



La Chronique du petit Mandrin N°7 L'art de vivre

Mars 2014

Ecrire avec le cœur et la raison au service de la réflexion



Que veut dire art de vivre ?

Vivre pour un idéal, pour une idée, pour une conviction ... ? Est-ce de l'art ? Je ne le pense pas. Ces aspects sont réducteurs.

L'art est mesure, harmonie, proportions, invention, subtilité, transcendance, liberté, émotion...

Nos vies sont joies, tourments, ruptures, détresses, espoir...des lots multiples dans leurs différences. Comment vivre avec « art » devant tant d'imbroglia, devant des difficultés, des obstacles de toutes natures, avec des pleurs, des misères, des rires, des plaisirs, des interdits, des règles sociales, un capharnaüm de situations ? C'est là que se place l'art de vivre, trouver un juste milieu, un équilibre, une capacité à comprendre, à s'adapter et non à juger, une capacité à ne pas s'abandonner à la mélancolie, à rebondir sur tous les cailloux de la vie. L'art de vie appartient à nous-mêmes, à chacun de nous, à notre propre maîtrise pour un bien être avec nous-mêmes et avec autrui, pour vivre avec la beauté dans nos gestes, nos paroles, nos sentiments, nos actions.

Pour l'équipe, Gérard Zilberman

UNE VIE

L'art de vivre, c'est trouver un peu de place dans le ventre rebondi de sa mère,

L'art de vivre, c'est téter goulument le sein de sa mère,

L'art de vivre, c'est s'éclater avec les copains et les copines dans la cour de l'école du quartier,

L'art de vivre, c'est être attendu par ses parents dans une paisible demeure,

L'art de vivre, c'est être écouté et entendu par ces adultes qui croient tout savoir sur la jeunesse,

L'art de vivre, c'est pouvoir prendre sereinement et librement son envol,

L'art de vivre, c'est affronter la vie et tous ses aléas, heureux ou malheureux,

L'art de vivre, c'est participer au progrès de la société,

L'art de vivre, c'est vieillir en se disant qu'on a apporté sa modeste pierre à la construction de l'édifice commun,

L'art de vivre, c'est espérer mourir dans la dignité.

Gilbert SIRI

L'art de vivre...Voilà un sujet bien large où il est facile de basculer dans les clichés !!

Chez nous, nous serions bien tentés d'exposer notre expertise franchouillarde sur l'art de vivre en gastronomie, en luxe et en amour mais n'est ce pas là limiter le sujet à sa simple expression ! Rappelez-vous : offrir des roses à votre bien-aimée, savoir dresser une table, ...



N'est-il pas judicieux d'étendre la formule à une sorte de **connaissance raisonnée de ce que l'on peut tirer de la vie ?**

Est-ce que le fait de boire une tasse de thé en pleine bataille pour un officier anglais relève de cette pratique ou d'un code de bonne conduite face à la peur de mourir? Dans la

plupart des cas, il a surtout fini en chair à canon !

Le plus intéressant, pour la pratique de l'art de vivre, il n'existe pas normalement de modèle à suivre ou à atteindre. Bien sûr, certains vous diront que votre démarche n'est pas la bonne, qu'il est essentiel, par exemple, de disposer d'un logement agencé de telle manière, de savoir recevoir vos invités sous telle forme mais ce ne sont encore une fois que des codes sociaux que chacun n'est pas obligé d'appliquer. De plus, il n'est même pas sûr que vous trouviez du plaisir dans votre quotidien à accueillir de cette façon les personnes qui vous rendent visite !

Chez votre libraire, vous trouverez sans problème LE magazine qui se réclame d'être la référence de l'art de vivre. Il va vous expliquer comment agencer et décorer les alentours de votre piscine ou rénover votre grenier pour en faire un nid d'amour.

En fait, plus j'avance dans ma réflexion, plus je relève une contradiction dans cette expression : Vivre est commun à tous alors que l'art est un domaine hiérarchisé, modélisé dans notre culture. **Les associer nous enferme dans une manière de vivre orientée et codifiée.**

Je crois finalement que cette expression prend un sens tout personnel où la référence ne doit pas exister et s'imposer. Quand j'aurai atteint la fin de ma vie, je pourrai peut être en regardant derrière moi définir ce qu'a pu être mon art de vivre !!

Fabrice Marchois

L'ART DE VIVRE

Voici qu'il m'est demandé « un article de quelques lignes » sur l'art de vivre. Je n'ai pas de réponse, seulement des questions que je vous soumetts, chacune ouvre sur des discussions possibles, profitez en famille, entre amis... voilà un beau sujet.

