

# UN TEMPS POUR SOI

Atelier d'écriture créative



RECUEIL DE TEXTES  
#8

Avec les textes de

Sylvie Arnaud  
Claire Boissard  
Gilles Donada  
JF Montagne  
Muriel Picoré  
Isabelle Tournafond

Un atelier animé par  
Emmanuelle Jay

IMAGES  
& MOTS

WWW.IMAGESETMOTS.CO

**Un temps pour soi**  
Atelier d'écriture créative

Recueil de textes  
#8

*Atelier du mardi soir*  
Saison 2  
2021 - 2022

L'atelier d'écriture créative *Un temps pour soi* a été créé en mai 2020 par l'association Images & Mots.

Cet atelier hebdomadaire se déroule en visio-conférence. Il réunit 6 écrivains. Pendant une heure et demie, nous partageons jeux et consignes d'écriture : listes et inventaires, formes poétiques, contraintes stylistiques, écriture libre, etc.

C'est fort, c'est joyeux, c'est intense et c'est libérateur.

Contact

*[www.imagesetmots.co](http://www.imagesetmots.co)*

## Sylvie Arnaud

ét**E**rnels  
é**PHE**bes  
chi**MERE**s

z**E**brant  
l'atmos**PHE**re  
présu**MERE**nt

d**E**main ?  
blas**PHE**me !  
péri**MERE**z...

## Ceux et celle, doux obsédés

Ceux qui s'en lavent les mains, celle qui se ronge les ongles,  
Ceux qui lavent les voitures, celle qui conduit en tongs,  
Ceux qui barricadent les portes, celle qui ne les supporte  
qu'ouvertes,  
Ceux qui manucurent leurs pelouses, celle qui néglige ses  
plantes vertes,  
Ceux qui stockent huiles et farines, celle qui oublie le pain,  
Ceux qui ont le bon porte-clés, celle qui cherche en vain.

## Éphémère

E lève dispersé flagrant à l'oiseau lyr E  
P apillon amoureux éperdu en lueu R  
H irondelle flirtant la prairie d'un trian gl E  
E mpreintes invisibles spectres absents de l'Albu M  
M irroir où s'est piquée l'ombre du fianc E  
E clat de la paillette dispersée au Zenit H  
R ayon vert nourricier pour un temps au galo P  
E ternel d'être vif et toujours admir E

## Pantoum du train manqué

Voici un nouveau train que je n'aurai pas pris  
On va encore penser que je l'ai fait exprès  
Il faudra que j'arbore encore un air contrit  
Alors que je préfère ce rendez-vous manqué

On va encore penser que je l'ai fait exprès  
Je pourrais me presser ne pas traîner ainsi  
Alors que je préfère ce rendez-vous manqué  
Une aventure rêvée est toujours plus jolie

Je pourrais me presser ne pas traîner ainsi  
Les raisons attendez je vais les inventer  
Une aventure rêvée est toujours plus jolie  
Mais que la gare est belle et que j'aime y flâner

Les raisons attendez je vais les inventer  
J'en suis plus amusé que je n'en suis marri  
Mais que la gare est belle et que j'aime y flâner  
Voici un nouveau train que je n'aurai pas pris

## Le bon thérapeute

— Ça a commencé avec les limaces, le cousin en tenait une au bout d'un bâton, il me poursuivait, me rattrapait et... Attendez, il faut que je me lave les mains.

Je disais : quand je pleurais, il me tendait la main pour sceller notre réconciliation, et collait tout contre ma paume la limace qu'il avait dissimulée dans la sienne. La limace gluante, ses tripes saumâtres se répandant entre mes doigts, jusqu'à mes ongles, mes mains visqueuses, puantes à coup sûr, et son rire qui me figeait minable. Alors je me lave les mains, à cause des limaces.

Non, ça ne s'est produit qu'une fois, cette blague-là, mais les rêves. Il n'y a que sous l'eau les mains mousseuses frottées à la brosse que je n'entends pas son rire. Tout ce qu'on touche est visqueux, vous comprenez ?

Les sièges et les mains, forcément. Et les interrupteurs, les rampes ? Une main à limace s'y est peut-être posée, de retour de la Forêt, où...

