bout en train,
Évidemment cela veut dire qu'il que la vie vaut d'être vécue.

Aurélie, Sandra, Razika

*Si j'étais un arc en ciel,
Je serais la voiture qui conduira tout le monde vers la lune.
Évidemment cela veut dire que la paix et la tranquillité vont se rejoindre.*

Nicolas, Sébastien et Denis

Si j'étais un super héros,
Je serais dans le futur,
Évidemment cela veut dire que l'hippodrome étant inondé et les jockeys ne savant pas nager se fut une course de cas Noé.
Si j'étais un pays,
Je serais je serais beau,
Évidemment cela veut dire que la boulangère ayant préféré le garagiste, la dépanneuse livrait le pain.
Denis, Alain, Nicolas
Si j'étais, un ballon sonde au milieu des cumulus,
Je serais une larme sur ta joue,
Évidemment cela veut dire que je suis une tortue Ninja.

Sébastien, Denis, Marion

Si j'étais riche,
Je serais un cheval perdu au milieu des vaches Normandes,
Évidemment cela veut dire que je serais heureuse.

Alain, Julien, Chantal

*Si j'étais un oisillon tombé du nid,
Je serais libre de me promener rue de la Rep,
Évidemment cela veut dire que le soleil brille après l'orage.*

Imaginer la définition d'un mot caché et apporter une conclusion, jeu en trio

Aurélie, Flora, Bénédicte

Qu'est-ce qu'une horloge?

C'est un outil utile pour la compréhension des relations humaines.

Ce qui fait que je n'ai pas beaucoup d'inspiration.

Angélique, Sandra, Sylvie

Qu'est-ce que le racisme?

C'est la colère de la terre qui nous punie de nos fautes.

Ce qui fait que le jour où j'aurais trouvé un travail qui m'aidera à avancer dans la vie.

Brahim, Jessy, Dréfa

Qu'est-ce que l'amour ?

C'est la vie

Ce qui fait que ça permet d'avoir du temps libre.

Qu'est-ce que le terrorisme ?

C'est trop compliqué à expliquer.

Ce qui fait que nous pouvons aller au bout des choses.

Tri Postal Avignon

Qu'est-ce que la Paternité ?

C'est le bruit de l'eau cognant sur les falaises.

Ce qui fait que le petit chaperon rouge va avoir quelques problèmes.

3 mots qui me sont chers

(Et qu'utilise un autre participant de l'atelier pour en faire un petit texte)

Arlette

Rire - Aimer - Danser

J'aime entendre rire les gens heureux, j'aime voir danser les oiseaux dans le ciel, symbole de liberté, j'aime tout simplement aimer, au passé, au présent et au futur...

Aurélie

JAZZ - DÉGUSTATION - MIROIR

Je suis entrée dans ce pub, réputé pour la musique qu'il passe, cette ambiance JAZZ me plaît beaucoup.

En plus ce jour-là il faisait une dégustation de bière de différents goût et différentes couleurs.

La soirée fini, en partant je passe devant un miroir et je remarque que la dégustation a été bonne...

Didier

AIMER - AMITIÉ - FAMILLE

On choisit ses amis mais pas sa famille, cela n'empêche pas d'aimer tout le monde.

Alain

AMOUR – NERVEUX - ORLANNE

Orlance regarda l'amour de sa vie. Il s'appelait HASSAN et il sentit son regard comme une responsabilité nouvelle qui le rendit nerveux. Mais il lui offrit son plus beau sourire.

Jessy

OUF – MERCI – NÉNUPHAR

Ouf je viens de voir une grenouille sur un nénuphar, le plus drôle c'est qu'elle m'a dit merci.

Geneviève

Amour – Caresse – Musique

La vie pour moi doit être pleine d'amour et de confiance comme une note de musique qui sonne juste. C'est comme une caresse qui vient d'un enfant et qui ne triche pas, qui est sincère...

Anagrammes *(Des noms et des prénoms)*

MARIA / ARIAM

C'est une petite fille qui rêve d'un meilleur monde pour que les gens s'aiment qu'ils se donnent beaucoup d'amour.

ARIAM a grandi, elle est maman.

Elle a appris à ses enfants ce qu'était l'amour, le respect et surtout d'être gentil. Puis la petite ARIAM a grandi mais a surtout réalisé son rêve, elle a appris même si ce n'est pas ce monde, enfin, c'est son monde à elle.

NATHALIE / ATHIALEN

ATHIALEN venu du futur pour sauver la race humaine du chaos. Cet homme génétiquement modifié possède des yeux aux fonctions surhumaines : capacité à traverser la matière, vision à plusieurs kilomètres et lasers pouvant détruire une cible en une fraction de seconde. Doté d'autres pouvoirs extralucides, il peut lire dans vos pensées et changer d'apparence pour se fondre dans le paysage. Parviendra-t-il à nous sauver ...?

VICTORIA / TORIAVIC ou RIATOVIC

TORIAVIC est une personne qui rêve qu'elle vit en Afrique.

Elle aurait une maison immense où elle ferait la classe à des enfants noirs.

Ils pourraient apprendre à lire et écrire au lieu de trainer dans les bidonvilles et travailler comme des adultes.

Être seulement des enfants...

ANTHONY / ANYTHON

ANYTHON Est né le 11/10/1986,

il travaille comme chauffeur livreur en petite messagerie.

ANYTHON est sérieux, travaille seul.

Il a une femme, une fille et une voiture. Enfin quoi il est en place.

Tous les ans il part en famille à la montagne pour faire du parapente.

Poursuivre la première phrase d'un roman célèbre (INCIPIIT)

Jean-Luc

*Voyage au bout de la nuit (1932),
Louis-Ferdinand Céline*

« Ça a débuté comme ça ».

Un matin du mois de mai, le temps était merveilleux, j'eus l'idée d'aller cueillir des cerises, en accord avec ma mère afin de pouvoir réaliser des gâteaux. Je me rendis chez mes voisins, et là je vis un cerisier garni de belles cerises. Prenant mon courage à deux mains, je suis monté dans cet arbre bien accessible. Commençant ma cueillette et m'apercevant que mon sac était bien rempli, j'ai décidais de descendre avec confiance je mis mes deux pieds sur le tronc bien plat et j'ai décidais de sauter.

Mais quelle fut ma réaction une fois arrivé en bas ! J'essaie de me relever et avec stupéfaction je me suis aperçu que je m'étais brisé la jambe. Après cette péripétie, le cauchemar venait de débuter. De bloc en bloc opératoire et d'une année à l'autre je ne voyais plus la fin de ce voyage pour devenir un être, afin de pouvoir remarquer comme n'importe quelle personne...

Angélique :

Cent ans de solitude (1967) Gabriel Garcia Marquez

« Bien des années plus tard, face au peloton d'exécution, le Colonel Auréliano Buendia devait se rappeler ce lointain après-midi au cours duquel son père l'emmena faire connaissance avec la glace ».

Il devait avoir 10 ans, c'était l'âge où les enfants devenaient des hommes selon son père.

Dans ces pays glacials les accidents étaient vite arrivés, son père devait s'assurer que son fils aîné devait maîtriser l'art de la pêche et de la chasse pour nourrir toute la fratrie au cas où il mourrait.

Il l'emmena sur un lac gelé, avec les chiens de traîneaux pour lui apprendre à pêcher. Il creusa la glace pour pouvoir y installer les cannes à pêche. Mais rien ne se passa comme prévu.

La glace se fissura et le jeune Auréliano tomba dans l'eau glaciale.

