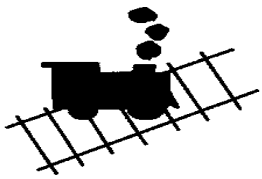


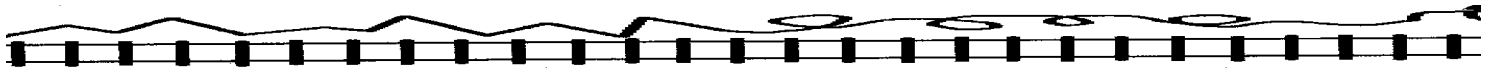
# LA VIDE RAILE



Le journal qui bataille

N°119 2020 - tirage 80 exemplaires

N°119



« Laisse toi porter par la vie, ne résiste pas, fais confiance »

**EDITO**

L'existence est telle un voyage au long cours qui réserve son lot de bonnes et fâcheuses aventures.

Si l'avenir peut faire peur, il peut être aussi source d'espérance.

Au gré du temps qui passe et des intempéries, saisissons un instantané de nos vies teintées de mille couleurs.

Le paradis, c'est peut-être le cheminement?

## Ce que j'aimerais pour mon avenir

Je souhaiterais d'abord retrouver une place en dehors de la psychiatrie, en ayant mon propre appartement.

J'ai aussi d'autres projets qui me tiennent à cœur comme apprendre à jouer du piano et aussi continuer le sport et faire du dessin. J'aimerais surtout reprendre mes études.

Ce que j'aimerais pour le Monde. En premier lieu, que le Monde change, évolue, qu'il ne reste pas figé. Que l'on ait plus de meilleures technologies. Que l'on ait de meilleurs traitements. Que l'on ne fasse pas les mêmes erreurs avec les guerres.

*M.J.*

Chers lecteurs, vous pouvez devenir rédacteurs, en adressant vos textes ou dessins :

Par mail : [c.ouzilleau@ch-estran.fr](mailto:c.ouzilleau@ch-estran.fr)

Par courrier : Atelier Courant d'Air

## Cher Mr Avenir,

Je me permets de vous dire que quand je pense à vous, je n'ai qu'une envie, c'est de fuir. Ouvrir les portes de l'instant présent sans avoir cette peur de vous voir apparaître soudainement. Vous êtes devenu une personne froide au fur et à mesure du temps. Je vous crains mais en même temps je voudrais savoir ce qui va m'arriver prochainement. Tantôt optimiste, puis pessimiste, jamais droit, jamais comme il faut. J'aimerais arrêter de rêver de choses effrayantes. Puis me sentir bien dans mon esprit, être sereine. Etre en harmonie avec la vie, gérer les soucis petit à petit. Prendre du temps à m'accepter. J'aimerais tout simplement avancer en mettant mes doutes de côté tout simplement vivre le mieux possible chaque moment.

*Océane*

## La vie en Normandie

La vie en Normandie, c'est pas comme la vie à Paris.

Paris, c'est métro, boulot, dormir, courir.

C'est pollué à Paris, avec les pots d'échappement. Ca bouge plus qu'en Normandie.

Le problème en Normandie, c'est les déchets sur les plages que la mer emporte avec elle et les poissons meurent.

Aidons nous à sauver l'environnement.

Battons nous pour sauver la vie de chacun.

*Laurence*

## Le Pr. Étiré vous parle!

D'après notre expert Sylvain, voici la liste des lieux où il est interdit de rire :

- L'hôpital
- L'armée
- Les églises
- Un sous-marin
- Les cimetières
- Les musées
- Le tribunal
- La gendarmerie
- La prison
- L'école
- L'Assemblée Nationale