Vivre, est-ce un art ?

Si l'art est synonyme de création est-ce que vivre est une création ?

Si je vis, est-ce que je peux créer ma vie, l'orienter, la gouverner ?

Si je vis, est-ce que je suis un artiste de ma vie ?

Je retombe toujours sur cette question, celle de ma responsabilité

J'ai les moyens de satisfaire mes besoins essentiels, je ne suis pas menacée, je choisis, je vis dans une société dont les bases sont humanistes

Comment apprécier l'art de vivre, pour un individu vivant dans la rue, au Brésil, en Inde, en Centre Afrique, en France ?

L'art de vivre va-t-il au-delà des besoins essentiels ?

Est-ce qu'on peut dire que l'art de vivre est le représentant de notre société occidentale ?

Est-ce que les peuples primitifs développaient un art de vivre en fonction de leurs besoins, ceux de la communauté, du rapport à leur environnement, et leurs croyances ?

L'art de vivre est-il de répondre à l'ensemble des besoins et des désirs de l'individu ?

Est-ce que je suis maître de mes désirs, ou conditionné par ceux proposés comme répondant à un art de vivre ?

Est-ce que l'art de vivre ne concerne que ma personne ?

Est-ce que l'art de vivre concerne, ma personne, le respect de mon corps, le rapport au monde, aux autres, à la beauté ?

Est-ce que l'art de vivre inclut une juste présence des femmes et des hommes à la grâce de vivre, et de créer du sens au chemin de leur vie ?

Est-ce que l'art de vivre est de jouir des sentiments qui nous sont donnés, amour, amitié, tendresse, l'eau des jours, le partage ?

Est-ce que l'art de vivre consiste à savourer le temps, le malaxer comme une terre, imprimer à l'objet sa part de possibles ?

Est-ce que l'art de vivre consiste à mettre du sens à la fuite des jours, l'angoisse de la mort, la perte, la relation à l'Autre, le grand Autre, Dieu peut-être ?

Mandela aimait particulièrement le poème de William Ernest Henley, "INVICTUS" qui se conclut par ces quatre vers :

Aussi étroit soit le chemin

Nombreux les châtiments infâmes,

Je suis le maître de mon destin,

Je suis le capitaine de mon âme.



Marie-Pierre DONVAL



L'ART DE...

L'art de..., au sens large, serait la pratique permettant de mettre du beau, du bien, du bon dans notre vie et autour de nous, en nous donnant la sensation d'appartenir à UN TOUT.

Cet extrait de la chanson « A quoi tu sers », de J.J. Goldman, semble répondre, en partie, à ces interrogations :

A quoi tu sers ? Pourquoi t'es là ?

Qu'est-ce que t'espères ? A quoi tu crois ?

Y'en a qui meurent, qui prient pour un morceau de

terre

Y'en a qui risquent leur vie pour passer la frontière

Y'en a qui bronzent et d'autres s'font la peau plus claire

Certains s'effraient au fond quand d'autres font des affaires

Mais y a toujours la lune qui s'méfie du soleil
Et quand tout ça changera, c'est pas demain la veille

Certains smatchent ou labourent, d'autres soignent ou bien peignent

C'est à toi, c'est ton tour, qu'est-ce que t'as dans les veines ?

A quoi tu sers ? Pourquoi t'es fait ?

Terminus

Terre, un seul ticket

Y'en a qui grimpent en l'air pour un peu plus d'silence

Y'en a qui vivent sous terre où ça hurle, où ça danse

Y'en a qui pointent des comptes quand d'autres comptent les points

Y'en a qui lèvent des croix pour ceux qui n'y croient pas

Y'en a qui pincet des cordes, y'en a qui frappent des peaux

Certains "import exportent" ou bien se jouent des mots

Y'en a qui s'font des billes quand d'autres tombent les filles

Certains ne donnent qu'aux hommes, mais d'autres n'aiment personne

Mais y a toujours la lune qui s'méfie du soleil
Et quand tout ça changera, c'est pas demain la veille

Y'en a qui courent une vie pour gagner deux dixièmes

A présent, c'est ton tour, qu'est-ce que tu nous amènes ?

A quoi tu sers ? Pourquoi t'es fait ?

T'as la lumière, et puis après ?

Gilbert SIRI

L'ART DE VIVRE

QU'EST CE QUE L'ART DE VIVRE ?

Et tout d'abord, qu'est ce que l'art ?