Son père, non sans peine, réussit à le sortir de là.

Il failli mourir ce jour-là déjà mais il s'en était sorti.

Un regain d'énergie le prit, il se dit que ce ne serait pas aujourd'hui qu'il allait mourir. Et tel un Zorro, il réussit à s'échapper du peloton d'exécution, enfourcha son cheval et s'enfuit là où personne ne le retrouva jamais.

Victoria

Aden Arabie (1931), Paul Nizan

*«J'avais vingt ans. Je ne laisserai
personne dire que c'est le plus bel âge de
la vie».*

Sylvie avait vingt ans, aucune certitude
dans la vie, toujours commandée,
quoiqu'elle dise.

Cette fille mal dans sa peau et
extrêmement timide allait être mariée et la
voilà mère d'un petit garçon. D'ailleurs elle
n'aime que ce bébé. C'est pour cela qu'un
jour elle abandonne le cocon familial pour
je ne sais où. Désespérée, traumatisée, vie
ratée, elle attend des jours meilleurs. Mais
combien de temps ? Elle a déjà 46 ans ! A
quand le bonheur ?

Poème à compléter

*D'après Roger Bernard, Mes parts
semblables, Seghers.*

Angélique

Dans la braise il y a... le bord de la falaise,
Dans l'année il y a... un évènement sacré,
Et dans l'azur ... on y voit mon futur.
Dans la brume il y a... mon amertume,
Dans l'amour il y a... ta présence toujours,
Et dans le sang... celui de ma maman.
Dans la peine il y a... mes veines,
Dans le feu il y a... la couleur de tes yeux,
Et dans la vie... la joie de l'infinie.
Et dans L'homme il n'y a qu'un poème de
joie.

Aurélie

*Dans la braise il y a... le rouge intense
de la passion,
Dans l'année il y a... des mois et des
saisons,
Et dans l'azur ... le bleu profond des
océans.
Dans la brume il y a... un flou
persistant,*

*Dans l'amour il y a... la vie des enfants,
Et dans le sang... la mémoire de nos
parents.*

*Dans la peine il y a... des larmes,
Dans le feu il y a... des flammes,
Et dans la vie... rien n'est écrit.*

*Et dans L'homme il n'y a qu'un poème
de joie.*

Denis

Dans la braise il y a... le poids de
l'absence,
Dans l'année il y a... les jours d'abstinence,
Et dans l'azur ... l'horizon immense.
Dans la brume il y a... un sac rempli de
doute,
Dans l'amour il y a... un espoir qui suit sa
route,
Et dans le sang... les larmes d'une déroute.
Dans la peine il y a... un champ de
coquelicots.
Dans le feu il y a... la chaleur de tes mots,
Et dans la vie... le ridicule des sots.
Et dans L'homme il n'y a qu'un poème de
joie.

2 / Parler de soi... Questionnaire de Marcel Proust

Rachid

Ma vertu préférée.

L'amour de l'autre.

La qualité que je préfère chez un homme.
Le partage.

La qualité que je préfère chez une femme.
L'échange.

Ce que j'apprécie le plus chez mes amis.
L'honnêteté.

Mon principal défaut. Têtu même borné...

Mon occupation préférée. Le bricolage.

Mon rêve de bonheur. Une famille.

Quel serait mon plus grand malheur? Ne
pas partir en paix.

Ce que je voudrais être. Ce que je suis...

Le pays où je désirerais vivre. Ici c'est bien

mais cela pourrait être mieux.
Ce que je déteste par-dessus tout. La méchanceté gratuite.
Le don de la nature que je voudrais avoir. Parler aux animaux.
Comment j'aimerais mourir. En paix...
État d'esprit actuel. Cool...
Fautes qui m'inspirent le plus d'indulgence. Toutes, car tout peut être pardonnable.
Ma devise. Avancer.

Vanessa

Ma vertu préférée. Ma fidélité.

La qualité que je préfère chez un homme. Sa gentillesse.
La qualité que je préfère chez une femme. Sa force d'affronter les choses.
Ce que j'apprécie le plus chez mes amis. Qu'ils aiment faire la fête.
Mon principal défaut. Ma timidité.
Mon occupation préférée. L'ordinateur.
Mon rêve de bonheur. Partir habiter en Espagne.
Quel serait mon plus grand malheur? Perdre ma famille.
Ce que je voudrais être. Un chat.
Le pays où je désirerais vivre. Espagne.
Ce que je déteste par-dessus tout. L'hypocrisie.
Le don de la nature que je voudrais avoir. Guérir tous les animaux de la nature.
Comment j'aimerais mourir. Dans mon sommeil.
État d'esprit actuel. Vide.
Fautes qui m'inspirent le plus d'indulgence. Une petite dispute.
Ma devise. Être forte pour mieux se relever.

Sabine

Ma vertu préférée. La tolérance

La qualité que je préfère chez un homme. La sensibilité.
La qualité que je préfère chez une femme. L'indépendance.
Ce que j'apprécie le plus chez mes amis. L'écoute et le réconfort.
Mon principal défaut. Ma timidité.
Mon occupation préférée. La décoration intérieure, la rénovation.
Mon rêve de bonheur. Une vie harmonieuse et heureuse.
Quel serait mon plus grand malheur? Le mal de mes enfants.
Ce que je voudrais être. Épanouie, heureuse et indépendante.
Le pays où je désirerais vivre. J'aime mon pays, la France.
Ce que je déteste par-dessus tout. La prétention, l'intolérance et la moquerie.
Le don de la nature que je voudrais avoir. Prévoir l'avenir,
pour éviter bien des chagrins.
Comment j'aimerais mourir. En dormant.
État d'esprit actuel. Bien dans ma peau.
Fautes qui m'inspirent le plus d'indulgence. La nécessité.
Ma devise. Être heureuse.

Razika

Ma vertu préférée. Le respect.

La qualité que je préfère chez un homme. Responsable.

La qualité que je préfère chez une femme. Courageuse.

Ce que j'apprécie le plus chez mes amis.

Quand ils sont près de moi dans les moments difficiles.

Mon principal défaut. Stressée.

Mon occupation préférée. Mon enfant.

Mon rêve de bonheur. Réussir ma vie et celle de mon fils.

Quel serait mon plus grand malheur? Perdre mon enfant.

Ce que je voudrais être. Capable.

Le pays où je désirerais vivre. En France.

Ce que je déteste par-dessus tout. Le mensonge.

Le don de la nature que je voudrais avoir. Être proche de mon dieu.

Comment j'aimerais mourir. Chez moi quand je suis en priant.

État d'esprit actuel. Manque de confiance.

Fautes qui m'inspirent le plus d'indulgence.

Ma devise. Justice.

Aurélié

Ma vertu préférée. La compréhension.

La qualité que je préfère chez un homme. La fidélité.

La qualité que je préfère chez une femme. La gentillesse.

Ce que j'apprécie le plus chez mes amis. L'écoute.

Mon principal défaut. Impatiente.

Mon occupation préférée. Ma fille.

Mon rêve de bonheur. La santé.

Quel serait mon plus grand malheur? Perdre ma fille.

Ce que je voudrais être. Maman une 2^e fois.

Le pays où je désirerais vivre. En France.

Ce que je déteste par-dessus tout. La bêtise humaine.

Le don de la nature que je voudrais avoir. Le pouvoir de guérison.

Comment j'aimerais mourir. En dormant.

État d'esprit actuel. Stressée.

Fautes qui m'inspirent le plus d'indulgence. L'oubli.