### L'eau c'est la vie

En ce moment il pleut et dans certaines régions de trop, en peu de temps et les catastrophes se produisent mais on sait le temps fait ce qu'il veut on peut rien changer. Dans d'autres parties du globe c'est le printemps ou l'été et il ne pleut pas ou pas assez, les sécheresses sont là et les feux de forêt aussi, la terre brûle à grande vitesse. Il faudrait s'organiser mondialement pour intervenir à temps et surtout le plus rapidement pour les éteindre. La vie de la Terre est en jeu. L'eau est vitale pour donner à manger à cette planète. Il faudrait changer notre mode de vie, moins de viande, moins de maïs qui assèche la terre, manger plus de légumes qui nécessitent le moins d'eau possible. Les agriculteurs en saison des pluies : faire des réserves en grande quantité pour ensuite pouvoir arroser quand il le faut et surtout penser aux jeunes générations et celles qui arrivent car leur vie en dépend.

À bon entendeur, salut.

MDC

## Le courrier des lecteurs

Bonjour,

J'ai suivi votre aventure par vos mail. Je vous félicite, vous m'avez permis de « retourner » à Venise ce matin (j'y suis allé en 2011).

A bientôt. VM

Merci de nous avoir lu et de vos encouragements, car c'est pour nous une reconnaissance.

C'était une belle histoire, pas vraiment finie! A la suite de ce voyage, nous préparons avec joie et fierté une exposition à Pontorson.

Nous vous souhaitons de retourner à Venise ou d'aller voir Denise, mais ça n'a rien à voir!

Pour le Comité de Rédaction,  
Laurence, MDC, Sylvain et O.

Nathalie vue par Renée



NATHALIE  
NATHALIE

## La vie, enfin!

18 février 2020. C'est la fin de l'hiver. Je ne sais pas si l'approche du printemps y est pour quelque chose, mais je me sens renaître. Après tant d'années passées dans le froid caverneux de la prison où j'étais enfermé, j'ai l'impression, telle la végétation, de sortir enfin de terre: la vie entraperçue...la vie, enfin!

J'ai si longtemps survécu, ou plutôt, sous-vécu, que les lueurs entrevues me donnent l'espoir de vivre, tout simplement. Non plus, seulement, essayer de me tenir la tête hors de l'eau, mais tenter d'exister pleinement, corps et âme. Je suis en train de donner le droit d'exister à mon corps, à mon cœur. Je m'étais réfugié dans la pensée, je suis en train d'amorcer une réincarnation. Oui, j'ai un corps, oui, j'ai un cœur. La nature m'a ainsi fait. Pourquoi le nier? Pourquoi le renier? J'ai le droit d'être enfin moi-même. Peut-être suis-je, à bientôt cinquante ans, au printemps de mon existence. Mais pourquoi faut-il attendre d'avoir de vieux os pour oser enfin montrer sa vraie nature? Je suis en train d'éclorre. Je découvre peu à peu ce que je m'étais tant caché, ce qui me semblait interdit. Bas les masques, j'ose montrer mon vrai visage. Oui, j'ai le droit d'être tout simplement moi-même, avec mes qualités comme avec mes failles. Je peux redevenir un humain parmi les humains. Développer des relations sincères et spontanées. J'ai passé beaucoup de temps à essayer d'être quelqu'un d'autre, à nier ma vraie nature. Non, je n'ai pas réussi à devenir cet autre, ce personnage idéalisé auquel j'aspirais. Mais, était-ce mon propre désir? Aujourd'hui, au sortir de l'hiver qui m'avait englouti, je veux vivre par-dessus tout. Aujourd'hui, j'aspire au bonheur qui n'a jamais été aussi palpable. Je ne peux refaire le passé. Je perdrais mon temps et ma soif de vivre en cultivant les regrets. Aujourd'hui, malgré les années, j'ai peut-être la vie devant moi.

*Stéphan Beuve*

## A la façon du Chat?

Le rire est le propre de l'Homme. Alors le mec qui fait la gueule, il pue des pieds ?

En quoi est-on réincarné lorsqu'on meurt de rire ? En clown triste ?

Fait divers: Un attentat humoristique. Un homme s'est fait éclater de rire dans la foule.

