

Le journal qui défouraille, c'est pas du Canada Dry

N°139 2024 - tirage 80 exemplaires

« Commencer à analyser la poésie, c'est déjà la tuer »

EDITO

On est bien!

Beaucoup de personnes dont des habitués aiment venir ici pour écrire ou dessiner, des fois le même thème mais pas forcément le même texte.

Nous vous souhaitons une bonne lecture.

A la prochaine à Laviderraille.

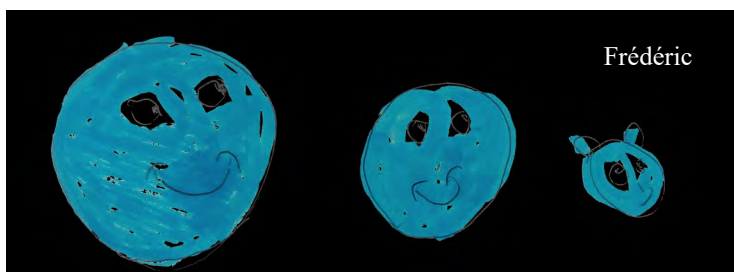
Au détour d'un chemin,

J'ai rencontré Emilie et un groupe de personnes merveilleuses qui ouvrent leur cœur sans contrainte.

Dans cette enceinte de je ne sais quel siècle, il existe le monde tout autour de nous, et vous par votre accueil chaleureux réunissez tous les ingrédients d'une recette dont vous avez le secret.

Mon bel ami me la susurré: de la souffrance naît quelque chose qui ressemble au Big-Bang, tout émerge de la solitude des êtres qui n'attendent pas d'ouvrir leurs portes par leurs dessins, leurs écritures et leur foi propre à chacun.

RV



Demain est un jour pas comme les autres

Voir ma psychiatre et réévaluer ma situation, ça ne va pas être un cadeau.

AïE. AïE. AïE.

Que dire ? Sortir ou ne pas sortir : prête ou pas prête ? Bonne question.

Voilà où j'en suis. Je n'ai plus le courage d'avant et de force. Toujours la tête dans les questions.

C'est psychologique : je le sais ; faire face à ce gros problème m'inquiète, mais bon quand il faut se lancer, il faut y aller : « se jeter dans la gueule du lion » : Voilà mon défi, je n'ai pas le choix de toute manière, c'est ma devise, un dur défi, avoir de la force, de la patience et de l'organisation.

Etre cadrée, droite dans mes bottes et tête sur les épaules. « Go Johnny go go. » Cette chanson pour booster.

LK

Les crayons glissent sur le papier,

Les mots posés sont-ils en liberté

Ou emprisonnés à jamais ?

Figés à l'encre d'un instant T

Où sur une piste d'où s'envoler ?

Auteur, lecteur, c'est à chacun d'en décider..

S.

Sur une plage déserte, je me réveille.

Je me réveille avec ce grand soleil qui grille dans mes yeux, un peu comme si j'étais émerveillée par un monde magique qui sommeille en moi.

Mais, je reviens vite à la réalité avec les courses à faire, s'occuper des enfants, faire les tâches de la vie quotidienne. Une vie de tous les humains sur cette terre.

Je rêvais d'un autre monde.

Sassa

Sur une plage déserte, je me réveille.

Dès l'aube, entre marée basse et marée haute, avec les vagues sous forme de rouleaux plein d'écume, avec le bruit du ressac, entre le vert et le bleu.

Le soleil naissant à l'horizon, d'une couleur orange lumineux.

Devant ce tableau, je *rêvais d'un autre monde.*

C'est du Téléphone.

LiCool

Sur une plage déserte, je me réveille.

Pour l'instant, rien de spécial, j'attends mon copain pour lui annoncer une bonne nouvelle et là je vois une femme avec son compagnon et un bébé.

Alors une idée est venue dans ma tête : je vais les voir et je leur demande : « Bonjour, je vais annoncer une bonne nouvelle à mon mari, puis-je vous prendre en photo ? » Ils m'ont dit « Oui, pas de souci ». Et là, je vois au loin mon chéri qui arrive. « Coucou, tu m'as dit de venir en urgence, tu a un souci, ma chérie ? »

Là, je lui montre la photo que je viens de prendre et je lui donne une boîte. Et, là surprise, dans la boîte était un test de grossesse

positif. Il en pleure de joie, me porte et me demande en fiançailles

Et la bague tombe dans la mer et part au large.

Je rêvais d'un autre monde.

K.

Sur une plage déserte, je me réveille.

Je retire le sable que j'ai dans les oreilles.

Le soleil brille de mille feux. Il commence à faire chaud. Ce doit être le matin.

Personne aux alentours.

J'ai dormi combien de temps?

Comment suis-je arrivé sur cette plage?