Attendez, il faut que je me lave les mains.

Heureusement qu'il y a des toilettes, dans cette salle d'attente.



Ah ! Le docteur arrive.

.....

— Bonjour, mettez-vous à l'aise, c'est notre premier rendez-vous ?

Allongez-vous.

Je me lave les mains et je suis à vous.

**La lettre de Mortelle Adèle au Père Noël,  
d'après *Cher Père Noël, vraies lettres inventées*  
(OuLiPo)**

Salut Père Nazebroque,

Ça sent pas trop la croquette de renne, chez toi ?

Moi je sais très bien que tu n'existes pas, faut pas me prendre pour une rilette.

Mais les adultes ont l'air de croire en toi, alors pour éviter les cadeaux pourris des autres années, je préfère t'écrire.

Déjà, tu oublies :

Les barbies, les peluches kawaiï, les licornes, les petits poneys, les trucs qui puent, les paillettes, les trucs roses, les trucs fluos, le maquillage.

Ça, tu peux l'offrir à Miranda et Jade, ces deux nouilles.

Tu peux aussi leur offrir une mygale, une tarentule et un boa constrictor, ça leur plaira DÉFINITIVEMENT.

Moi, j'ai juste besoin de :

- 5000 litres de vinaigre, pour arroser les légumes du jardin.

- un piège à tigre EFFICACE (pour un petit tigre, ça suffira).
- une catapulte géante démontable et transportable, c'est pour l'école.
- un vaisseau spatial deux places en kit (au cas où les serpents et les araignées, ça marche pas), c'est pour une mise en orbite.
- une tapette à souris géante, ça c'est pour Geoffroy, je sais bien que ce n'est pas EXACTEMENT une souris, mais si je mets une photo de moi comme appât, ça marchera.
- une cage équipée pour un couple d'adultes de taille moyenne.
- une mallette géante de petite chimiste, ça peut toujours servir.

Ne me déçois pas !

Mortelle Adèle

PS : Tu peux quand même me mettre du maquillage pour Magnus, je ne lui trouve pas bonne mine.

## Sur une photographie de Flore

Il a rêvé ce paysage  
La fiancée sur l'escarpolette  
Elle n'a pas montré son visage  
Il s'est peint une belle fête

Il l'a connue sur un rivage  
Il l'a vue Baie des trépassés  
Il l'a refaite à son image  
Dans un pays ensoleillé

Elle n'a plus ce ciré austère  
Il voit sa robe en coton fin  
Il fait plus chaud qu'en Finistère  
Y'a pas besoin de pull marin

Il a vu un corps de femme  
Couchée dans l'ombre du lointain  
Il a pu attiser sa flamme  
En contemplant ce nu divin

Il a mis une jonque sur l'eau  
Il a ajouté au mystère  
Il s'y est senti matelot  
Voguant vers des rivages austères

Il a rêvé sa jeune fille  
Sa main nonchalante au-dessus  
Son pied balançant l'espadrille  
Le front tourné vers l'inconnu

Il s'en va comme un de Nerval  
Passant au loin sur son bateau  
Pleurant en vers sur son journal  
Un amour fui au fil de l'eau

**Claire Boissard**

## Pantoum

Veillez emprunter le passage souterrain  
Dans les couloirs s'engouffre la foule poussée par l'époque  
Chaque jour elle suffoque avec une précision glaçante  
Malgré les consignes je prends les chemins de traverse

Dans les couloirs s'engouffre la foule poussée par l'époque  
Allant gagner sa vie, l'oreille en Bluetooth et le regard chaussure  
Malgré les consignes je prends les chemins de traverse  
La vie vaut d'être vécu comme tu me l'as appris

Allant gagner sa vie, l'oreille en Bluetooth et le regard chaussure  
Il arrive parfois que l'on percute les trains  
La vie vaut d'être vécue comme tu me l'as appris  
Sans jamais écouter ni les dieux, ni les maîtres

Il arrive parfois que l'on percute les trains  
On ressuscite naturellement mais pour une autre vie  
Sans jamais écouter ni les dieux, ni les maîtres  
Veillez emprunter le passage souterrain