Si rire vaut un bon steak, pourquoi on balance pas du monoxyde d'azote sur le Sahel ?

Un sourire, c'est une réaction à une sous-blaque ?

Est-ce que le croque mort rit toujours à pleine dents?

Est-ce plus facile d'avoir la banane sous les tropiques ?

L'Homme reste-il un homme s'il rit bêtement ?

Une femme peut-elle rire dans sa barbe ?

Faut-il être mousquetaire pour rire sous cape ?

Si on rit à en pleurer, du coup, on est plus triste qu'heureux ?

N'y a t'il que les crabes qui soient pince sans rire ?

Avoir le fou rire, c'est un truc de dingue ?

Faut-il être un cétacé pour rire comme une baleine ?

### LAVIDERAILLE

Le journal qui sort des entrailles

Comité de rédaction Atelier Courants d'Air

Contact : c.ouzzilleau@ch-estran.fr

(Atelier journal le Mardi matin à partir de 10 h)

Rédacteur en chef : A.C.A.

Les textes et visuels qui sont confiés à la rédaction en vue de parution dans ce journal peuvent être signés, ou pas, par leurs auteurs.

## Et je cours

Le temps coule sans s'en apercevoir  
L'humeur se détériore elle ne voit pas passer l'heure  
Au bout de ce tunnel j'espère y perdre ma peine  
L'amour ou la haine entre les deux y a pas mieux  
Le sourire cache le reflet d'une soi-disant souffrance

**Et je cours, cours je m'accroche au temps**  
**Et je cours, cours j'ai plus le temps**  
**Et je cours, cours je veux revenir vers mes rêves d'enfant**  
**Et je cours, cours il y en a plus pour longtemps**  
**Et je cours, cours là au dessus d'un étang**

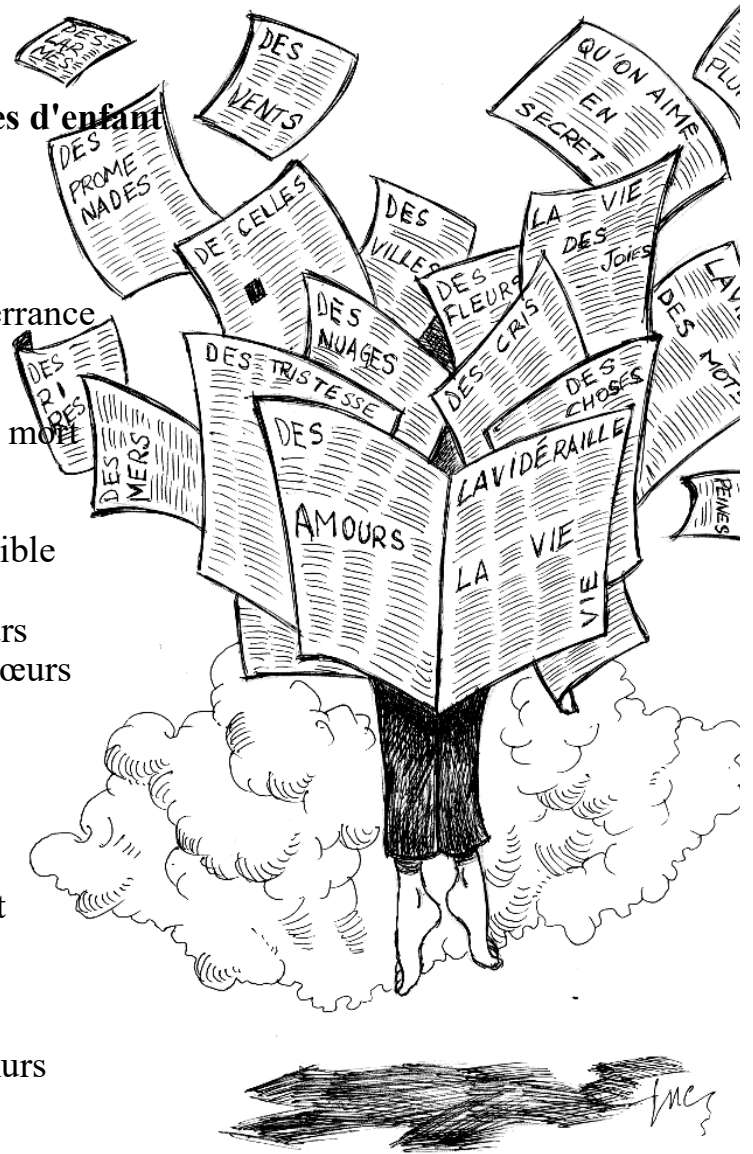
Dans le ciel existe le combat éternel  
Celui des âmes qui respirent la souffrance dans l'errance  
J'ai faim d'aventure mais je ne sais pas où aller  
Je me sens prisonnière dans le néant de l'éternité  
J'ai encore le temps de me mettre d'accord avec la mort