Je me souviens seulement avoir ressenti le besoin de prendre l'air, de me retrouver dans la nature pour m'y requinquer.

J'aime les bains de mer. Je m'y sens revivre au contact des éléments.

J'aime aussi observer les gens qui s'y trouvent, vaquant chacun à des activités différentes. Pour les uns ce sera paresser sur la plage, d'autres préféreront pêcher au milieu des rochers, certains viennent courir alors que d'autres encore prendront la mer sur un voilier...

Que de vie en ces endroits qui pourtant m'oppressent. Le calme règne, malgré tout. Je retrouve un peu de sérénité. C'est certainement cela que je suis venu chercher : un peu de paix après le stress des années passées. Ma vie était devenue chaotique, beaucoup de gens m'ont déçu.

Ce n'était pas l'existence que j'espérais.

En fait, *je rêvais d'un autre monde.*

Stephan

Chers lecteurs, vous pouvez devenir rédacteurs, anonymes, ou pas, en adressant vos textes ou dessins : Par mail : laviderraille@ch-estran.fr

Par courrier : Laviderraille UTAT CH estran



Sur une plage déserte, je me réveille...

Là, ami lecteur, agacé, ou déçu peut-être, si je me montre optimiste, je te vois soupirant.

Tu le sens, je vais te resservir ma soupe.

Trois kilos d'îles désertes, une douzaine de palmiers, une infusion de lointains voiliers, une cuillère à soupe de solitude, deux de nature sauvage.

Et une pincée d'anticapitalisme.

Bah, non, ami lecteur, tu as tout faux.

Sur cette plage, je suis seul, effectivement.

Mais cela m'attriste.

Profondément.

Il fait froid. Le ciel est menaçant. L'horizon est de béton.

Les navires au loin sont de métal .

C'est à eux que nous avons échappé ce matin.

Au début du voyage.

C'est leur secours que nous appelions de tous nos vœux lorsque les choses se sont gâtées.

Cette plage n'est pas une destination choisie.

La mer m'y a rejeté.

Les autres n'ont pas eu cette chance.

Ce matin, de l'autre côté, sur une autre plage, ***je rêvais d'un autre monde.***

Eux aussi.

C.O

Sur une plage déserte, je me réveille.

Les embruns sentent la liberté.

Les vagues ondulent dans un mouvement perpétuel.

Le soleil berce mes idées vagabondes.

Qui s'endorment malgré la canicule.

Je rêvais d'un autre monde.

Claudine

Sur une plage déserte, je me réveille.

Je me suis baigné, l'eau était chaude.

J'ai nagé assez longtemps, c'était très agréable. Le soleil était à la bonne température.

Après avoir nagé, je suis sorti de la mer et je me suis laissé sécher sur le sable.

Comme j'étais seul, je suis parti ***en rêvant d'un autre monde*** où il y aurait un peu de monde, mais pas trop. MDC

Sur une plage déserte, je me réveille.

Je me voyais en train de me baigner à Saint-Malo, au milieu des poissons et ensuite aller à la thalasso pour faire des soins relaxants, marcher sur des galets, me dépayser un peu.

Sur la plage, il y avait des chevaux qui couraient à vive allure, dans le vent. Ils allaient je ne sais où.

Je respirais l'air frais de la mer qui me fouettait les oreilles. Je me laissais transporter par les vagues au milieu des autres nageurs.

Sur cette plage, les enfants faisaient des châteaux de sable et d'autres personnes jouaient avec des cerfs-volants qui virevoltaient dans le vent. Certains mangeaient de succulentes glaces aromatisées au chocolat, vanille ou fraise.

Je suis sortie de l'eau et me suis étalée sur le sable et je me suis endormie.

A mon réveil, manque de bol, j'étais dans mon lit. ***Je rêvais d'un autre monde.*** V.D

Sur une plage déserte, je me réveille les Beatles en tête «When I find myself in times of trouble, Mother Mary comes to me speaking words of wisdom. Let it be « .

Le soleil du matin me surprit, mais soudain un vrombissement déchira le ciel. C'était une attaque aérienne, le feu, les rockets, la poussière, l'éclatement.

Je sentis un besoin irrésistible de courir, de trouver un refuge dans l'immobilité, de fuir le fracas déchirant des avions. A peine, eus je pensé cela, qu'une rocket tomba dans les dunes. Hallucinée par le spectacle de la destruction, je fermai les yeux avec le sentiment d'être arrivée au bout de quelque chose, les bras tendus vers un objet à tout jamais insaisissable. Alors, une étrange ivresse me saisit comme si l'heure de la vérité était venue, comme si la mort devait réunir ce que la vie n'avait pas pu.

Les larmes coulaient sur mes joues. Le silence se fit. dans le ciel et en moi.

Le ciel était à nouveau clair. C'était comme si rien ne s'était produit. Comment pourrais-je expliquer que cela n'avait pas été un cauchemar pour moi.