## Sororité

Quand tu es née je n'étais pas ta mère. Je suis née trois ans et neuf mois avant toi. Je t'ai aimée tout de suite parce que tu étais la vie après la mort de notre père. Ma sœur, mon sommeil s'est fait plus léger pour t'entendre. Ma sœur, je t'ai apporté de l'eau pour te désaltérer au milieu de la nuit. Ma sœur, j'ai exercé mon pouvoir sur toi. Ma sœur, je t'ai défendue face à l'injustice. Ma sœur, j'ai voulu te protéger. Ma sœur, j'ai pleuré d'angoisse pour toi. Ma sœur, nos cœurs sont liés et puissants face à l'océan qui nous sépare. Ma sœur tu es comme moi mais différente. Ma sœur, je t'aime. Je sais ton humour, ta légèreté, je sais quand tu es mal, je lis ton visage et ta voix, ma sœur. Quand la mort reviendra prendre notre mère, je serai là pour toi comme je le suis maintenant. Ma sœur tu peux compter sur moi. C'est une alliance tacite, jamais on ne se dit de mots doux, mais nous sommes faites du même bois toi et moi, malgré tout. Tu n'es pas ma copine tu es ma frangine. Le quotidien n'est pas notre pain, nous nous nourrissons du temps long.

## **D'après photo, avec la contrainte « vous, au passé »**

Vous avez attendu longtemps, vous avez attendu des années. Vous vous êtes balancés au rythme de la mer et vous avez grandi en attendant qu'elle le ramène. Mais rien n'est arrivé. Votre cœur s'est consolé dans la beauté de votre baie, bercé par la douce cadence de l'eau et votre balançoire.

### **Logo-rallye sur les photographies de Flore**

La mer avait mis plusieurs années à monter et maintenant tout était inondé. Nous nous étions installées sur l'île la plus confortable : présence d'eau douce et de terre, pas un caillou au milieu de l'eau salée. Nous avons tout de suite investi les quelques maisons construites en hauteur. Nous avions besoin d'un bateau alors nous avons commencé à couper les arbres. Nous ne pouvions pas vivre entre femmes sur notre île, il fallait pouvoir naviguer. Aucune de nous n'avait jamais fabriqué de bateau. Avant que la ville disparaisse j'étais fleuriste, les filles ont donc décidé que je serai gestionnaire des bois. Soit.

**Gilles Donada**

## D'après une photographie

Je suis montée sans me retourner. J'ai gagné ma place la tête basse, glissé ma valise sous mon siège. J'ai fiché mon regard sur le fond du wagon. Je n'ai pas détourné les yeux jusqu'au départ. La secousse m'a fait sursauter et revenir à la réalité. Je ne veux pas penser ni réfléchir. Je ne veux rien sentir pour ne pas souffrir. Je ne veux rien me souvenir pour ne pas mourir. Les mains croisées sur mes genoux. J'aimerais rester en apnée jusqu'à l'arrivée. Ne plus respirer pour oublier tout le bien qu'il m'a fait, les paroles qu'il m'a dites, son regard dans le mien, la douceur de ses mains qui me connaissent si bien, la tiédeur de sa bouche contre mes lèvres, les soupirs de nos cœurs à corps. Sur le quai, j'ai subtilisé des effluves de son parfum. Pour ne pas désespérer.

## **Occasions dans lesquelles une chose sans valeur prend de l'importance**

Un bout de sparadrap collé au fond du sac quand on s'est arraché un bout d'ongle.

Un fond de bouteille d'alcool, quand on doit passer le premier coup de fil à cette femme rencontrée le weekend dernier chez des amis.

Un morceau de sac plastique pour s'asseoir sur un banc détrempé.

Un fond de boîte de conserve quand on est affamé.

Un crayon mâchonné quand on doit noter un numéro de téléphone à la volée.

Un fragment de carré de sucre, quand on a avalé quelque chose d'amer.

Un vieux chandail quand on a des frissons.

La dernière allumette quand on a oublié son briquet.

## **Décrire le plus minutieusement possible la sensation « un pincement au cœur »**

Contraction impromptue du myocarde qui provoque une montée de larmes aux yeux entraînant un carambolage entre le passé, le présent et le futur.