Ma devise. Vivre au jour le jour.

J'aime... Je n'aime pas

Ludivine

J'aime Les animaux, je n'aime pas les rongeurs.
J'aime La vie, mais je n'aime pas la maladie.
J'aime Rêver mais je n'aime pas me réveiller.
J'aime comprendre, mais je n'aime pas échouer.
J'aime Ma fille, bien sûr, mais je n'aime pas les caprices.
J'aime L'entraide mais je n'aime pas l'égoïsme.
J'aime Ma famille et mes amis, mais je n'aime pas les faux semblants.
J'aime La franchise et je n'aime pas le mensonge.
J'aime la taquinerie mais pas la moquerie.
J'aime Aussi les absents, je n'aime pas l'oubli des sentiments.
J'aime Le café chaud partagé. Je n'aime pas le café froid même s'il est partagé.
J'aime Les bonnes nouvelles inattendues, je n'aime pas les mauvaises nouvelles même prévisibles.

Arlette

J'aime La chaleur du soleil qui réchauffe mon cœur.
J'aime Respirer l'air frais au sommet d'une montagne et m'ennivrer de l'odeur des pins.
J'aime Le chant des oiseaux qui étouffe le bruit des villes.
Je n'aime pas Le mensonge et l'hypocrisie des gens qui font souffrir les autres.
Je n'aime pas La pluie, Les nuages qui cachent le soleil et qui assombrissent la journée.

Souad

J'aime Mes enfants,
Je n'aime pas Les bêtises,
J'aime Manger,
Je n'aime pas grossir,
J'aime Les animaux,
Je n'aime pas les serpents,
J'aime Travailler,
Mais je n'aime pas travailler toute la semaine,
J'aime La tranquillité,
Je n'aime pas La solitude,
J'aime Acheter une voiture,
Je n'aime pas qu'elle tombe en panne,
J'aime La ville d'Orange,
Mais je n'aime pas les moustiques,
J'aime L'électricité,
Mais je n'aime pas les grosses factures,
J'aime Le début de mois,
Mais je n'aime pas la fin.
James :
J'aime la liberté,
J'aime le respect.
Je n'aime pas et je déteste être enrhumé,
Je n'aime pas être contrarié.

Naima

J'aime

Manger.
Danser.
Mes enfants.
Sortir.
L'été.
Écouter de la musique.
Me retrouver avec ma cousine
et faire les folles.
Les Kinders.

Je n'aime pas

Mon ex-mari
Les hypocrites.
Les mensonges.
Rester seule sans mes enfants.
Le mauvais temps, c'est déprimants.

CV imaginaires

(Ils mêlent réel et imaginaire)

Ludivine

Nom : NOAH

Prénom : Salomé

Date et lieu de naissance : 27 avril au Jardin d'Eden

Les métiers que vous avez exercés :

Chanteuse dans la chorale des « casseroles trouées ».

Créatrice de bonheur à la maison de retraite des aînés.

Veilleuse de beaux rêves auprès des petits anges.

Les formations que vous avez suivies :

CAP bonheur.

BEP bonne humeur.

BAC PRO sourire.

BTS chipie.

Ce que vous savez faire – Qualités / Compétences :

Je sais faire des pâtes et c'est bien pratique.

Elles sont cuites comme en Italie et ont le goût de celles des grands-mères aimantes.

Je sais aussi faire le clown pour faire disparaître les gros chagrins.

Écouter les personnes pour les faire exister.

Dessiner des sourires sur les visages usés.

Les livres que vous avez écrits :

« Ma vie commence aujourd'hui, et la tienne ? »

« Le verre est plein, c'est toi qui le vide ».

Les réalisations dont vous êtes fier :

Un bonhomme en pâtes de 18 mètres et j'ai tout mangé avec mes copains en un repas.

J'ai créé le mythe des enfants sages.

Votre projet professionnel :

J'aimerais être tout simplement là pour que mes compétences et mon savoir vienne à vous, je vais naître un jour.

Angélique

Nom : VENANCI

Prénom : Angélique

Date et lieu de naissance : le 4 mai 1974 à Bordeaux

Les métiers que vous avez exercés :

Sage-femme

Magicienne.

Les formations que vous avez suivies :

Bac au soutien sentimental.

Ce que vous savez faire – Qualités / Compétences :

Aider, écouter et soutenir.

Les livres que vous avez écrits :

1000 astuces pour vivre longtemps.

Vos souvenirs professionnels marquants :

La naissance de mon neveu et de ma nièce.

Votre projet professionnel :

Propager la joie de vivre dans le monde entier.

Rafaël

Bonjour, je me présente, je m'appelle Rafael CALIVER, né dans la gueule d'un crocodile sur la côte du Groenland, j'ai fait une formation de dresseur de poule. Les métiers que j'ai pu faire ont été avocats, présentateur télé et pilote F1.

Mes qualités sont que je fais bien les pâtes et les steaks « Charal ». J'ai écrit un livre sur la création du monde. Mes souvenirs marquants sont que j'ai gagné le championnat du monde de Formule 1 et j'ai sauvé un condamné car il n'avait pas tiré la chasse. Mon projet professionnel est d'aller sur la lune.

Armande

Nom : MARTINEZ

Prénom : Armande

Date et lieu de naissance : le 01/12/1853 Angleterre

Les métiers que vous avez exercés :

Reporter, Aventurier

Les formations que vous avez suivies :

Aucune

Ce que vous savez faire – Qualités / Compétences :

Dégourdie et débrouillard.

Les livres que vous avez écrits :

Sur la vie des dinosaures et du passé au futur.

Vos souvenirs professionnels marquants :

Quand j'ai pris un bébé dinosaure dans mes bras.

Votre projet professionnel :

Voyager dans l'espace.

Frédéric

Nom : MASSON

Prénom : Frédéric

Date et lieu de naissance : le 04/06/1993 à Fontainebleau

Les métiers que vous avez exercés :
Footballeur

Ce que vous savez faire – Qualités / Compétences :
Être en équipe. Forme et endurance.

Les livres que vous avez écrits :

Harry Potter, 20000 lieues sous les mers, la gloire de mon père
et le château de ma mère.

Vos souvenirs professionnels marquants :

Le mariage d'un de mes collègues en plein travail et être son témoin.
Votre projet professionnel :
Réussir dans ma vie.

J'aimerais, mais parfois non... Je n'aimerais pas, mais parfois si...

Aurélie

J'aimerais que tout soit parfois bien et que je me sente épanouie dans tous les domaines... Mais parfois non.

