Mon cahier de vacances d'écriture

Un été pour explorer les mots



Eléa Cera







Bienvenue dans ton cahier de vacances

Je l'ai imaginé comme un prolongement de mes ateliers.
Un espace doux, sans performance, sans injonction.
Un espace qui TE ressemblera.

Tu y trouveras des propositions d'écriture simples et accessibles, drôles et sensibles. Chaque semaine, je te proposerai deux impulsions. La première, courte et ludique, pour les jours où tu n'auras pas beaucoup de temps pour toi (c'est l'été, on vit à 100 à l'heure, tu n'écriras pas tous les jours et c'est bien normal). La seconde t'emmènera un peu plus loin.
Les temps d'écriture sont donnés à titre indicatif.

Tu peux décider d'écrire de ton point de vue ou de celui d'un personnage que tu auras imaginé. Et si tu bosses sur une histoire en ce moment, n'hésites pas à te mettre dans la peau d'un de tes personnages pour certaines impulsions. Tu découvriras sûrement des choses utiles à ton roman.

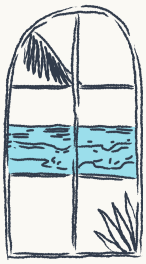
Tu peux suivre l'ordre des semaines, ou non, écrire beaucoup ou seulement quelques lignes, faire des pauses pour revenir plus tard… C'est ton cahier de vacances et il est fait pour s'adapter à ton rythme et tes envies.

Grâce à ce carnet, tu garderas une trace sensible de ton été et, je l'espère, tu t'approprieras tes mots pour retrouver ta voix.



Bonne écriture,
Eléa

Règles du jeu



Avant de commencer, quelques précisions qui me semblent importantes

- Tu n'as pas besoin de "savoir écrire" pour écrire. Tu es ici pour essayer.
- Les textes que tu écriras dans ce cahier n'appartiennent qu'à toi. Libre à toi de les faire lire à d'autres ou de les garder dans ton jardin secret.
- Écrire peu, écrire seulement dix mots ou deux phrases, écrire seulement une minute, écrire une note dans ton téléphone parce que tu n'as pas le temps : ça compte. Si tu fais ça, tu écris déjà pour de vrai !
- Les impulsions d'écriture te guideront, mais elles ne sont pas figées. Tu peux les modifier à ta guise. C'est TON cahier, c'est toi qui décides.
- Tu as le droit d'écrire comme TU aimes, avec tes mots, tes expressions, ton style.
- Tu as arrêté une ou plusieurs semaines ? No stress, reprends quand tu veux, quand tu peux. Tu n'as rien loupé.
- Tu n'as pas envie de parler de toi ? Tu préfères imaginer des mondes, inventer des personnages ? Fais-le !
- Tu n'arrives pas à écrire un jour ? Lève-toi, bois de l'eau, respire, étire-toi. Et si le cœur t'en dit, mange une glace. L'écriture coulera mieux si tu es à l'écoute de toi-même.
- Tu as le droit d'écrire. Tu es légitime.
- Explore, teste des choses et surtout : AMUSE-TOI !



Rituel d'écriture

Écrire régulièrement n'est pas qu'une question de motivation. C'est aussi une question d'habitude, de cadre.
Répéter certains gestes avant de commencer à écrire peut aider le cerveau à comprendre ce qui l'attend et à se mettre en "mode écriture".

Je te présente ici quelques gestes simples qui m'accompagnent tout l'été.

MA BOISSON PRÉFÉRÉE ET MON CARNET

En été je carbure au thé glacé et au café frappé. Quand j'ouvre mon carnet, je m'assure de toujours avoir un verre à portée de main.

ÉCRIRE DEHORS

Sous un arbre, sur un balcon, les pieds dans le sable, mon carnet m'accompagne partout.

HONORER L'INACHEVÉ

Je m'autorise à laisser des textes en suspens. Parfois j'y reviens, et parfois pas.

ET TOI ?

Quels petits gestes pourrais-tu mettre en place pour t'inviter à écrire avec douceur cet été ?