### **Swipe**

Swipe ta vie, c'est si simple, c'est si bon  
Swipe-lui la face, il a l'air trop con  
Swipe, swipe, swipe et rêveasse  
T'as plein d'beaux mecs dans ta besace

## **Acroteuleton**

**A**rrimé à tes lèvres, j'ai cessé de tanguer**R**

**M**ouillé jusqu'au cou, dans ton souvenir ém**U**

**O**ndoyant sous la brise, je nous voulais en du**O**

**U**nis sur les flots, nos reins en tand**M**

**R**amer de toutes nos forces, sur un furieux air d'opér**A**

## **Anniversaire**

Les mots, tu les dépucèles

Les rimes, tu les appelles

Les phrases deviennent dentelle

La langue est une passerelle

qui nous mène à l'essentiel

Sensuelle Emmanuelle

**Jeff Montagne**



## **J'aime les mots qui**

J'aime les mots qui font rêver

J'aime les mots qui font voyager

J'aime les mots qui correspondent précisément à une image

J'aime les mots qui polyphonent polysonnent et  
postillonnent

J'aime les mots qui claquent, qui raclent et qui éclatent

J'aime les mots qui glissent et dérapent

J'aime les mots qui apaisent

J'aime les mots qui meuvent et émeuvent

J'aime les mots qui délivrent des maux.

## Travail à partir d'une photo

Et ben voilà, c'est reparti. La patronne et ses accès de neurasthénie. Ça fait une heure qu'elle est figée, à respirer l'air du dehors par la fenêtre en faisant semblant de fumer. C'est-y pas malheureux d'être comme ça alors qu'on a tant de choses. La maison de maître, deux domestiques, le mari avec une grosse situation. Oh, je sais ce qui va pas, moi. Ils ont pas d'enfants. J'ai toujours trouvé ça bizarre. Il a pas trouvé la porte d'entrée, le mode d'emploi ? Ou alors il est trop vieux peut être ... Je n'en sais rien, moi. En tout cas, elle n'aime pas du tout qu'on aborde ce sujet madame Emma, j'ai bien remarqué sa tête et sa réaction quand ça vient des invités, elle a ce petit regard de coté qui veut tout dire. Quand j'y pense, elle ne paraît vraiment heureuse que lorsqu'elle a la visite de son frère. Faut dire qu'il a de la prestance, le Lieutenant-colonel ! Quand il arrive, on voit le visage de madame Emma s'éclaircir et prendre des couleurs.

## L'éphémère

L'idée émerge à la surface de l'inconscient, fugace. La voilà partie - Je l'avais sur le bout de la langue. Que voulais-je dire... quelque chose en lien avec l'éphémère ? Aussi passager qu'un caprice. Insaisissable. Jetable comme un kleenex.

Vous avez fait votre temps, il faut y aller. Vous êtes arrivé en haut et vous êtes déjà caduque. Vous étiez ministre, et qui se souviendra de vous dans 20 ans ? Vous étiez courtois - vous avez bien fait de cueillir la rose, car vous avez vieilli et c'est fini.

Vous vous aimiez comme des fous passionnés, regardez ce qu'il reste. Tout passe sous le rouleau de l'oubli, qui malaxe dans l'indifférence absolue du temps. Ne pleurez pas pour autant, car c'est cela aussi l'essence de la vie. La chance donnée au renouveau. La rose plus belle qui remplace la rose fanée. L'espèce plus stable qui aura plus de succès et remplacera celle devenue obsolète.

Que voulais-je dire vraiment ?

Ah je l'ai. Vite que je l'écrive avant d'oublier à nouveau  
L'éphémère est une mesure subjective du temps.