Les définitions glanées sur Internet nous en proposent plusieurs sens :

«*Expression, par des créations humaines, d'un idéal esthétique*»; ou bien «*ensemble des œuvres artistiques d'un pays, d'une période*»; ou encore «*ensemble de règles techniques d'une activité professionnelle, c'est-à-dire, les règles de l'art*»; et enfin «*talent, habileté, manière de faire*».

Alors, quand on parle de l'art de vivre, de quoi parle-t-on ? Peut-on exprimer un *idéal esthétique* à travers un style de vie ?

Un style de vie assimilé à une forme d'art (art bien éphémère !), une façon de se sublimer. Ce n'est pas vraiment cela que l'on entend par « art de vivre »...

Laissons tomber également la seconde définition qui induit la notion de patrimoine ou d'inventaire. Voyons plutôt si notre «art de vivre » peut s'apparenter à un «*ensemble de règles techniques d'une activité*».

L'art de vivre a-t-il des codes, des règles ?

Oui, si l'on parle de l'art de vivre en société, par exemple.

C'est bien ici le domaine par excellence des conventions et des normes.

La politesse, la courtoisie, et même une certaine hypocrisie en sont les instruments.

Mais l'art de vivre en société n'est sans doute qu'un versant de l'art de vivre.

Si l'on considère l'art en tant que «*talent, habileté, manière de faire*» et que nous laissons de côté les règles et les codes, la question est désormais la suivante: «**En quoi vivre est-il le fruit d'un talent ou d'une habileté ?**».

Cette approche qui fait place au sensible, à l'intuitif nous dévoile une définition de l'art de vivre entant qu'art de « **bien vivre** ».

Mais qu'est ce que l'art de « bien » vivre ?

Sans doute la capacité à aborder avec sérénité les vicissitudes de l'existence, être optimiste, voir le verre d'eau à moitié plein, plutôt que le verre d'eau à moitié vide.

C'est aussi s'émerveiller devant la nature, apprécier

une musique, boire un bon vin, partager un moment de convivialité ou de complicité avec quelqu'un... c'est bien ce que l'on entend généralement par l'art de vivre.

Cette conception renvoie à l'**hédonisme entant que recherche des plaisirs de l'existence**.

Plaisirs physiques tels que bien manger, faire du sport (la culture physique censée favoriser la santé évoque aussi la perfection du corps, l'amour de soi, au prix parfois de grandes souffrances), avoir une sexualité épanouie...



Au-delà du plaisir physique (qui n'est jamais exclusivement physique dans le sens où il procure une satisfaction au plan psychique ou psychologique), il y a les plaisirs qu'on

pourrait qualifier d'« intellectuels ».

Le plaisir d'apprendre, de satisfaire sa curiosité, de grandir intellectuellement par l'art, la culture, les sciences.

Le plaisir de la polémique, du verbe qui flatte ou assassine.

Épicure évoque aussi le plaisir de l'amitié...

L'art de vivre serait donc **savoir prendre le meilleur de la vie**, s'en nourrir, s'en emplir.

Avoir les sens en éveil pour jouir du moindre instant potentiellement heureux.

Être en quête perpétuelle de bien être et de plénitude, et surtout, grand défi, éviter les déplaisirs.

C'est un peu ce que nous promettent aujourd'hui les recettes du «développement personnel».

Mais n'est ce pas une chimère, car cet état ne peut être total et permanent?

Celui qui le recherche au delà de tout autre but, risque de ne rencontrer que déception, frustration et sentiment d'échec.

De plus, cette quête du «bonheur à tout prix» ne constitue-t-elle pas le terreau de l'individualisme, de l'égoïsme sur lesquels

surfe la société de consommation, au détriment d'une conception solidaire de la société?

L'art de vivre, c'est aussi se préserver tant sur un plan physique que psychique, se protéger des coups et des émotions qui font mal.

Mais comment se protéger ?

Doit-on, pour rester serein, éviter tous conflits, tous débordements, privilégier le lisse, le « sans vagues »? Cette posture d'évitement, de fuite ou d'obéissance inconditionnelle apporte-elle la quiétude ?

Se soustraire à toute forme de violence ou d'agressivité ne fait-il pas de nous des proies faciles, dociles, prêtes à consentir et se plier?

Enfin, la quiétude est-elle possible face aux horreurs qui nous entourent?

Peut-on être imperméable à la misère, aux abus, aux injustices ?

Personne ne peut réellement répondre par l'affirmative, pourtant la compassion, les sacrifices ne suffisent pas à sauver le monde.

Doit-on alors, pour bien vivre, être naïf ou égoïste ? Cet état est-il accessible aux êtres lucides, à ceux qui ont soif de justice?