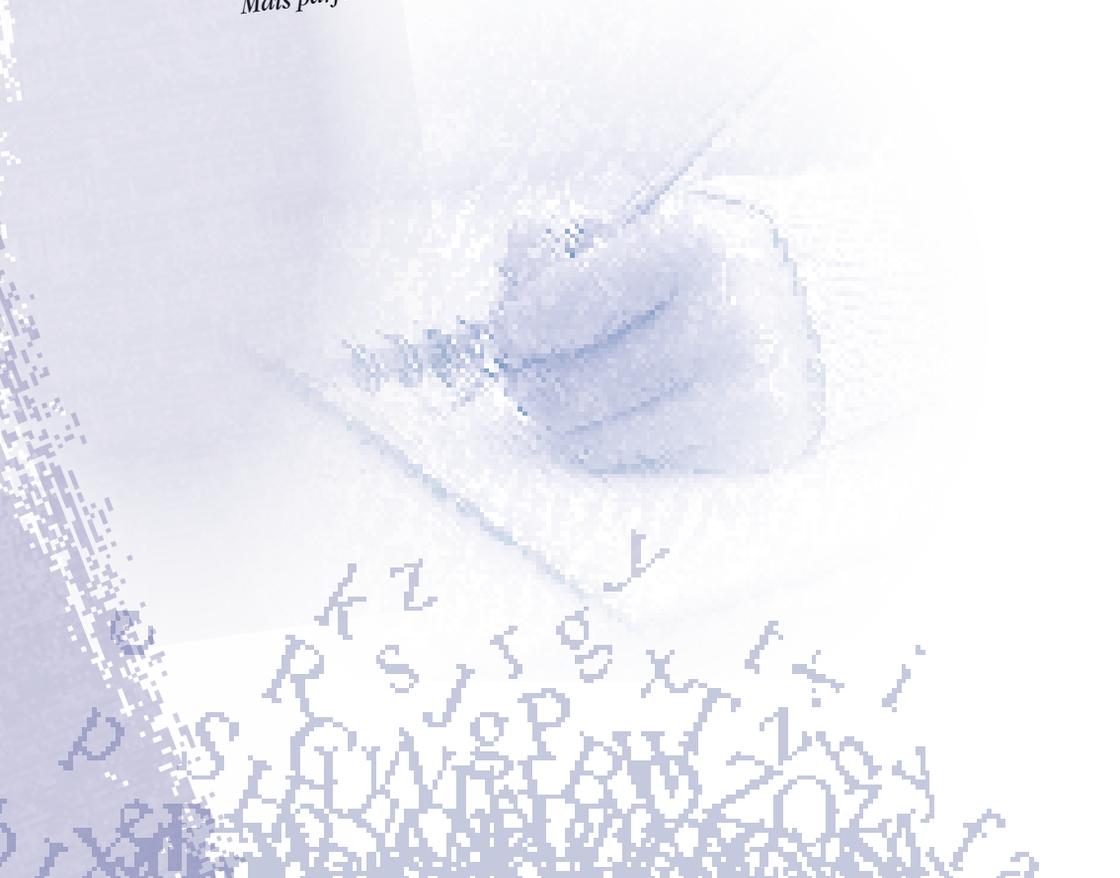
Je n'aimerais pas que l'on me laisse de côté comme une âme en peine... Mais parfois si.

J'aimerais faire des choses de ma vie... Mais parfois non.

Je n'aimerais pas qu'on ne fasse rien... Mais parfois si.

Razika

*J'aimerais être tout le temps gentille...
Mais parfois non car il y en a qui profitent bien de ma gentillesse.
Je n'aimerais pas que l'on me critique pour ce que je fais...
Mais parfois si pour éviter de refaire les mêmes fautes.*



Pour mes 100 ans

Bénédicte

Pour mes 100 ans, je ne serai plus sérieuse,
Pour mes 100 ans, je chanterai faux et je danserai en vrac,
Pour mes 100 ans, je déclarerai l'amour obligatoire en tout lieu,
Pour mes 100 ans, je ne voudrai rien, libre, sans contrainte, sans devoir, sans mot faux,
Je serai ainsi pour mes 100 ans.
Pour mes 100 ans, ma maison sera ouverte aux hommes, aux femmes, aux enfants qui
passent, à la poussière,
Aux 4 vents.
Pour mes 100 ans, la tête fera bien ce qu'elle voudra.
Pour mes 100 ans je commencerai par le dessert.

Sylvie

Pour mes 100 ans :
Attendre la mort sans souffrir,
Faire un voyage,
Je voudrais réunir ma petite famille,
Voir mes petits-enfants et arrières petits-enfants pour leur dire que je les aime avant mon
dernier souffle.
Je voudrais voir la mer avant de m'éteindre pour toujours.

Naima

Pour mes 100 ans :
Je voudrais être encore en vie.
Avoir encore mes grands-parents auprès de moi sachant qu'ils ont 70 ans passé, ce qui
est donc impossible.
Être encore aussi fraîche qu'une perche.
Pouvoir encore croquer des pommes.

Je voudrais être... Je suis... J'ai été...

Bénédicte

Je voudrais être :
Un paysage tout en harmonie et rondeur,
Un cri de colère brut,
Celle qui fait naître l'espérance.
Je suis :
Un cahier de brouillon,
Un animal errant,
Une funambule optimiste.
J'ai été :
Une aventurière inlassable,
Un bloc de granit sans fissure, ni prise,
Un rêve éveillé, loin du bruit des hommes.

Bruno

Pour mes 100 ans :
J'aurai perdu toutes mes dents.
Je ferai de la trottinette.
Je réaliserai tous mes fantasmes.

Sandra

Je voudrais être un chat, je suis humaine, j'ai été obèse.
Je voudrais être une route, je suis à PIAF, j'ai été un stylo.
Je voudrais être de l'eau, je suis vide, j'ai été un gobelet.
Je voudrais être le soleil, je suis la lune, j'ai été la terre.
Je voudrais être bébé, je suis adulte, j'ai été vivante.
Je voudrais être heureuse, je suis triste, j'ai été dans la joie.

Je suis heureux / heureuse quand... J'ai peur de...

Geneviève

*Je suis heureuse quand je n'ai plus de problème de santé,
Je suis heureuse quand je parle avec ma petite fille,
Je suis heureuse quand je vois des gens heureux autour de moi,
Je suis heureuse quand je suis en famille autour d'un repas.
J'ai peur de l'orage,
J'ai peur de vieillir,
J'ai peur de la mort,
J'ai peur de la méchanceté des gens*

Didier

*J'ai peur de la guerre, de l'intolérance, de la méchanceté de l'ignorance.
J'ai peur des gens qui jugent sans connaître.
Je suis heureux quand on fait des barbecues entre amis, un apéro, une partie de pétanque, une promenade dans les bois, une partie de pêche et tout cela dans la bonne humeur et sans compétition.*

Denis

J'ai peur du temps qui s'enfuit,
J'ai peur du vide qui s'installe,
J'ai peur du regard de l'insensé,
J'ai peur de la parole de Narcisse,
J'ai peur du politique convaincu,
J'ai peur du nain jaloux,
J'ai peur quand tu reviens,
J'ai peur du temps qui s'enfuit,
Je suis heureux quand le temps s'arrête,
Je suis heureux quand sur le vide je m'appuie,
Je suis heureux quand Narcisse déraile,
Je suis heureux quand le politique atterrit,
Je suis heureux quand le nain s'aplatit,
Je suis heureux quand tu t'en vas.



Djamèle

J'ai peur de la page blanche,
J'ai peur de décevoir,
J'ai peur quand je flanche,
J'ai peur des au-revoir,
J'ai peur de moi-même,
J'ai peur de la haine,
J'ai peur qu'elle se déchaine,
J'ai peur de ne plus dire je t'aime.
J'ai peur tout court,
J'ai peur sans le savoir,
J'ai peur d'être sans amour,
J'ai peur du trottoir.
Je suis heureux quand tu es heureux,
Je suis heureux quand c'est ce qui me reste,
Je suis heureux c'est tant mieux,
Je suis heureux je sais c'est con,
Je suis heureux ah que c'est bon,
Je suis heureux quand tu m'aimes.