## *Voilà 17 nuits que je ne dors plus.*

Voilà 17 nuits que je ne dors plus. 17 nuits que je repasse ma vie en boucle, que je m'arrête à chaque point d'inflexion, à chaque décision importante que j'ai prise, à chaque évènement subi et qui m'ont tous peu à peu progressivement amené au bord du précipice. Eh bien je ne trouve toujours pas le moindre début de piste pour sortir de ce cul de sac dans lequel je me sens prisonnier. Ce n'est pas faute d'avoir essayé, j'ai changé de métier, de ville, de femme, de banquier, rien n'y a fait. J'ai changé en restant immobile. Mon esprit croyant s'évader, tissait patiemment, dans un coin obscur de l'inconscient, une camisole de force sur ma personnalité. Ma rigidité m'a fait perdre toute influence sur la réalité et le présent. Même à mon lit je cède. Je le laisse décider de mon sommeil. Je compte sur lui pour qu'il m'enveloppe, me protège, m'affranchisse du monde et me fasse plonger dans la catalepsie, un somme profond proche du coma. Je ne vois pourtant rien d'autre que ma vie qui défile et ses choix hasardeux, ces occasions que j'ai ignorées ou mal saisies. Tous ces traumatismes se mettent alors à voltiger et bourdonner devant moi, jusqu'à l'insupportable. Je n'arrive plus à penser, je sens juste les connexions neuronales s'affoler les unes entre elles jusqu'à une forme de court-circuit se propageant en crissant dans mon crâne.

## Venus de Botticelli - Point de vue de la vioque.

Non mais pour qui elle se prend, la bimbo, pour un modèle posant chez Botticelli ? Et l'autre vicieux, torse à l'air, qui souffle pour empêcher l'autre meuf de lui couvrir les épaules, alors qu'il est en train de peloter tranquille la troisième semi-dévêtue. Quelle bande de dépravés, je t'enverrai ça à la brigade des mœurs vite fait, moi. Et puis la mise en scène ridicule pour se donner un genre. Il font un happening, ils préparent un flash truc et ça va se retrouver sur les réseaux sociaux Insta face de bouc. Voilà la seule chose qu'ils savent faire ces couillons. Rien dans la tête. Ils riront moins quand on ressortira le cliché dans quelques années, et les filles se payeront la honte avec leurs nénéés et leur coquillage en plastique. Voilà l'autre qui s'est ramassé avec la fille dans l'eau. C'était écrit et signé de bêtise. « Eh, ça ne sert à rien de patauger pour récupérer tes ailes en cartons, elles sont mouillées foutues ! Allez, du balai ! Fichez-moi le camp, que je profite enfin de la vue ».

## Logo-rallye sur les photographies de Flore

Nous avons accosté sur une baie étrange, protégée de la mer. Pas de plage, de gros rochers formant des îlots encerclant la baie. Notre radeau était à bout : nous l'avons abandonné pour rejoindre une zone moins escarpée à la nage. Il a fallu crapahuter un peu pour rejoindre la forêt, qui portait peut-être la promesse de nourriture et d'un abri. Mieux qu'un abri de fortune, cet endroit étrange et inhabité avait une histoire. Après avoir traversé la forêt, nous sommes arrivés dans une zone plus dégagée, où une maison d'apparence piteuse avait été construite, au bout d'une zone déserte. Il y avait une vague route.

Nous avons forcé la porte et passé quelques minutes à explorer l'intérieur de la maison, étonnamment bien conservé. Rien malheureusement d'intéressant dans la cuisine. Présence curieuse d'un ventilateur dans une des chambres, alors qu'il n'y a aucun réseau électrique. Dans une autre chambre, un lit avec quelques vieux draps dans le placard, pas trop abîmés.

Dans la dernière pièce que nous avons découverte, il y avait un portrait peint assez joli d'une femme japonaise avec un kimono fleuri. Tout semblait mort dans cette vieille demeure, mais quelque chose clochait. Nous nous apprêtions à quitter le lieu et poursuivre l'exploration

lorsqu'un détail me sauta aux yeux. La composition de fleurs séchées dans le vase à l'entrée n'aurait pas dû être dans cet état de propreté : pas de toile d'araignée ? Il n'y en avait nulle part.