Inversement, le sentiment de puissance que procure la manipulation, l'emprise, la domination sur autrui, peut-il être considéré comme « art de vivre » au prétexte qu'il est source de plaisir?

Le sujet est complexe et épineux!

La réponse pourrait se trouver dans un savant dosage d'empathie et d'égoïsme ?

Compatir, être solidaire, défendre une cause...mais aussi prendre soin de soi, se protéger pour ne pas sombrer, pour pouvoir mener son combat et vivre malgré tout.

Ainsi, l'art de vivre, bien plus que le plaisir ou le bien-être, **pourrait signifier donner du sens à sa vie et faire en sorte que demeure le désir**, la petite flamme.

L'art de vivre implique donc de cultiver ce désir, désir à l'inverse de la plénitude, car comme l'écrit Platon dans le Banquet : « on ne désire que ce dont on manque ».

Le manque crée le désir et l'envie d'agir pour le combler, la plénitude crée l'immobilisme et l'ennui ! Alors, l'art de vivre c'est aussi l'art d'accueillir l'incohérence, l'absurde, le conflit, et qui permet de s'inscrire dans la dialectique du monde.

Tout un art, en effet.

Michèle Soullier



VIVRE AU PRÉSENT

Le bonheur est dans le pré...sent. J'y exerce mes cinq sens et essaie d'y rester le plus longtemps possible : l'écoute d'un Ave Maria, fredonner une Folle Complainte, ouvrir quelques pages magiques d'un livre, frôler une peau, recevoir le bonheur d'une caresse, mordre dans une comice, croquer un chocolat de Crest ou de Voiron, ouvrir un Haut Montplaisir comme si j'inspirais les vapeurs d'une messe orthodoxe (Cahors...), entamer une marche en pleine nature jusqu'à s'en prendre plein les mirettes, tout bonnement s'accorder de petits plaisirs pour se faire plaisir et faire ainsi plaisir à ceux qui vous aiment, avoir un violon d'Ingres qui soit dans vos cordes, jouer avec les mots, les échecs et non les maux.

Ecouter ce que le mal a dit est bénéfique dans la mesure où on ne reproduit plus le même schéma. D'un mal peut sortir un bien si l'on accepte les faits, la situation, et si en en tirant les conséquences, on agit pour faire en sorte de lâcher valises présentes, passées ou ancestrales et arriver à la légèreté de l'Être qu'un certain appelle l'inaccessible étoile. Dire ses émotions, et notamment la colère, source de tous les maux ou maux, selon si elle est exprimée ou non, être à l'écoute de soi et de ses cinq sens. **L'art de vivre au présent est une prise de risque** qui atteint son point culminant dans les sports de l'extrême (être dans le présent ou être mort).

Bien sûr, être heureux sous-entend de faire attention à soi et aux autres, prendre soin de soi, faire attention à sa parole et se méfier des autres. Parler, se confier, ça soulage, puis vient le temps de la réflexion, du choix, de la décision et de l'action en lâchant les habitudes, principes, croyances, obligations... Le but est ce qui est bien pour soi dans le présent : communiquer, se faire plaisir, faire attention, être le plus possible dans le présent, tout en accordant un peu de place à l'expérience du passé et aux prévisions d'avenir.

Vivre est du grand art, tout simplement.

DE LA LIBERTÉ DANS LA TÊTE

Devons-nous nous laisser guider par les règles de notre éducation, par celles des institutions de notre pays, comme sur des rails ou bien forger nos propres pensées et notre autonomie dans l'action ?

Nous aimons construire des croyances, des dogmes, des idéologies, et nous y prêter. Liberté à ceux et celles qui veulent les suivre.

Pour ma part, je ne veux pas emprisonner mon cerveau dans des carcans. La vie est liberté dans le mouvement. Je préfère réfléchir, faire des mises à plat sur les idées reçues, flirter avec l'imaginaire, voir autrement, donner la main au bon sens, à la lucidité, au discernement, à la prise de conscience... quoi ! Etre libre enfin dans ma tête ! GZ



MANDRIN, SI JE T'AIME PREND GARDE A TON « ART DE VIVRE »

Cher Mandrin, as-tu adopté un « Art de vivre » ?

Je voudrais dire que **l'ART DE VIVRE** reste un « Art » fort délicat à posséder ou à acquérir.

En premier lieu, je fais appel à l'étymologie du mot « **ART** ». Ainsi, en latin, le mot « **art** » vient de « **ars, artis** » signifie : façon d'être, habileté, talent et technique.