Nordine

*J'ai peur du prolongement de la normalité qui pourrait me plonger dans la folie,
J'ai peur de mes angoisses,
J'ai peur de retourner dans ma vie passée,
J'ai peur des femmes,
Je suis heureux quand je suis avec mon fils,
Je suis heureux quand je suis avec maman,
Je suis heureux de partager ce moment avec vous,
Je suis heureux de ne pas être à la dérive.*

Sabrina

J'ai peur de faillir,
J'ai peur de me tromper,
J'ai peur de chuter,
J'ai peur de trop d'amour,
J'ai peur des conflits,
J'ai peur de la solitude,
J'ai peur de moi-même,
J'ai peur des autres parfois,
J'ai peur de ne pas avoir ma place dans ce monde,
J'ai peur d'être trop utopiste,
J'ai peur d'être trop sensible et empathique,
J'ai peur de ne pas être à la hauteur.
Je suis heureuse quand je suis entourée des gens que j'aime,
Je suis heureuse quand je refais le monde avec mes amis,
Je suis heureuse quand je réussis à surmonter une peur,
Je suis heureuse quand le soleil brille au petit matin,
Je suis heureuse quand j'achève un travail qui me semblait insurmontable,
Je suis heureuse quand le chat n'est pas là et que les souris dansent,
Je suis heureuse quand je fais des rencontres spontanées qui me font voyager.
Je suis heureuse souvent et pour pas grand-chose.

Sandra

J'ai peur de ne pas réussir ma vie.
J'ai peur de mon opération de la peau.
J'ai peur de ne plus revoir ma famille.
J'ai peur de l'accouchement.
J'ai peur de mon téléphone, que la personne à l'autre bout m'annonce une mauvaise nouvelle.
Je suis heureuse quand mon copain me dit : « je t'aime ».
Je suis heureuse quand le soleil se pose sur ma peau.
Je suis heureuse quand mes nièces me disent : « tatie je t'aime ».
Je suis heureuse quand je vois mes amis à PIAF.
Je suis heureuse quand on fait de bonnes soirées.

Sylvie

J'ai peur de ne pas savoir ce que sera la vie.
J'ai peur dans les années avenir, ne plus avoir mon copain à mes côtés.
Je suis heureuse quand mes enfants sont prêts de moi et que l'on soit complice.

3 / Se souvenir, prendre du recul sur soi,

Je me souviens...

Angélique

Je me souviens de la passerelle de Lez où l'on passait à pied pour aller à la fête foraine.
Je me souviens de la douce odeur de ma grand-mère et du caractère grognon de mon grand-père.
Je me souviens de mes vacances dans le Loir et Cher où l'on avait fêté le 14 juillet à la mairie.
Je me souviens de la bonne odeur du café quand je passais la porte de chez ma mamie.
Je me souviens des bonnes soirées dans mon garage, avec ma sœur et mes amies.
Je me souviens de la délivrance, la joie et l'amour quand j'ai tenue et vue mes enfants pour la première fois.

Malika

Je me souviens de ma grand-mère, de son sourire et de ses câlins.
Je me souviens de ma tristesse quand j'ai perdu ma grand-mère.
Je me souviens de la première fois où j'ai pris l'avion et que j'ai quitté l'Afrique pour la France.
Je me souviens de ma joie quand je suis allée au Maroc revoir ma famille.
Je me souviens de l'Afrique.

Nathalie

Je me souviens de la diffusion des premiers jours sur la lune à la télévision en noir et blanc.
Je me souviens des étés caniculaires de mon enfance, où les cigales s'en donnaient à cœur joie.
Je me souviens du jour où je me suis amusée à faire des petites couettes à mon père et qu'il est parti travailler avec.
Je me souviens des soirées festives, de l'insouciance de mes années étudiantes.
Je me souviens quand j'allais garder les brebis avec ma grand-mère et que je m'inventais des histoires avec mon bâton et bottes de sept lieux...

Sandra

Je me souviens de la première fois que j'ai déménagée,
Je me souviens de de mon premier petit ami,
Je me souviens des jeux que je faisais avec ma grande sœur,
Je me souviens de mes nièces et mes neveux,
Je me souviens de toutes mes bêtises avant 30 ans,
Je me souviens qu'à chacun de mes anniversaires c'était la rentrée des classes.
Je me souviens de ma première fois,
Je me souviens de mes promenades avec chacune des personnes qui m'accompagnaient.
Je me souviens de toutes les fêtes,
Je me souviens et je me souviendrais toujours de toutes mes amies que j'ai connues ici à PIAF.

Sylvie

Je me souviens des naissances de mes enfants, c'était un moment magique et inoubliable.
Je me souviens de mes vacances à Villars de Lans avec mes parents,
Je me souviens des bons moments passés en famille,
Je me souviens du temps où mon père était avec nous et de son doux visage,
Je me souviens le jour où j'ai rencontré mon copain,
Je me souviens de mon voyage en Espagne où j'ai passé une semaine magnifique, surtout quand j'ai rencontré sa famille pour la 1ère fois.

Razika

Je me souviens combien j'avais peur d'aller à l'école la première fois,
Je me souviens comment j'ai été apaisée quand j'allais pendant mes vacances de printemps chez mes grands-parents à la campagne, je montais en montagne, je courais dans les champs après les moutons, vache et je montais le cheval.
Je me souviens de ma douleur quand mon père est mort,
Je me souviens de ma peine quand je n'ai pas eu mon BAC.
Je me souviens de mon jour de mariage,
Je me souviens de ma joie à la naissance de mon fils.

Didier

Je me souviens des longues soirées d'hiver, devant la cheminée en famille.
Je me souviens des amis dont j'ai perdu la trace,
Je me souviens de ma 1ère canne à pêche qui pesait 15 kg,
Je me souviens de ma toute première voiture,
Je me souviens de mes toutes premières brasses dans la rivière qui longe le stade de foot,
Je me souviens de mon chien Vagabond,
Je me souviens de mes vacances au lac de la forêt d'Orient, j'avais 16 ans.

Les lieux de mon histoire...

Razika

Sabara Algérienne (Tassili):

C'est un massif montagneux au sud-est algérien, situé à côté d'une oasis qui s'appelle Djanel Illizi. C'est un paysage lunaire qui abrite l'un des plus importants ensembles d'art de peintures préhistoriques du monde.

Ses habitants sont des bédouins nomades. Ils sont connus pour leurs turbans bleus. Ils vivent d'élevages de chèvres, moutons, dromadaires et de commerces.

Didier

Troyes :

Là où j'ai passé une jeunesse formidable, près des Vosges, plein de rivières. Là où l'on se rencontrait entre amis(es). Les baignades, la pêche, les feux de camps, le camping sauvage, les cabanes dans les arbres, ramasser les champignons et les escargots.

Les lieux où j'ai dormi...

Rachid

Dans les toilettes.
Sur une plage pendant les vacances.
Dans un carton de machine à laver pendant l'hiver 1976.
Dans un bon lit aux « Orphelins d'Auteuil » ou « aux Compagnons d'Emmaüs ».
Dans une saxo pendant un stage pour handicapés à Marseille.
En un instant sur une chaise devant mon assiette.
Au cinéma alors que le film me plaisait.
Pendant un examen à l'hôpital.
Dans le train, mais ayant loupé mon arrêt et me retrouver à Grandville.
Sur une bouche de métro à Paris.
Dans un garage puni par mon père.
Sous un arbre par grosse pluie.

Geneviève

Sous une tente.
Dans une caravane.
Dans un champ, à la belle étoile, j'étais avec mes parents, j'avais 9 ans.
A la ferme.
Sur la plage avec une bande de copains.
Dans un train pour aller visiter le musée du Commandant Cousteau à Monaco.
A l'hôtel.