## **Haïku de Noël**

Bleu nuit féérique  
Lune saupoudrée de flocons  
Trois rennes s'envolent

**Muriel Picoré**



## **Pas sur les lèvres**

Pas sur les lèvres  
Pas de baiser fièvre  
Pas quand sonne la trêve

Tellement de rancœur  
Tellement de fureur  
Tellement de peur

Et pourtant

Tant d'espoir encore  
Tant de rêves à éclore  
Tant d'amour en corps

Mais

Pas quand le jour s'achève  
Pas quand j'en crève  
Pas sur les lèvres

## **Il se souviendra de toi hier**

Il se souviendra de toi hier  
Suspendue aux lèvres du vent  
Entre terre et ciel  
Balançant ton cœur au temps

Il se souviendra de toi hier  
Suivant le bateau au loin  
Entre mer et ciel  
Pleurant ton amour défunt

Il se souviendra de toi hier  
Écoutant le chant de l'eau  
Entre peine et ciel  
Une larme pour seul écho

## **Elle part sans crier gare**

Elle part sans crier gare  
Elle ne cherche pas à se retourner  
Elle part le regard hagard  
Elle s'avance lentement vers le quai

Elle ne cherche pas à se retourner  
Il lui est si difficile de partir  
Elle s'avance lentement vers le quai  
Elle a l'espoir qu'on puisse la retenir

Il lui est si difficile de partir  
Elle hésite à monter dans le train  
Elle a l'espoir qu'on puisse la retenir  
Comme s'il n'y avait pas de fin

Elle hésite à monter dans le train  
Rêve d'être avec lui encore un soir  
Comme s'il n'y avait pas de fin  
Elle part sans crier gare

**Isabelle Tournafond**

## **Sur un dessin**

Elle se laisse glisser dans l'eau tiède du bassin. Pour essayer d'oublier, elle se concentre sur la sensation de son corps devenu léger. Elle baisse ses lunettes et commence les longueurs : une, deux, cinq, douze, vingt... dans une sorte de scansion sans fin. A chaque aller-retour de crawl, sans qu'elle s'en aperçoive, c'est un squelette qui surgit. Bientôt, la piscine est envahie de ces corps décharnés. Lorsqu'elle retire enfin ses lunettes, elle est cernée par le passé de ces cadavres.

## **Sudoku de la foudre**

Le feu par ma main je crierai et mettrai, l'amour  
j'embrasserai et ferai, aucune bouche je ne m'empêcherai.

## **Éphémère**

Elle ne voulait rien faire sur cette terre  
Elle se rêvait comme une étoile filante  
en équilibre sur une fleur d'amarante  
surplombant l'écume des mers.

Elle pensait que rien ne demeure  
préférant l'étincelle à la roche  
donnant des baisers sous les porches  
pour fuir la vanité et ses leurres.

## **Vivan Maier, photographie du petit garçon collé à la vitre**

Je me retourne et le vois collé à la vitre. J'aimerais revenir  
en arrière, le prendre dans mes bras et l'emmener avec moi.

Je dois continuer de marcher, mettre un voile blanc sur mes  
yeux, sinon comment pourrais-je le quitter ? Ma décision  
risque de se briser comme cette vitre qui nous sépare. Je  
sais qu'il a compris, qu'il va attendre. Mais moi, je sais que  
l'absence va nous épuiser. Tout sera froid, limité, coupé.

Je reviendrai, mais dans longtemps.

## **Pantoum**

J'aimerais être Sophie Calle  
Suivre un homme gare de Lyon  
Prendre le train avec lui  
Et partir pour Venise

Suivre un homme gare de Lyon  
Par le plus grand des hasards  
Et partir pour Venise  
Sans avoir rien prévu

Par le plus grand des hasards  
Découvrir Venise dans la brume  
Sans avoir rien prévu  
Un matin de janvier

Découvrir Venise dans la brume  
Derrière les pas d'un inconnu  
Un matin de janvier  
J'aimerais être Sophie Calle

## **Photographie d'un couple sur un quai**

Ce matin, le silence s'était installé entre eux. Leurs gestes étaient devenus plus discrets.

La séparation toute proche les avaient déjà éloignés. Il fallait renoncer l'un à l'autre. S'extraire de soi, de l'autre. S'absenter.

Elle avait refusé d'y penser. Mais le moment était arrivé. Sur le quai, il l'embrassa sur la tempe. Elle sentit le toucher de ses lèvres, ferma les yeux et retint tout pour ne pas ouvrir plus grande la déchirure.



Avec les textes de

Sylvie Arnaud

Claire Boissard

Gilles Donada

JF Montagne

Muriel Picoré

Isabelle Tournafond

Un atelier animé par Emmanuelle Jay

[www.imagesetmots.co](http://www.imagesetmots.co)