Mais au contraire celui d'un rêve qui a un sens ?

Si cela a un sens. Le sens de détruire les racines d'un peuple, sa culture, la valeur de l'humanité entière.

« And when the night is cloudy, there is still a light that shines on me. Shine until tomorrow. Let it be »

Je rêvais d'un autre monde. C.

Sur une plage déserte, je me réveille.

Assoiffé, éreinté, le soleil du haut de sa cime me brûle les lèvres.

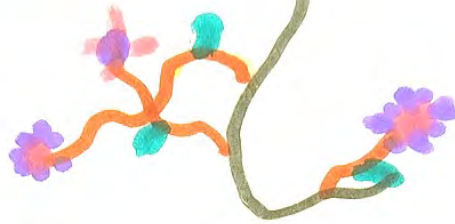
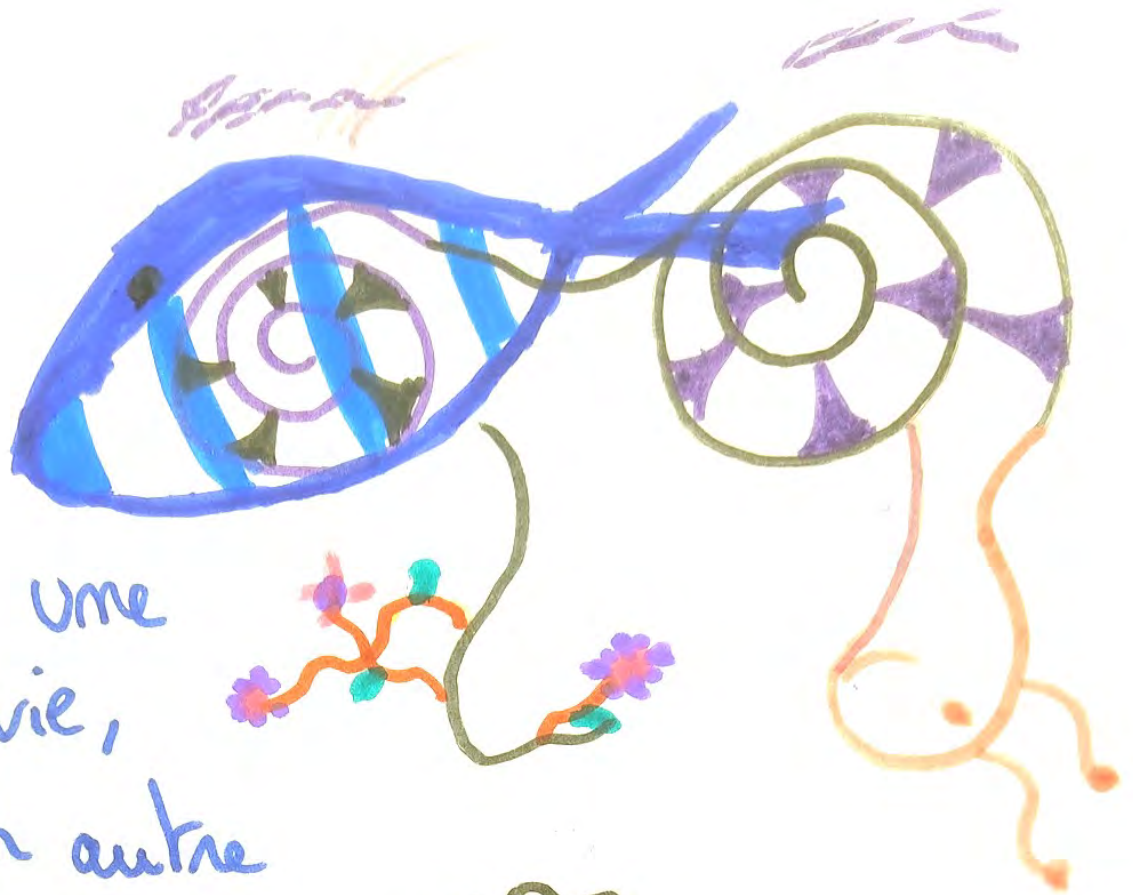
Je suis groggy par mon voyage, mon embarcation est détruite.

«Par tous les vents !! Je suivais le bon cap.»

Me voilà perdu à présent, que faire, où suis-je ? Moi qui devais retrouver Haywa, près des roches embrasées.

Pris de conscience la main tendue vers l'horizon, ***je rêvais d'un autre monde.*** T.B

Dans une
autre vie,
dans un autre
monde,
je t'aimerais
toujours.



LAVIDERAILLE

Le journal qui sort des entrailles

Comité de rédaction : « salle informatique » UTAT

Lundi dès 13h30, ouvert à tous

Contact : laviderraille@ch-estran.fr

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. Ils demeurent la propriété intellectuelle de ceux-ci.