En réalité, l'« **ART** » désigne un **moyen d'obtenir un résultat par l'effet d'aptitudes naturelles ; Expression par les œuvre de l'homme d'un idéal esthétique ; ensemble des activités humaines créatrices.**

Quant au mot « **vivre** », il signifie : **être en vie, exister.** Victor Hugo écrivait dans « **les Châtiments** » : « ... Ceux qui vivent ce sont ceux qui luttent, ce sont ceux dont un dessein ferme emplit l'âme et le front... **Car le plus lourd fardeau c'est d'exister sans vivre ...** » (L. 4 -IX).

Aussi, suis-je conduite à penser que « **l'Art de vivre** » est une façon d'exister dans la lutte, les projets, la réflexion, le doute permanent, la passion quotidienne, celle qui épanouit mais aussi celle qui fait souffrir, celle qui exige un travail dans l'humilité, un talent à ignorer l'ennui, le néant, le fardeau. C'est, en outre, ne pas tomber dans le murmure, le chuchotement, l'applaudissement béat, le troupeau, la vulgarité, la froideur, l'égoïsme, l'orgueil.

Par ailleurs, c'est, à mon avis : ne pas monter sur un piédestal, convaincu d'avoir acquis le meilleur « art de vivre », avec l'évidence inconsciente parfois de se placer au-dessus ou d'« écraser » l'autre. C'est utiliser son intelligence, c'est-à-dire, son aptitude à comprendre, sacrifier avec souplesse son bien être sans que l'autre ne devienne son bouc émissaire. C'est faire preuve de maîtrise de soi, de réserve, de raison, rejeter fermement sa propre susceptibilité, son égo, et remplacer ce dernier par le doute permanent afin de vivre mieux, autrement dit, avec « art ».

Ainsi, affirmer que l'on a acquis un « art de vivre, » me fait bien rire parfois, si c'est dit avec prétention, si c'est montrer son propre jugement et vouloir donner son exemple. Chacun fait preuve d'un certain art de vivre, d'une certaine façon de vivre sa vie unique, son mode de vie propre, avec plénitude, tempérance.

Certes, **Platon** disait que « l'art » est : « **imitation et illusion** ». Je me demande alors si nous devons imiter l'art de vivre d'un tel ou de tel autre, celui de **Mandela** ou de **Mère Theresa**, par exemple et de combien d'autres encore...

« **Cure de bonheur** » pour le philosophe **HUME**, « **Consolation provisoire** pour **Schopenhauer**, « **Dissimulation de la laideur**

L'ART DE VIVRE DE NOS JOURS ET SES PROBLEMES

pour Nietzsche, esthétisation des pulsions, créations de satisfactions imaginaires de désirs inconscients libérant les puissances de refoulement pour Freud...

En conséquence, y aurait-il un art de vivre universellement reconnu, selon Kant, comme si c'était un canon de la beauté ?



Nul doute pour moi, l'art de vivre, c'est agir, avant tout, avec le respect profond de l'autre, en tous domaines et en tous lieux, n'attendant rien pour soi, ni même une satisfaction égoïste. Alors,

dans ce cas, où serait l'épanouissement de la vie humaine ? C'est ainsi que l'art de vivre, c'est surtout, rester naturel, sans calcul. C'est laisser naturellement parler son cœur. Apprenons donc cette difficile technique à nos enfants, à l'école, à la maison, dans la rue, chaque jour, partout et avec tout le monde. L'art de vivre doit rester indemne, sans corruption, c'est savoir entendre le mal et savoir répondre sereinement, c'est la bonté et la sagesse : « En te sentant haï, sans haïr à ton tour, ... Si tu sais être bon, si tu sais être sage..., écrivait Rudyard Kipling dans son poème : « SI ». C'est de même : « laisser flotter les rubans », à la façon de Jacqueline De Romilly. Cher Mandrin, cet Art de Vivre demeure très difficile à adopter, alors, **vivre avec Art** me semble plus exceptionnel ou judicieux encore que vivre avec son art à soi, personnel et sa solide prise de conscience à réfléchir pour vivre avec art, habileté, talent.

En conséquence, évitons de vivre comme « le rat qui s'est retiré du monde, celui de la fable de la Fontaine, celui qui s'empiffre, isolé, en refusant d'aider les siens disant : « Mes amis, dit le Solitaire, les choses d'ici-bas ne me regardent plus ». L'homme est un être d'exception, aux capacités inouïes, qui nous surprend chaque instant par son génie, sa Beauté, son Art. Il est capable de faire preuve d'**art de vivre**, avec plénitude, tempérance, dignité, d'exemplarité, de bonté et de sagesse, de félicité acquise. Alors, tu seras un **Homme, Mandrin** ! Et tu seras exempté des désordres de l'esprit !