Semaine 1

Un nouveau *départ*

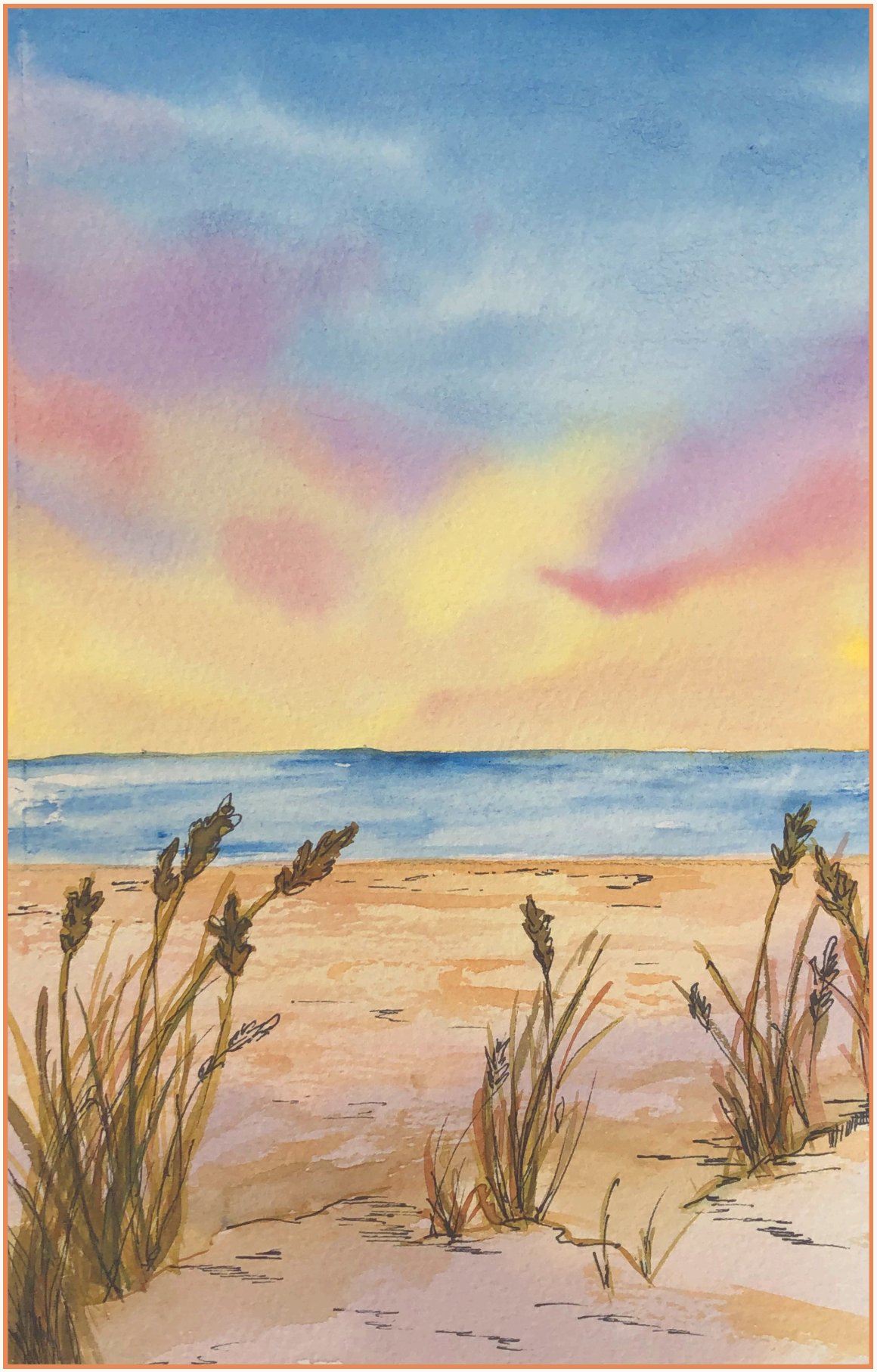


« Il m'a donné, ce merveilleux été
Une douceur, une clarté
Une tendresse dans le creux des mains
Qui se réveille au matin
Je me sentais comme ces filles d'or
Qui au soleil brillent si fort »

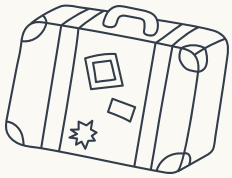
– Anne Sylvestre



Les vacances commencent souvent par un voyage.
Cette semaine, ce sont tes mots qui te feront voyager.
Attache ta ceinture, c'est parti !