Ne pas jeter sur la voie publique



Troubles de l'humeur

Pourquoi la bien-pensance lutte contre la destruction de leur personnalité envers ceux qui jouent le trouble de l'humeur.

Certains bienveillants viennent soulager ces troubles difficilement perceptibles.

Bien heureusement, la science et les progrès techniques amènent à mieux penser ou repenser les choses, à mieux penser et mieux poser la problématique de guérison

Etre en paix avec soi-même et le retour à l'alchimie entre le corps et l'esprit sont gages de sérénité.

Pour se détendre et associer en pratique régulière, faire du vélo peut être un facteur de dépaysement et une forme de lâcher-prise peut stimuler comme l'endorphine du sportif.

Cette activité sportive est porteuse d'espoir pour les chercheurs aux divers instituts (Pasteur etc...)

Certains se tirent par les cheveux de devoir souffrir comme par une mauvaise nouvelle.

B.B

J'aime bien venir à Laviderraille

Ca me détend.

Comme je ne sais pas écrire, je fais des dessins. Je peux montrer ce que je sais faire, ça me fait plaisir.

Parfois, on propose un thème.

J'ai toujours des idées dans la tête.

Ca me déstresse.

C'est calme, j'aime bien, je n'aime pas le bruit.

J'aime bien les crayons de couleur, les feutres, la peinture.

Frédéric

Les Blessures

Maux créés par des lésions aux tissus vivants ou à la psyché.

Que faut-il faire de ses plaies, traumatismes, écorchures, entailles...

Pouvons-nous panser toutes ses blessures qui nous font tant souffrir?

Rendre une totale santé aux psychés est-il possible?

Auteurs et blessures ne font ils qu'un?

Les laisser nous envahir entre en résonance avec la guérison ou cela nous pousse-t-il à devenir des personnages zombifiés?

Ne faut-il pas se reconcentrer sur soi et ceux qui nous aiment car elles ne disperseront pas!

C'est par mes maux que je trouve mes mots.

T.B



La cigarette

Une cigarette n'en vaut pas une

Elle m'embrume les poumons

Ils sont noircis comme du charbon

Ils ne disent pas merci

Quand on les fume les unes après les autres

On les accepte clopin-clopant

C'est très mauvais pour la santé

C'est un gâchis d'argent

Quand on est en bonne santé

On la garde car elle est précieuse

Péché mignon, mauvaise occasion

De cette cigarette en dérision

Puis je me suis défait pour la vie

De ce tabac. Où je me suis dit

Mon existence n'est pas finie

De jour en jour, de ces années durant

Le tabac c'est un fléau

Qui fait du mal, cette saveur

Mais il n'est jamais trop tôt

Pour s'arrêter aussitôt.

Paul Williams

A toi mon Mimi,

Un jour, le 3 Novembre 2021, nous apprenons que notre vie allait changer, on allait passer de deux à trois, je t'avoue qu'on a eu peur car on faisait les travaux de la maison.

Mais après cette grande nouvelle a réjoui tout le monde, nos familles, nos amis.

Qu'est-ce que j'étais heureuse quand tu grandissais en moi, sentir tes coups, tes mouvements.

Puis vient la date où tu décides de venir pointer le bout de ton nez, après des heures d'attente, t'avoir contre ma peau a été le plus beau jour de ma vie, devenir ta maman, et de devenir tes parents.

Je me souviendrais toujours de la joie et la fierté, que tu as apportées à tout le monde, quand ils t'ont rencontré.

Le retour à la maison s'est bien passé, puis quelques semaines plus tard maman n'a pas vu qu'elle n'allait pas bien, et est tombée dans une fichue dépendance qui, pensait-elle, allait l'aider, mais NON !

Cela a tout détruit, notre couple avec papa, la vie qu'on imaginait dans la longère qu'on a rénovée pendant deux ans.

Après maman a été beaucoup hospitalisée pour dépression post-partum, ou j'ai loupé beaucoup de moments précieux. Je n'étais pas toujours présente quand tu grandissais mon ange.

Plus les mois passaient plus je buvais c'était vital, mais cette merde m'a tout fait perdre.

Ta garde, mon couple, ma maison, des amis, ma santé mentale, ma voiture, mon permis, ce qui a pour conséquence le fait que je ne puisse plus venir te voir.

Je te promets que j'essaye de m'en sortir pour toi, c'est déjà mieux niveau dépression, reste plus que la dépendance à rayer de ma vie !

Je me déteste d'être tombée dans le produit, et d'avoir failli en tant que maman et conjointe, et fille.

Et puis pour finir je m'en veux beaucoup d'avoir gâché cette vie que je rêvais tant.

Ta maman qui t'aime plus que tout et pour toujours.

M.



FREDERIC