N'es-tu pas d'accord, Mandrin ?

Nelly Chamard

Après la 2^{ème} guerre mondiale, au moins dans les pays développés, l'augmentation rapide du niveau de vie a rendu accessible l'art de vivre au plus grand nombre, bien que de façon encore très inégale.

L'art de vivre se décline alors sur les deux registres de l'être et de l'avoir. L'avoir, sans doute le plus important : la société de consommation a permis l'acquisition de toutes sortes d'ustensiles ou appareils permettant de faciliter ou d'agrémenter la vie. **La consommation est devenue comme une drogue.**

Il y a l'autre versant, celui de l'épanouissement personnel, avec l'accès à une gamme très variée d'activités agréables et enrichissantes dans beaucoup de domaines : artistique, culturel, sportif ou l'investissement dans des activités bénévoles ou citoyennes qui renforcent la convivialité, la solidarité et le lien social et qui tempèrent l'individualisme grandissant.

Tout n'est pas idéal pourtant. Restent les énormes disparités entre les pays, et partout, chez nous aussi, l'énorme décalage entre les ultra riches qui semblent vivre sur une autre planète et les très pauvres, nombreux, pour qui la vie n'est toujours pas un art.

Des questions demeurent, troublantes. **Comment se fait-il que nos sociétés - la nôtre en particulier - qui sont beaucoup plus riches de nos jours qu'au sortir de la guerre, ne semblent pas plus heureuses, et paraissent si pessimistes et inquiètes pour l'avenir ?**

Comment se fait-il que des produits censés nous rendre la vie plus agréable par les distractions et les jeux qui sont censés nous servir, finissent parfois par nous asservir et créent des addictions graves pour l'équilibre individuel et même l'ordre social ?

Tout cela pourrait nous amener à nous interroger sur la nature humaine, la quête du bonheur qui semble si difficile à atteindre, et sans doute aussi sur l'organisation et l'évolution de notre société.

Henri Berrier

L'ART DE VIVRE

A TRAVERS LES AGES

Pour parler de l'art de vivre, il faut d'abord essayer de préciser ce que recouvre cette expression ; ce qui n'est pas facile. On l'utilise parfois en référence à une époque ou une société dont le luxe et les fastes ont impressionné ses contemporains : l'art de vivre de la Cour de Versailles ou de la belle époque, ou quelques-uns avaient le loisir d'exalter "la recherche du temps perdu".

Mais ceci est très réducteur, car ces exemples ne concernent qu'une infime partie de la société de l'époque, la majorité étant exclue de par leur condition même.

Il faut voir ce que représente cette expression par rapport aux aspirations de la majorité des individus. L'art de vivre s'accommode mal de définitions générales et globalisantes, car il peut se vivre de quantité de façons très différentes. Je crois que c'est une question très personnelle. C'est la capacité de profiter des meilleurs moments de la vie. Cela dépend de chacun, car personne ne réagit de la même façon devant les mêmes situations.

Mais, il me semble que les conditions dans lesquelles on vit jouent un rôle très important par les possibilités qu'elles offrent, ou non, de moments agréables. **C'est, donc, aussi une tendance naturelle aux humains de chercher à rendre leur vie plus agréable.** Il semble évident que la façon dont on envisage sa vie et son avenir dépend beaucoup de la société dans laquelle on vit et de la place qu'on y occupe. Encore faut-il que l'individu soit libre d'organiser sa vie et de peser sur son avenir et que celui-ci ne soit pas prédéterminé en dehors de sa volonté, ce qui a été le cas pour la majorité des humains tout au long de l'histoire, où l'art de vivre était réservé à une petite minorité, qui pouvait s'affranchir des contraintes du commun des mortels, de la nécessité impérieuse de travailler pour gagner sa vie, les autres s'efforçant de vivre, parfois de survivre dans des conditions très difficiles.

C'était le cas dans les sociétés antiques, dans le monde romain où l'esclavage assurait la plupart des travaux, surtout les plus pénibles, comme dans les mines, où le travail était très dur et la mortalité très forte. Pendant les longs siècles de l'époque féodale et du Moyen-Âge, les paysans, attachés à la terre, taillables et corvéables à merci, n'avaient

pour tout espoir d'amélioration que la félicité dans l'au-delà qu'on leur faisait miroiter, comme récompense à leurs souffrances en ce bas monde. Sous l'ancien régime, même quand les splendeurs de Versailles éblouissaient les cours européennes, le menu peuple s'acharnait à vivre, et même à survivre, entre les guerres, les famines et les épidémies qui décimaient parfois le tiers de la population.