Rose

C'était une plage de Cassis, il y a 30 ans. J'ai eu la chance d'y dormir en été, il faisait bon, dieu merci. Car pour un temps elle est devenue ma demeure. Je garde beaucoup d'émotion de ce souvenir qui malgré la situation précaire dans laquelle je me trouvais et encore source de sourire, d'insouciance et de jeunesse. Et puis... N'oublions pas la beauté de cette demeure que m'a offert pour un temps le ciel de méditerranée.

Sylvie

Au bord de la plage.
Chez mes grands-parents.
Dans mon lit avec mon copain, chez moi.

Catherine

Chez moi dans mon lit.
A la mer dans ma caravane pendant les vacances.
En vacance en Alsace, chez la famille.
En toile de tente à la mer.
En camping dans un car / camion aménagé.

4 / Imaginer, se projeter...

Portrait chinois

Si j'étais... je serais

Geneviève

Si j'étais un objet je serais une tasse.
Si j'étais un animal, je serais une hyène, pour rire toute la journée.
Si j'étais un arbre, je serais un chêne.
Si j'étais une voiture, je serais une deux chevaux.
Si j'étais un plat je serais un gratin dauphinois.
Si j'étais un âge, je serais 20 ans.
Si j'étais un enfant je serais calme.
Si j'étais un caractère, je serais bon.

Dréfa

*Si j'étais une fleur, je serais une rose pour son parfum et ses épines,
Si j'étais un jouet, je serais un jeu éducatif pour joindre l'utile à l'agréable,
Si j'étais une qualité, je serais l'altruisme,
Si j'étais une femme, je serais ma mère,
Si j'étais une planète, je serais la terre pour son hospitalité,
Si j'étais une région, je serais la Provence sans mistral,
Si j'étais un personnage célèbre, je serais l'Abbé Pierre,
Si j'étais un défaut, je serais la timidité,
Si j'étais un animal, je serais un chat,
Si j'étais un des 4 éléments, je serais l'eau.*

Souad

Si j'étais une fleur, je serais le jasmin pour son odeur forte la nuit,
Si j'étais un jouet, je serais un ballon parce-que tous les garçons jouent avec.
Si j'étais une qualité, je serais sérieuse,
Si j'étais une femme, je serais fidèle,
Si j'étais une planète, je serais la terre,
Si j'étais une région, je serais le Vaucluse,
Si j'étais un personnage célèbre, je serais Thalès, parce qu'il est fort en maths.
Si j'étais un défaut, je serais méchante,
Si j'étais un animal, je serais un oiseau pour visiter tous les pays,
Si j'étais un des 4 éléments, je serais l'air parce que sans on ne peut pas vivre.

Brahim

Si j'étais un fleur, je serais une belle rose dans mon jardin.
Si j'étais un jouet, je serais un nounours pour que tous les enfants du monde aient leur doudou.

Si j'étais une femme, je voudrais avoir le même salaire que les hommes.
Si j'étais une planète, je serais la Terre mais sans aucune frontière et une langue commune.

Si j'étais une région, je serais notre région car il y fait bon vivre.
Si j'étais un personnage célèbre, je serais Nelson Mandela, car cet homme après plus de 20 ans de prison, n'a jamais eu de haine contre les blancs qui l'on condamné.
Si j'étais un défaut, je serais un personnage vulgaire et méchant.
Si j'étais un animal, je serais un aigle, car voler est un sentiment de liberté et surtout ils sont protégés.

Denis

Si j'étais une couleur je serais le cyan ou la mesure du temps.
Si j'étais un pays, je serais l'infini ou la mesure de l'oubli.
Si j'étais une émotion, je serais une larme ou le silence des armes.
Si j'étais un plat je serais un civet de lapin parce qu'il ne pèse rien.
Si j'étais un objet, je serais un stylo parce qu'il pèse mes maux.
Si j'étais une valeur, je serais la tendresse parce que rien ne presse.
Si j'étais une femme, je serais cigarière pour la fumée.
Si j'étais un homme je serais non-fumeur à cause de la fumée.

Djamèle

Si j'étais un pays, je serais celui de l'amour parce qu'il y aurait la paix.
Si j'étais une couleur je serais l'arc en ciel parce qu'il y aurait toute l'humanité.
Si j'étais une émotion, je serais un enfant parce que j'incarnerais l'innocence.
Si j'étais un plat je serais convivial.
Si j'étais un objet, je serais chez tout le monde parce que je ferais rêver.
Si j'étais une valeur, je serais universelle parce qu'on me partagerait dans tous les pays.
Si j'étais une femme, je serais l'humanité parce que je donnerais la vie.
Si j'étais un homme j'écouterais ces vers et me battrais pour ça.
Marion :
Si j'étais une couleur je serais le rouge parce que c'est la couleur de l'amour,
Si j'étais une émotion, je serais la passion parce que je suis une personne passionnée.
Si j'étais un plat je serais une ile flottante parce qu'elle représente bien mes origines,
Si j'étais un objet, je serais une fusée pour découvrir l'immensité des cieux,
Si j'étais une valeur, je serais l'humilité parce qu'elle est essentielle pour moi.
Si j'étais un pays, je serais Madagascar parce que c'est ma terre ??
Si j'étais un homme je serais capitaine d'un bateau vert et bleu...
Pour faire le tour du monde.

Dans le silence j'entends...

Jean-Luc

Dans le silence j'entends, mon souffle, mon cœur battre.
Dans le silence j'entends, l'angoisse, le désespoir et la solitude.

Sandrine :

Dans le silence j'entends, la liberté,
Dans le silence j'entends, les cris de joie des enfants,
Dans le silence j'entends, le souvenir d'une voix,
Dans le silence j'entends, mes pensées,
Dans le silence j'entends, mes rêves,
Dans le silence j'entends, les bruits qui m'entourent,
Dans le silence j'entends, l'absence de bruit,
Dans le silence j'entends, ma respiration,
Dans le silence j'entends, la solitude,
Dans le silence j'entends, la tranquillité.

Sandra

*Dans le silence j'entends, des voitures qui passent,
Dans le silence j'entends, des mouches qui volent,
Dans le silence j'entends, la télévision,
Dans le silence j'entends, les enfants qui jouent dans le parc,
Dans le silence j'entends, dans mes montagnes j'entends le vent,
Dans le silence j'entends, les arbres qui bougent et les animaux qui s'amuseent,
Dans le silence j'entends, rien autour de nous,
Dans le silence j'entends, rien parce que je suis sourde,
Dans le silence j'entends, les fantômes qui essaient de me faire peur,
Dans le silence j'entends, les moustiques qui piquent.*

Flora

Dans le silence j'entends, un arbre qui pleure,
Dans le silence j'entends, une fourmi qui se noie,
Dans le silence j'entends, une abeille révoltée
Dans le silence j'entends, un pousse-pousse Thaïlandais,
Dans le silence j'entends, un mystère de Pékin,
Dans le silence j'entends, Dieu.

Bénédict

Dans le silence, j'entends mes idées qui s'entrechoquent, qui rentrent et sortent.
Dans le silence, j'entends les jours lointains.
Dans le silence, j'entends les mots à venir, les mots en attente.
Dans le silence, j'entends mon souffle, mon sang, mon énergie diffuse.
Dans le silence, j'entends mon esprit vagabond qui court ou s'envole; qui halète puis repart.
Dans le silence, j'entends, tout le temps, en ébullition, des idées, des gens, des projets, des ronronnements, des pressions, des possibles... Jamais le silence...