Ma couronne me trahit je suis la reine de l'ennui  
La lumière semble être un lieu inaccessible sans cible  
Je ne sais pas pourquoi je crie ni pourquoi je ris  
Un sentiment étrange qui sûrement habite les cœurs  
Une sorte de pincée de bonheur agrémente mes mœurs

Seule ou entourée quelle est la différence  
J'aimerais tant rebondir en enfance  
Grosse erreur de l'existence  
Je n'ai plus tout simplement de chance  
Mais mes pensées les plus folles elles se déploient

Il n'y a plus de loi ni de droit  
Seulement la foi bat le malheur  
Non je ne peux pas rester vivre entre ces quatre murs  
S'il vous plaît aidez-moi je ne crois plus en moi  
Une source de colère m'inonde

J'ai peur de me retrouver en enfer  
Aidez-moi pour la dernière fois je ne peux pas aller là-bas  
On m'a dit qu'il y avait pire que ce qu'il y a sur Terre  
J'ai besoin d'air j'ai besoin de la mer  
Elle qui est une ressource d'inspiration de la passion



## Océane **L'arbre se laisse mourir**

La vie c'est comme une feuille qui tombe et qu'on laisse mourir.

Pour moi, c'est ce qui se passe en ce moment. Je suis un arbre qui prend de l'âge et qui a besoin de quelque chose, mais quoi? Je ne sais pas. Me laisser tranquille! Ne pas me harceler. Pas me dire « fais çà, fais çà ». *Laurence*

**Chers lecteurs, vous pouvez devenir rédacteurs, en adressant vos textes ou dessins :**

**Par mail : [c.ouzilleau@ch-estran.fr](mailto:c.ouzilleau@ch-estran.fr)**

**Par courrier : Atelier Courant d'Air**

## Comment voir le paradis

Cela doit être merveilleux car il y a des anges au-dessus des nuages.

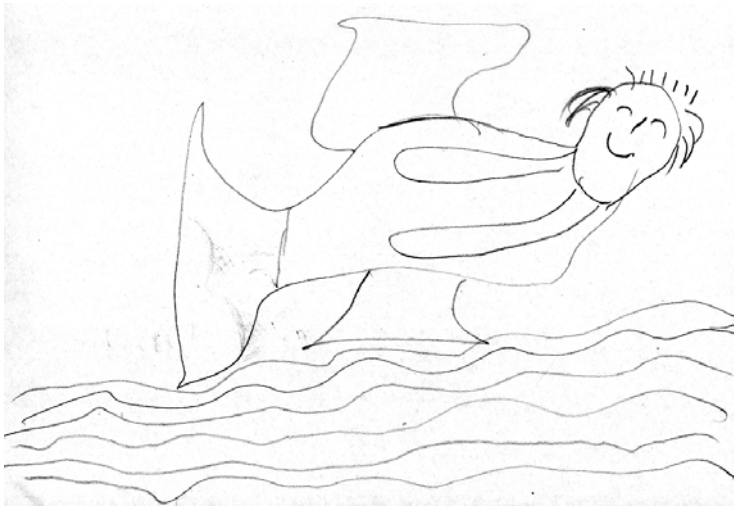
Au-delà de la Terre, le ciel bleu et le soleil, on doit trouver l'infini, l'idéal, le lieu choisi pour vivre.