Impulsion 1 - 10 minutes

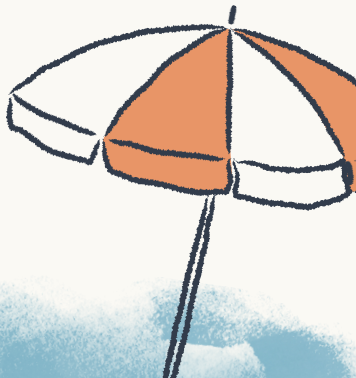


Que choisis-tu d'emmener avec toi en vacances ?

Établis la liste des choses que tu emportes et de celles que tu décides de laisser derrière toi.

J'emporte :

J'oublie :



Impulsion 2 - 25 minutes

Écris une scène de voyage dans laquelle on ressent le mouvement.

QUELQUES PISTES :

- Quel moyen de transport décris-tu ?
- Qu'est-ce qui caractérise ce voyage ?
- Pourquoi est-ce un évènement et pas un trajet de tous les jours ?
- Lesquels des cinq sens le mouvement stimule-t-il ?





Semaine 2

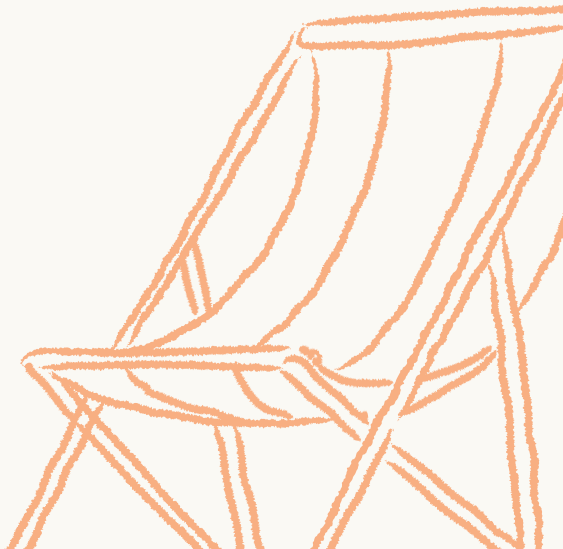
Écouter *l'été*



« L'air était doux du souffle des vergers de pommiers, et les prairies descendaient au loin dans les brumes d'un horizon pourpre et nacré, tandis que les oiseaux chantaient comme si c'était le seul jour d'été de toute l'année. »

– Lucy Maud Montgomery
Anne de Green Gables

Prends ton temps, tends l'oreille,
les bruits que l'on n'écoute plus sont parfois les plus beaux.



Impulsion 1 - 10 minutes



Sous forme de fragments, décris les sons qui, pour toi, caractérisent l'été.

Impulsion 2 - 25 minutes

Il fait nuit mais tu n'arrives pas à dormir.
La fenêtre de ta chambre est ouverte sur l'été. Le chant des grillons, le ronronnement d'un ventilateur, les voix lontaines des voisines ou le bruit des vagues te tiennent compagnie.
Au fil de la nuit, ces sons réveillent un souvenir depuis longtemps oublié.
Écris cette scène.



Pages libres

Pour écrire, gribouiller, coller, dessiner, rêver...





Semaine 3



Saveurs *estivales*

« Tout luit, tout bleuit, tout bruit,
Le jour est brûlant comme un fruit
Que le soleil fendille et cuit.

Chaque petite feuille est chaude
Et miroite dans l'air où rôde
Comme un parfum de reine-claude.»