Plus près de nous, dans la France de la Restauration, quand les barons de l'industrie et de la finance et même la petite bourgeoisie du négoce profitaient de l'enrichissement de la révolution industrielle, les usines nouvelles

engloutissaient les masses humaines que les transformations de l'économie jetaient hors des campagnes, tous ces gens contraints de vendre leur seul bien, la force de leurs bras.

La condition de ce nouveau prolétariat a été longtemps inhumaine. Quels pouvaient être les espoirs de ces gens qui travaillaient depuis leur plus tendre enfance dans des conditions terribles et qui étaient vieux à 30 ans ? Casimir Périer, le ministre de Louis Philippe, avait fixé les règles en déclarant à la Chambre en 1831 : "il faut que les ouvriers sachent bien qu'il n'y a de remèdes à leurs maux que la patience et la résignation". Pour sortir de la misère, il ne restait que la révolte, celle choisie par les canuts à Lyon aux cris de : "vivre en travaillant ou mourir en combattant". Ils ont eu droit à la deuxième option. On leur a envoyé l'armée : 600 morts ou blessés.

Mais une évidence s'imposait lentement appuyée par les revendications ouvrières qui se faisaient plus pressantes : il faut avoir du temps pour pratiquer l'art de vivre. Du temps pour se reposer d'abord d'un travail exténuant, pour profiter ensuite de son temps libre. L'amélioration a été très lente et elle est récente : la journée de 8 heures a été accordée en 1919. Le repos dominical l'avait été en 1909. Au total, en un siècle de 1870 à 1970, le temps de travail a été divisé par 2, ce qui est considérable.

Henri Berrier

UNE VENDANGE DE LA VIE

J'appelle « une vendange de la vie » une leçon tirée de nos vécus, de nos observations, de nos expériences, de nos épreuves multiples.

Il n'y a de leçon que si nous sommes dans une disposition de recherche pour progresser dans nos comportements en vue d'une meilleure adaptation aux aléas de l'existence ou pour apporter une nouveauté améliorant une problématique de la vie.

Dans la vendange de ma vie, je cueille trois mots comme trois grappes de raisin dans lesquelles je picore un peu de sagesse, me semble t-il ! Ces trois mots me paraissent fondamentaux pour guider mes pensées et mes comportements d'homme.

Quels sont ces trois mots ?

Je retiens le mot **arbitraire**. Je ne peux en aucune façon prétendre à une vérité.

La notion d'arbitraire m'amène à saisir la notion de subjectivité. En d'autre terme, chacun voit à sa propre fenêtre. Très bien. Mais n'y a-t-il pas dans notre subjectivité une forme d'autoritarisme qui peut nous mener à des dérives de pensées, à l'imposture, à des abus de comportement ? Il n'est pas question de renier la subjectivité faite d'arbitraire, certes, mais qui est aussi richesse de personnalité. Il convient d'en prendre la mesure, de prendre du recul. Le mot arbitraire appliqué à moi-même m'amène à être prudent dans mes jugements, dans mes conduites, soucieux d'éviter des excès nocifs d'attitudes envers moi-même et envers autrui. Trouver la maîtrise de soi !

Dans ma vendange de la vie, je cueille un deuxième mot : le mot **Relatif**. Comment ne pas retenir que tout ce que nous pouvons faire ou dire est marqué par du provisoire, qu'il y a nécessité de rester sous le feu de la réflexion et de la pensée critique. La rigidité mentale me fait peur, source possible d'attitude assassine. C'est toute la question du vivre avec des remises en question permettant de cultiver le discernement, le vivre intelligemment, sans sottise prétention.

Troisième mot qui me paraît important de prendre en considération, le mot **éphémère**. Il me rappelle ma finitude d'être, ma disparition certaine, et me pousse à la joie « d'être vivant », d'en prendre conscience pour davantage goûter chaque instant.

Ces trois mots m'invitent à l'humilité, m'éloignent des idées toutes faites et dogmatiques, de la prétention d'être « ce petit dieu » qui fait le monde belliqueux,

et qui me rappellent que je suis et resterai un éternel apprenti dans la vie.

Dans le temps à venir, ferais-je une autre vendange ? Je l'espère pour ne pas rester pétrifié !

Gérard Zilberman



QUELQUES PRECEPTES CANDIDES POUR BIEN VIVRE !

Juger est sottement prétentieux
Mais comprendre est fort judicieux.