Dans la vie, des fois, on a besoin d'aide et justement il y a les anges gardiens du paradis.

On est bien vivant sur Terre et il ne faut pas perdre pieds, vouloir faire de belles choses entre amies et ne pas rester à se morfondre dans son coin.

Il faut trouver nos héros du quotidien.

*Emilie*



## Les agriculteurs

Les agriculteurs souffrent beaucoup l'hiver, du froid. Ils montrent beaucoup de courage face à l'ampleur des travaux d'entretien de leur ferme.

C'est le métier le plus dur du monde!

Ce sont des responsabilités énormes. Il faut maintenir la production pour éviter de travailler à perte et pouvoir continuer à entretenir les locaux, acheter du matériel (tracteur, remorque), acheter la nourriture des animaux, payer le vacher, payer les prestataires (moissonnage) et se verser un salaire.

Une ferme, c'est une entreprise.

*Sylvain*

## Les gris

Les gris glissent et le bleu,  
Les eaux algides et calmes,  
Pleurent sur le canal,  
Où elle jeta comme ça,  
Dans des éclats de ire,  
Notre amour, nos passions,  
Puis les morceaux de vie,  
Que nous rêvions. ensemble,  
Seul le vent dira,  
Pourquoi en cette nuit,  
Elle partit me laissant,  
A l'infâme fatum,  
Qui tourmente mes songes, depuis...  
Les gris glissent et le bleu,  
Pleurent sur le canal.

*Luc*

## Merci pour votre aide

Ecrire dans le petit journal est quelque chose qui m'intéresse. Je dois reconnaître que dans les activités que je fais j'ai de la chance, les encadrants sont de bons conseils et si l'on a un problème on peut en parler. Je les remercie du fond du cœur car je passe un mauvais moment, ils me soutiennent moralement et un nouveau dialogue s'est établi entre eux et moi. J'avais des préjugés sur certains, je me suis trompé, l'ambiance est bonne, je passe de bons moments. Je remercie aussi le Docteur qui a accepté que je puisse prendre le taxi pour venir aux activités. Mon combat n'est pas fini mais je vois de l'espoir. Peut-être d'ici quelques temps j'irai mieux : surtout que je puisse marcher comme avant car c'est ce que j'aime en premier. Cela me manque beaucoup. Le personnel du CMP m'aide aussi beaucoup : si vous avez un problème, n'hésitez pas à parler avec eux.

*MDC*

# Au gré du vent...

## Au gré du vent, rue Bertrand

Au gré du vent,  
Je pousse des chants,  
Aux oreilles des passants,  
Qui hurlent en courant,  
Dans la rue Bertrand.  
Qui étais-je, avant  
D'être ce brigand  
Qui marche en criant ?  
Je n'suis pas méchant,  
Juste effrayant.  
Je fais peur aux enfants,  
En montrant mes dents  
Dans la rue Bertrand

## Au gré du vent

Au gré du vent  
Autant en emporte le temps  
Cependant, tout dépend  
Du Monde d'antan,  
En véhiculant et divagant,  
Au fil des ans,  
En comprenant tout d'avant  
Dans l'ancien décan,  
Profitant du présent,  
En s'adaptant si souvent,  
Loin du banalisant  
En participant  
A une marche en avant,  
Pour un fameux événement  
Scintillant.

*Anonyme*

## Au gré du vent

Au gré du vent,  
Tu vas pas me prendre le chou maintenant.  
Sinon, je te casse les dents.  
Va-t'en!  
Et, bon vent!  
Tu n'es qu'un chenapan.  
Saltimbanque!  
Tu n'auras plus d'argent.  
Tu ne pourras plus être épatant,  
C'est plutôt perdant.  
Casse toi, en pleurant!