– Anna de Noailles



Les mots ont-ils un goût ?
Une odeur ?

Impulsion 1 - 10 minutes



Décris un fruit sans le nommer.



Impulsion 2 - 25 minutes



Écris une scène de cuisine de la vie quotidienne.
Laisse les formes et les couleurs envahir ton texte. Imagine les mains qui coupent et qui mélangent, les parfums qui flottent dans l'air.

POUR T'INSPIRER :

- Qui cuisine ? Pour qui ? Pourquoi ?
- Y a-t-il de la musique ? Des voix ?
- Que se passe-t-il pendant que ça mijote ?



Page libre



Caviardage



Caviarder, c'est rendre illisibles des parties d'un texte.
Et c'est une super façon de transformer n'importe quelle page en poème.

A TOI DE JOUER :
Équipe-toi d'un marqueur (tu peux commencer au crayon si tu préfères) et noircis les mots de ton choix pour faire apparaître ton poème.

« À l'est, on voyait s'élever les bois de Thornfield et les arbres où nichaient les corneilles ; je regardai ce spectacle jusqu'à ce que le soleil descendît dans les arbres et disparût entouré de rayons rouges ; alors je me tournai vers l'ouest.
La lune se levait sur le sommet d'une colline, pâle encore et semblable à un nuage, mais devenant de moment en moment plus brillante. Elle planait sur Hay, qui, à moitié perdu dans les arbres, envoyait une fumée bleue de ses quelques cheminées. J'en étais encore éloignée d'un mille, et pourtant, au milieu de ce silence complet, les bruits de la vie arrivaient jusqu'à moi ; j'entendais aussi des murmures de ruisseaux ; dans quelle vallée, à quelle profondeur ? Je ne pouvais le dire ; mais il y avait bien des collines au-delà de Hay, et sans doute bien des ruisseaux devaient y couler. La tranquillité de cette soirée trahissait également les courants les plus proches et les plus éloignés.
Un bruit soudain vint bientôt mettre fin à ces murmures, si clairs bien qu'éloignés ; un piétinement, un son métallique effaça le doux bruissement des eaux, de même que dans un tableau la masse solide d'un rocher ou le rude tronc d'un gros chêne profondément enraciné au premier plan empêche d'apercevoir au loin les collines azurées, le lumineux horizon et les nuages qui mélangent leurs couleurs. »

– Charlotte Brontë
Jane Eyre

Semaine 4

Au *soleil*



« Ô quelle accablante chaleur !
On dirait que le ciel va toucher la montagne.
Vois ce nuage en feu qui rougit la campagne :
Quels éclairs ! quel bruit sourd ! ne t'en va pas ; j'ai peur !.»

– Marceline Desbordes-Valmore

Quand je bloque, j'écris des listes.
Des listes drôles, des listes inutiles, des listes du point de vue d'un de mes personnage...
Et à chaque fois je suis surprise de l'efficacité de cet exercice tout simple.



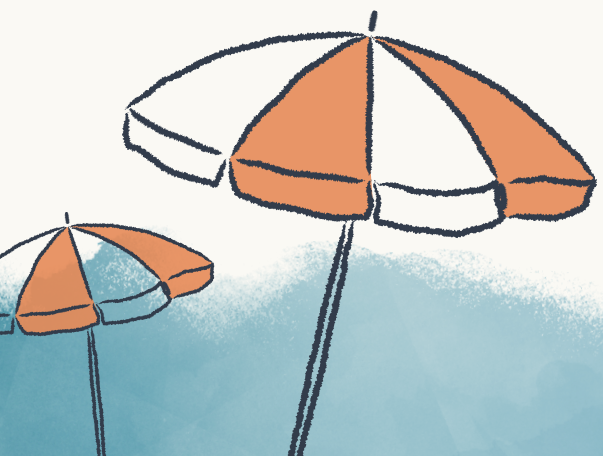




Impulsion 1 - 10 minutes



Décris une journée trop chaude du point de vue d'une personne qui préfère le froid.