Dans ton jardin, n'hésite pas à cultiver la réflexion

Tu cueilleras pour ta conduite la bonne solution.

Mange non à satiété, modérément,
Sans embonpoint par conséquent.

Marche, c'est bon pour le moral
Et pour ton corps en général.

En toute chose une mesure
Sauf de l'amour avec usure.

Pour la vérité fais attention
Elle n'est qu'illusion.

Et pour la domination
Elle n'est que sottise ambition.

Plus de guerre, s'il te plaît
C'est bien trop laid.

Si rare il devient aujourd'hui le bonjour
Remets le à l'honneur sans détour

N'oublie pas de te frotter à l'art
De la vie il est un des phares.

N'aie pas peur de faire fonctionner ton cerveau

Ainsi tu façonneras ton plus beau joyau.

Ne pas se plaindre à tout venant
Mais chanter l'hymne de chaque instant.

Être jaloux ou jalouse
Ne vaut pas une once de blues

De l'homme il faut construire
Est là l'objet de resplendir.

ICI ET MAINTENANT

Depuis quelques années déjà, j'essaie de pratiquer un certain art de vivre.

Loin d'être un saint, je n'ai pas encore de visions comme Hildegarde de Bingen, n'ai pas de message d'amour à délivrer comme François d'Assise et ne dialogue pas avec les oiseaux.

Je ne propage pas de message de paix comme Nicolas de Flue, n'enseigne pas sagesse, compassion et libération comme Milarepa.

Je suis seulement attentif aux symboles qui se présentent sur ma route, aux synchronicités qui se manifestent, me fie bien souvent à mon flair et tends vers la simplicité et l'authenticité. J'apprécie de plus en plus le contact avec la nature et crois de moins en moins au règlement des conflits par la violence.

Tout doucement, je compose une petite musique de jour remplie de perceptions, sensations, émotions, compréhension et savoir, ressens de plus en plus les conséquences de mes choix.

L'art de vivre est selon moi l'aptitude à bien vivre, se réaliser, donner un sens à sa vie. **G.F.**

*Vivre est la chose la plus rare.
La plupart des gens se
contentent d'exister.
Oscar Wilde*

L'art de vivre, pour moi c'est apprécier, détester courir, jouer : enfin, bref les plaisirs simples de la vie. Parfois, ça peut être l'amour, le chant, la passion de lire. Parfois, je me dis qu'il y a la justice, l'injustice. Exemple : j'imagine dehors une personne sans abri mourant de faim et de soif et je me dis qu'il y a des personnes qui ne se contentent pas de ce qu'ils ont et l'art de vivre c'est aussi s'attendre aux choses qui devront se produire ou même la surprise ; la surprise c'est quoi au juste... Pour moi la surprise c'est un cadeau inattendu, la naissance d'un bébé au sexe inattendu ou tout simplement une fête inattendue et on se dit c'est quand Noël et à quelle heure viendra le père Noël : à une heure inattendue, bien évidemment !!

Ça c'est pour moi l'art de vivre **Aya (12 ans)**

L'ART DE VIVRE A NOËL

Comme beaucoup ce que j'aime à Noël ce sont les cadeaux, mais il n'y a pas que cela, car ce que je préfère c'est l'avant Noël. Le 1er décembre arrive je commence à décorer la maison pour qu'elle ait un côté fête, en attendant le grand jour. Je retrouve avec plaisir toutes les décorations, bien emballées dans leurs boîtes, j'en profite aussi pour faire marcher les boîtes à musique. Je fais tout ça en famille. Et comme à chaque fois, on se demande de quelle couleur on va faire notre sapin qu'on fait en famille. Le seul problème c'est qu'on doit attendre pour installer le roi des fûets... La magie de Noël doit s'installer doucement. Puis quand arrive le grand jour il reste à préparer les gâteaux que nous partagerons avec la famille et les amis. Car ce qu'on ne doit pas oublier au moment de Noël, c'est le partage. Alors comme le dit G. Apollinaire "c'est Noël, il est temps de rallumer les étoiles".

Anne-V (16 ans)



Ce numéro ainsi que tous les autres sont téléchargeables sur le site :

<http://www.mjc-chateauvert.fr/>

La Chronique du Petit Mandrin est un journal gratuit dont le coût est supporté par la MJC. Afin que ce journal perdure et s'étoffe, vous pouvez nous soutenir en faisant un don financier.

Renseignements à la l'accueil de la MJC

Thème du numéro 7 :

L'art de vivre

Nous contacter : 0475812620
culture@mjc-chateauvert.fr

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique merci.