Denis

*Dans le silence j'entends, le souffle des rêves évanouis,
Dans le silence, je mesure la présence du vide,
Dans le silence, je regarde l'envol de la pesanteur libérée,
Dans le silence j'écoute, j'écoute l'araignée suspendue,
Dans le silence j'entends, le chant des roses,
Dans le silence, j'assume le bordel des voisins.*

Mina

*Dans le silence j'entends, le fond de l'air,
Dans le silence j'entends, la tristesse des âmes qui se sentent seule,
Dans le silence j'entends, le trajet de mes émotions,
Dans le silence j'entends, les peurs qui se réconcilient avec elles-mêmes,
Dans le silence j'entends, les promesses d'une vie éternelle,
Dans le silence j'entends, la venue d'une belle éclosion,
Dans le silence j'entends, la résonance d'une vérité plus proche de soi.*

Marion

*Dans le silence j'entends, la nature s'exprimer,
Dans le silence j'entends, les mouches voler,
Dans le silence j'entends, le chant des oiseaux,
Dans le silence j'entends, les notes qui dansaient,
Dans le silence j'entends, la souffrance des opprimés,
Dans le silence j'entends, je m'écoute penser.*

Sylvie

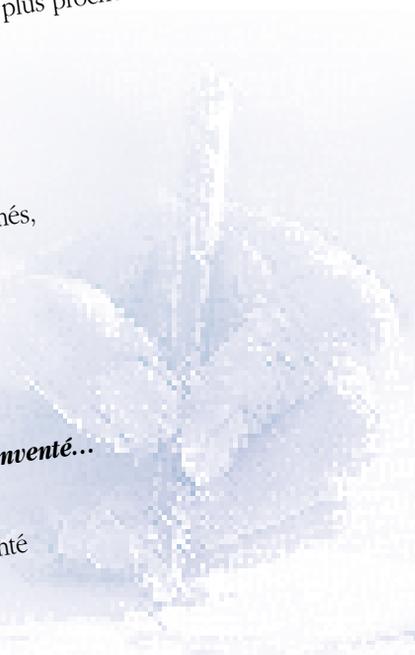
*Les oiseaux qui chantent à tue-tête,
Le vent qui souffle dans les prairies,
La rivière qui coule,
Le rire d'un enfant heureux.
Je ne voudrais pas mourir sans qu'on ait inventé...*

Geneviève

*Je ne voudrais pas mourir sans qu'on ait inventé
La machine à remonter le temps.
L'égalité pour tous.
Le droit au repos éternel et au pardon.*

Éric

*Je ne voudrais pas mourir sans qu'on ait inventé
La fleur sans parfum,
Le train sans voyageur,
Et ces heures sans clocher,
Ces océans sans navire,
Ces maisons sans familles.
Mon regard qui croise le tien, ton chemin qui se détourne du mien.*



Yves

Je ne voudrais pas mourir sans qu'on ait inventé
La piqure contre les maladies.
La perfusion de l'intelligence,
L'opération de l'espoir,
Le pontage du savoir,
La radio du bonheur,
Le scanner de la confiance,
L'IRM du partage...
Ou seulement le vaccin de l'amour...

Nathalie

*Je ne voudrais pas mourir avant qu'on ait inventé le remède anti cons, l'antidote contre la cruauté, la téléportation qui me laissera plus de temps pour moi.
Le remboursement par la sécu des spectacles comiques, musicaux. La machine à supprimer les inégalités.*

Malika

Je ne voudrais pas mourir avant qu'on ait inventé un remède contre la tristesse.
Je ne voudrais pas mourir avant qu'on ait inventé un monde sans haine.
Je ne voudrais pas mourir avant qu'on ait inventé un monde sans guerre.
Les quatre éléments

Victoria

*Si j'étais l'eau, je serais une grande fontaine où je me baignerais toute nue, goutant mon plaisir, moi qui pour tout suis gênée.
Si j'étais le feu, je réchaufferais de ma chaleur, tous les cœurs solitaires et ferais fondre leurs peines.
Si j'étais la terre, je vois déjà mon sol jonché de fleurs. Des fleurs de toutes les couleurs, quel bonheur ces odeurs !
Si j'étais l'air, j'en distribuerais à ceux qui étouffent chez eux dans les grands espaces...
De l'air... De l'air... j'ai besoin d'air !*

Salvine

*Si j'étais l'eau, je ruissèlerais dans les plantations.
Si j'étais le feu, je réchaufferais les cœurs de ceux qui ont froid.
Si j'étais la terre, je serais la vie du monde.
Si j'étais l'air, je serais le vent qui amène la joie.*

Arlette

Si j'étais l'eau, je serais un ruisseau, où viendrais se désaltérer les oiseaux et courrais parmi les poissons.
Si j'étais le feu, je serais un feu de camp, où on entendrait des rires, des chants, où mon crépitement provoquerait de la joie.
Si j'étais la terre, je serais une prairie parsemée de diverses fleurs aux couleurs multiples.
Si j'étais l'air, je serais le vent qui ferait danser les feuilles des arbres.

Denis

Si j'étais le feu, je serais un retour rempli de présents.
Si j'étais la terre, je serais une âme caressée par les vents.
Si j'étais l'eau, je serais une larme sur la pommette du temps.
Si j'étais l'air, je serais le souffle de l'instant.
Si j'étais le feu, je serais celui de tes baisers.
Si j'étais la terre, je serais la main de tes caresses.
Si j'étais l'eau, je serais l'ennui de tes souvenirs.
Si j'étais l'air, je serais la respiration de tes hésitations.

Chantal

Si j'étais le feu, je serais capitaine d'un bateau à vapeur remontant vers la source.
Si j'étais la terre, je serais un la force de l'arbre enraciné.
Si j'étais l'eau, je jouerais de mes vagues, de clapotis en tempête.
Si j'étais le vent, je volerais de mes propres ailes en tous sens, voyageuse infatigable.
Si j'étais le feu, je serais le volcan tantôt endormi, tantôt fumant, libérant une énergie soupçonnée, enfouie.
Si j'étais la terre, je serais un désert de patience.
Si j'étais l'eau, j'atteindrais le rivage.
Si j'étais le vent, j'enverrais des messages aux oreilles des gens.

Damien

*Si j'étais l'air,
Je me laisserais porter. Je flirterais avec le pollen, à mes caresses, la roche
rendue molle irait rejoindre le monde du reste. Ma danse de ses pas agite les
branches, casse et claque un volet, sur mon chemin j'entends des gémissements
qui comme les miens se perdent et se gravent. A jamais quelques oreilles m'ont
regardés passer, un animal soucieux, agité par mes allers a guidé ses pattes sur
un autre chemin, un enfant courageux, un arbre téméraire, tous participent au
combat dont je me fous.*

Maryam

Si j'étais l'eau, je n'arrêtera pas de couler dans les jardins.
Si j'étais le feu, amour et plaisir.
Si j'étais la terre, je serais la vie des autres.
Si j'étais l'air, je n'arrêtera pas de caresser les joues de mes enfants.

Armande

Si j'étais le feu, je serais l'étincelle de la bougie,
Si j'étais l'eau, je serais un torrent,
Si j'étais la terre, je serais une montagne,
Si j'étais l'air, je serais une brise d'été.

Sabine

Si j'étais l'eau, je purifierais ton âme et te laverai de tous tes soucis.
Si j'étais l'air, je te porterais dans le ciel pour voler dans l'immensité.
Si j'étais le feu je réchaufferais ton cœur pour que tu n'aies plus jamais froid.
Si j'étais la terre je t'en apporterais toutes ses richesses et ses délices.