Impulsion 2 - 25 minutes



Écris un texte qui commence sous un ciel d'été lourd d'orage. Soudain, la pluie commence à tomber.



Semaine 5

Songe *d'une nuit d'été*

« Je crois que je pourrais rester comme ça toute ma vie, allongée dans l'herbe roussie par le soleil, sous les étoiles, frissonnant dans le vent mais main dans la main avec la fille la plus géniale du monde... »

– Eléa Cera

Cette semaine, on s'intéresse à ce qui se passe dans le secret de la nuit. Les nuits d'été ont quelque chose de magique, tu ne trouves pas?





Impulsion 1 - 10 minutes



En observant le ciel nocturne, tu découvres une nouvelle constellation qui n'était pas là hier.
Quel est son nom ? Que représente-t-elle ? Que protège-t-elle ?

Laisse libre cours à ton imagination.

Impulsion 2 - 25 minutes



Sur une terrasse, un soir d'été, deux personnes discutent. Un secret est révélé au son du chant des grillons.
Écris la scène.

Une impulsion t'inspire plus que les autres ? Tu n'as pas assez de place dans le cahier pour finir ta scène ? Rajoute des pages volantes, ou scotche-les.
Ton cahier doit vivre et s'adapter à toi, pas l'inverse !

La page déchirée

Je te propose ici un exercice que j'aime beaucoup qui consiste à compléter les mots de quelqu'un d'autre.
Une sorte de cadavre exquis à faire seul·e chez soi.

A TOI DE JOUER :

Complète les phrases d'Emily Dickinson pour former ton propre poème.