*Sylvain*

*Luc*



## Au gré du vent

Au gré du vent  
J'irai bon an mal an  
Sur le chemin qui mène tout simplement  
Vers des horizons plus cléments.  
Partout je verrai des gens  
Pour sortir de mon isolement.  
J'oserai leur prendre la main de moins en  
moins méfiant.  
Ils m'indiqueront très humainement  
La route à suivre pour le firmament. *Stéphan*

## Au gré du vent, souffle léger.

Les oiseux sous le vent léger auprès d'une ri-  
vière. Le vent souffle très fort. Tous les arbres  
meurent. C'est dommage! C'est une tornade  
destructrice. *JPM*

## Au gré du vent

Au gré du vent,  
Se laisser porter, doucement,  
Par une brise légère, infiniment.  
Perdre ses repères, son ancrage, s'il souffle  
violemment

Au gré du vent,  
Partir, aller de l'avant.  
Sans se retourner, serrer les dents.  
Tout balancer, vivre le présent.  
Au gré du vent,  
Croire en un demain chantant.  
Faire une croix sur l'hier, l'indicible, l'absent.  
Tout planquer derrière un paravent.  
Au gré du vent,  
La vie, un ouragan. *C.O*

## Au gré du vent

Désormais, j'irai au gré du vent. Je dirai au revoir à notre histoire en espérant un jour te revoir, secrètement.

Qui l'eût crû que le souvenir de ta voix à chaque fois m'émeut. Que je me remémore tout ce que l'on a vécu.

Tout ça maintenant, ce n'est que du vent. Il a emporté avec lui nos moments, nos instant.

*O.*

## Au gré du vent

Au fil du temps,  
J'ai vu l'enfant devenir grand.  
Au début, il marchait d'un pas lent et tremblant,  
Puis, grandissant, il avançait en courant, se précipitant, pressé d'être grand.  
Ne prenant plus jamais le temps de regarder les cerfs-volants planer au gré du vent. *FR*

## Au gré du vent

Les parents, au gré du vent, bientôt du vent  
jour du vent, sous du vent  
et tout, du vent.  
le ciel, du vent.  
le ballon dans le ciel, avec le bon vent.  
le sens de la vie, durant.  
Joue là, comme Beckham qui joue au football  
France-Dijon, le vent.  
Bientôt le ciel se bouge comme une course du vent.  
Le jeune joue du vent. *Daniel*

## Au gré du vent

Au gré du vent,  
Au soleil levant,  
Rien de surprenant,  
Un espoir naissant, un chant endiablant,  
Un patient bruyant,  
D'un pas surprenant,  
Un amour foudroyant,  
Un destin hallucinant,  
Un livre embarquant,  
Un conte d'enfant,  
Un charme surprenant,  
Un passé traumatisant, un avenir effrayant,  
Un présent étouffant. *Gauthier*



## Au gré du vent

Au gré du vent

Je me sens redevenir enfant.

J'entends la voix douce de Maman

Me montrer de loin le firmament.

Je savoure ce moment.

Je l'aime tant.

Moi, jamais je ne mens.

Je préfère croquer le temps,

A pleines dents.

## Au gré du vent

Au gré du vent, v'la le joli vent, vent d'antan,  
j'ai pris le vent, vent du levant, souffle de vent,  
contre vents et marées, j'en ai eu vent et dans  
le vent, je vous dis bon vent!

*Hélène*

## Au gré du vent

Au gré du vent

Je partais dans le temps

Je me laisse emporter par le vent

Et j'ai eu un accident

Je recherche un appartement

Je finis en mangeant

Je me penche en avant

Je marche très lentement

O. Et parfois je peux être méchant

Je partais en vacances à Lorient

J'ai très peur des serpents

Parfois je suis très emmerdant

Et sinon je peux être embêtant

Et parfois je m'endors au volant

Et je me brosse les dents.

*Yoann*