Rose

Si j'étais l'air, j'insufflerais la vie aux objets qui danseraient et courteraient les âmes bienveillantes et seulement bienveillantes.

Si j'étais L'eau, je nettoierais le monde des injustices, des inégalités et de l'absurdité.

Si j'étais la terre je serais fertile en tant d'endroits du globe et donnerais à chacun les fruits de ma richesse.

Si j'étais le feu je brûlerais l'enfer.

Tatiana

Si j'étais le feu, je lècherais les murs jusqu'à la chute.

Si j'étais le feu, je pèterais tout l'temps.

Si j'étais la terre, je craquerais tout le temps et de plus en plus. Hélas!

Si j'étais l'eau, les ponts n'existeraient pas.

Si j'étais l'eau, la transparence serait de mise.

Si j'étais l'air, c'est souvent que je me sentirais toxique, plombé, petit.

Si j'étais l'air, ma caresse, parfois sur ma peau serait sans doute fort agréable.

Pierre

Je crois que si j'étais la terre,

Je serais le feu,

Et que si j'étais le feu,

Je serais l'air

Et que si j'étais l'air,

Je serais l'eau.

Si j'étais l'eau ou si j'étais je serais ou j'aurais.

Angélique

Si j'étais L'eau, je me noierais au creux de tes bras.

Si j'étais l'air, je soufflerais pour balayer la terre de toutes les guerres.

Si j'étais la terre je planterais des graines de bonheur.

Si j'étais le feu j'allumerais un feu pour brûler le cancer.

Sandra

Si j'étais L'eau, d'une rivière je donnerais la joie aux animaux.

Si j'étais l'air, j'aiderais la joie des enfants.

Si j'étais la terre je ferais comprendre la nature et l'oxygène.

Si j'étais le feu je ferais éliminer la guerre.

Sylvie

Si j'étais L'eau, j'arroserais les arbres et les fleurs pour faire vivre tous les gens qui n'ont rien à faire dans le monde.

Si j'étais l'air, je ferais sécher.

Si j'étais le feu je serais

Si j'étais la terre je serais

Les 5 sens

Arlette

Je voudrais voir un monde meilleur.
Je voudrais sentir l'odeur des premières roses.
Je voudrais toucher la peau d'un dauphin.
Je voudrais goûter le plaisir d'être un oiseau.
Je voudrais écouter les premiers cris d'un enfant.

Angélique

Je voudrais voir ceux qui sont partis pour les embrasser et les serrer très fort.
Je voudrais sentir à nouveau la cuisine de mon père, parfumée de thym et de romarin.
Je voudrais toucher le cœur des gens, les faire rire, les rendre joyeux.
Je voudrais goûter à des plats exotiques, venus d'ailleurs.
Je voudrais écouter encore les histoires de mon père, qui lui étaient arrivées lorsque je n'étais pas née.

Alain

*Je voudrais toucher le grain de ta peau hésitante.
Je voudrais entendre encore une fois le son de ta voix.
Je voudrais sentir le souffle chaud de cet été qui arrive.
Je voudrais voir l'étincelle tendre et surprise de tes yeux.
Je voudrais goûter le sucre des gourmandises interdites.*

Angélique

*Je voudrais goûter la cuisine grecque.
Je voudrais toucher la lune.
Je voudrais entendre de nouveau la voix de mon papa décédé.
Je voudrais voir ma famille de Bordeaux.
Je voudrais sentir l'odeur d'un champ de fleurs.*

Sandra

Je voudrais goûter la glace au mascarpone.
Je voudrais goûter des choses que je ne connais pas.
Je voudrais toucher des dauphins.
Je voudrais toucher le bonheur.
Je voudrais toucher la joie.
Je voudrais entendre la nature.
Je voudrais entendre que le chant des oiseaux.
Je voudrais entendre le cœur de mon copain que pour moi.
Je voudrais voir mes petits-enfants grandir.
Je voudrais voir la guerre.
Je voudrais voir la paix dans le monde.
Je voudrais sentir les fleurs.
Je voudrais sentir le sable sous mes pieds.
Je voudrais sentir les sentiments dans mon cœur.

Sylvie

Je voudrais goûter la douceur des plats Espagnols.
Je voudrais toucher les choses inaccessibles.
Je voudrais entendre le calme qui sillonne la ville.
Je voudrais entendre le doux chant des oiseaux.
Je voudrais voir les différentes cultures et costumes d'Espagne.
Je voudrais sentir le parfum des fleurs qui vous laisse un bon souvenir.

Razika

Je voudrais goûter la gentillesse des hommes.
Je voudrais toucher une grosse somme d'argent.
Je voudrais entendre que la guerre n'existe plus.
Je voudrais voir mon fils grandir bien.
Je voudrais sentir la paix s'établir dans le monde.

Didier

Je voudrais goûter tous les fruits de la terre.
Je voudrais toucher l'inconnu.
Je voudrais entendre le silence.
Je voudrais voir le désert.
Je voudrais sentir toutes les senteurs des parfums dans le monde.

Inventaire :

Aurélié

Les choses qui font battre mon cœur :
Ma fille.
Les bons moments en famille.
Les plaisirs simples de la vie.
Les choses qui ne font que passer :
Nous sur terre.
Les voitures sur une autoroute.
Les heures, les mois les années.
Les choses qui doivent être courtes :
Les files d'attente dans les administrations.
Les appels téléphoniques.
La distance entre moi et mes proches.
Les choses qui me font rire :
Ma fille quand elle fait le clown.
Un bon film humoristique.
Un spectacle de Gad Elmaleh.
Ma mère.
Les choses qui me mettent en colère :
La bêtise humaine.
Les caprices de ma fille.
Le voisin qui fait brûler ses feuilles quand mon linge sèche dehors.

Razika

C'est
L'amour qui fait battre mon cœur.
Le temps qui ne fait que passer.
Mes douleurs qui doivent être courtes.
La haine qui me met en colère.
Le rire d'un bébé qui me fait rire.

Denis

Des choses élégantes :
Un vieux pardessus anglais sur une bicyclette Hollandaise,
Des choses qui ont un aspect sales :
Le déni de Narcisse fuyant la vérité,
Des choses désolantes :
La rose cueillie pour une amourette de l'instant.
Les choses qui font battre mon cœur :
L'assistance respiratoire.
Les choses qui ne font que passer :
La bêtise et son double, l'égo.
Les choses qui doivent être courtes :
La traversée d'un pont dominant une rivière asséchée.

Mina

Des choses élégantes :
Une assiette appétissante bien décorée aux saveurs délicieusement parfumées,
La sensualité évoquée par des chaussures à talons hauts et tout en finesse,
Des choses qui ont un aspect sales :
C'est dans la boue, le purin, le fumier que naît la fleur de Lotus.
Le reste je ne veux pas savoir.
Les choses qui font battre mon cœur :
Le rire d'un enfant en bas âge,
Le coup de foudre pour un bel inconnu,
Une amitié où la complicité est à son paroxysme,
Toutes les réconciliations qui peuvent exister,
Un câlin avec un animal.
Les choses qui ne font que passer :
Une adresse de domicile,
Une conversation avec un passager en attendant le train,
Les relations avec les gens.

Programme animé par



Comité départemental d'éducation pour la santé

13, rue de la pépinière - 84000 AVIGNON - Tél. 04 90 81 02 41
codes84@codes84.fr - www.codes84.fr

et soutenu par :