Je suis personne

Etes-vous

Alors nous faisons

Silence! on nous

Que c'est pénible

Que c'est

De dire son nom

Au marais qui

Page libre






$5 $15 $12
Sesame
VEGAN
$5 $15 $12
Olive
Rosemary
VEGAN



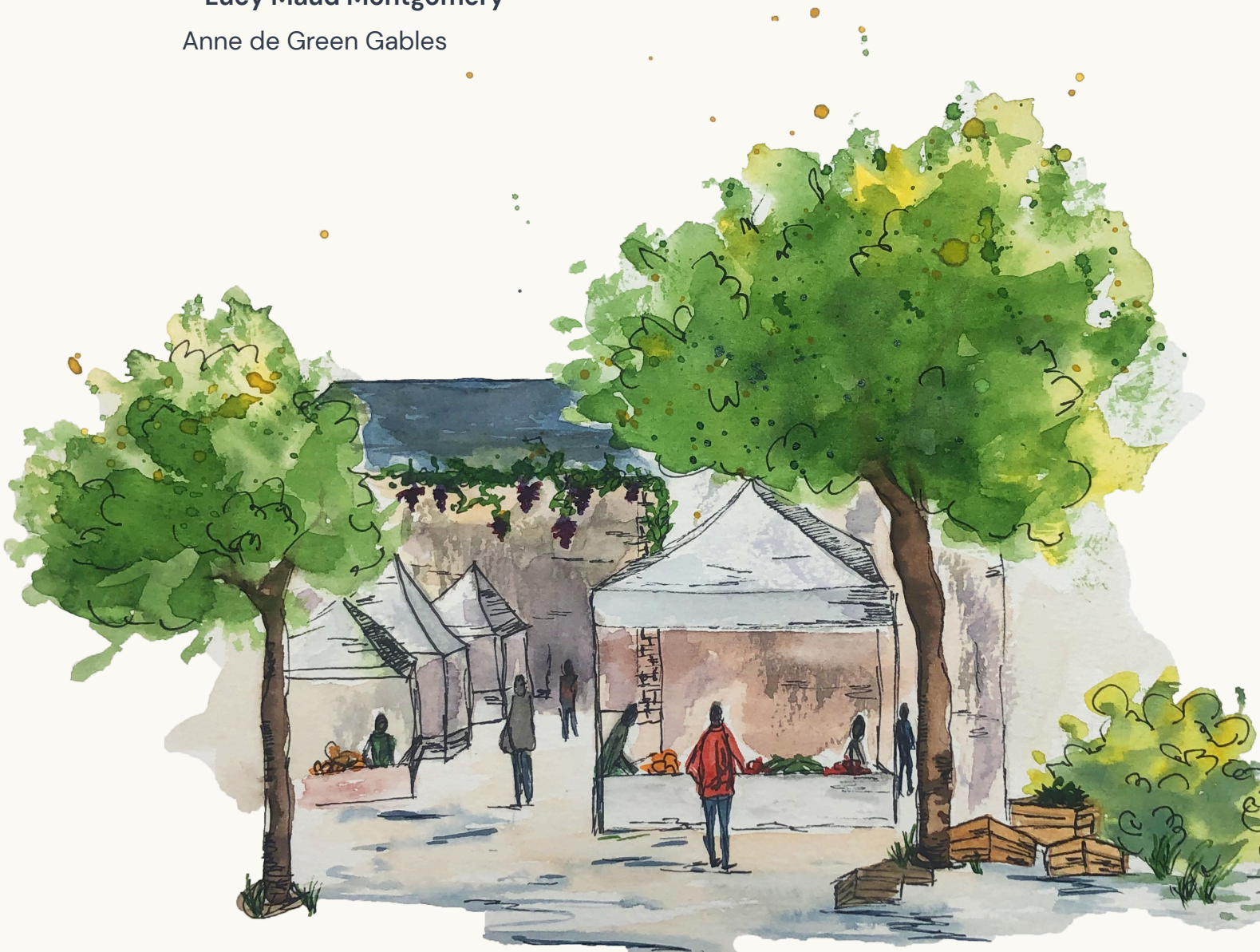
Semaine 6



Au *marché*

« Mais si on a de grandes idées, il faut bien se servir de grands mots pour les exprimer, pas vrai ? »

– Lucy Maud Montgomery
Anne de Green Gables



Impulsion 1 - 10 minutes

Tu observes le panier d'un·e inconnu·e à la sortie du marché. Liste ce que tu vois et ce que ça t'évoque.



Impulsion 2 - 25 minutes

Un stand un peu particulier est apparu sur le marché ce matin.
Qu'y vend-on qu'on ne trouve nulle part ailleurs ?

DES PISTES SI BESOIN :

Il s'agit peut-être d'une nouvelle variété de légume ? D'un fruit qui ne pousse qu'au bout du monde ? De quelque chose d'impalpable (des rêves, de la poussière magique de sorcellerie...) ?



Semaine 7

Les pieds *dans l'eau*





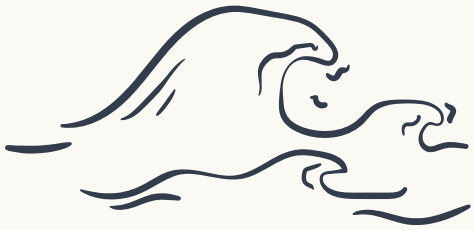
« On respire différemment ici-bas.
Je suis venue pour explorer l'épave.
Les mots sont des intentions.
Les mots sont des cartes.
Je suis venue pour constater les dommages et les trésors qui prévalent. »

– Adrienne Rich

Cette semaine, on laisse le bleu envahir nos mots.



Impulsion 1 - 10 minutes



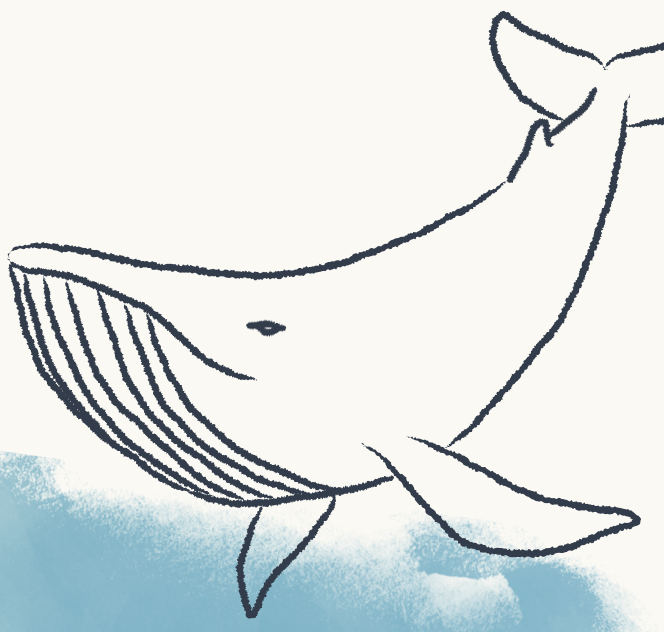
Tu plonges et tu nages. Loin.
Décris la scène en te concentrant sur les sens.

Quels sons perçois-tu sous la surface ? L'eau a-t-elle un goût ? Que provoque la caresse des vagues sur ta peau ?

Impulsion 2 - 25 minutes



Tu es en vacances dans un village au bord d'un lac.
On y raconte que quelque chose d'étrange repose au fond de l'eau.
De quoi s'agit-il ? Est-ce excitant ? Menaçant ? Invraisemblable ?



Semaine 8

S'envoler



« Libérer les oiseaux du rêve
Poser leurs ailes sur le vent
Suivre leur course qui s'élève
Au rythme de leurs battements »

– Anne Sylvestre

A TOI DE JOUER :

Un poème, une lecture qui t'a inspiré·e, une chanson qui a rythmé ton été ? Note-les ici pour les retrouver quand il fera gris.



Impulsion 1 - 10 minutes



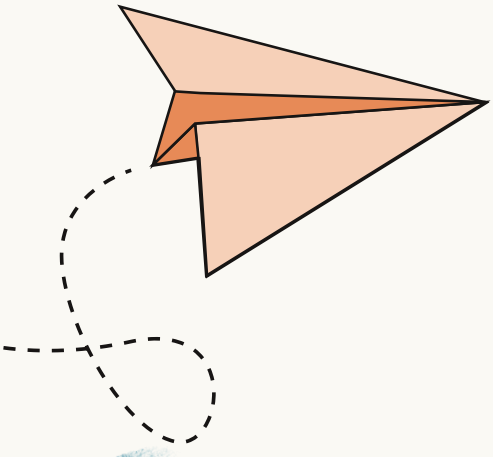
Tu es en vacances dans ton lieu de rêve.
Tu décides de ne pas rentrer.
Écris une carte postale à ton/ta boss pour l'informer de ta décision.



Impulsion 2 - 25 minutes



Écris une scène de la vie quotidienne vue d'en haut. Depuis un avion, un parachute, le haut d'un immeuble, le regard d'un oiseau...
Que vois-tu que les protagonistes ne peuvent pas voir ?
En quoi le changement d'échelle éclaire la scène d'une autre lumière ?



C’est déjà la fin de ce cahier. Peut-être la fin de l’été chez toi aussi.

J’espère que ces pages t’auront permis de ralentir un peu, et de t’autoriser à écrire régulièrement.
Garde tes textes précieusement. Certains resteront probablement inachevés. D’autres trouveront peut-être une place dans un projet d’écriture plus poussé. Et qui sait, un personnage que tu auras créé cet été viendra peut-être un jour te demander que tu racontes son histoire.

Merci d’avoir passé une partie de ton été ici, avec moi.

Et si tu souhaites continuer à écrire ensemble, tu peux me retrouver :

- Sur instagram
- En atelier
- Ou à travers un accompagnement littéraire

D’ici là, prends soin de toi et continue d’écrire, même si ce n’est que dans les interstices d’une vie bien remplie.



Eléa

Retrouve toutes les actualités de Spirale sur :
https://www.spirale-eleacera.fr/

Prends ton plus beau stylo, sers-toi un verre de ta boisson préférée et plonge dans l'écriture.

Un été pour prendre ton temps et savourer tes mots.



@spirale_les_ateliers_delea

Tous droits réservés