



N° 24

## EDITO

### De la culture à... la culture !



Dès son arrivée à la librairie, sa présence a rayonné. Julie était notre sixième service civique et elle met maintenant les voiles vers une grande aventure qui l'attend aux services culturels de la région Poitou Charentes. Nous lui souhaitons le meilleur !

Les talents de Julie mis au service d'une créativité débordante ont permis la mise en place d'éléments qui font désormais partie de l'identité de notre association : l'« Improbablement ouvert » qui vous accueille sur le petit carré de verdure à l'entrée, la nouvelle maquette de la lettre mensuelle, le nouveau et très beau site Internet de la librairie... Sans compter des éléments plus subtils mais tout aussi essentiels et qui nous ont tous régalingés : son sourire, son enthousiasme et sa bonne humeur, sans faille.

Allez Julie, bonne route à toi et un énorme MERCI de la part de tous les bénévoles de l'association qui se feront toujours une joie de te revoir dans nos murs !

Frédéric Amauger

## La chaîne du liège

La Librairie s'est associée à **La Chaîne du liège**, qui récupère des bouchons de liège pour les recycler en granules de liège destinés à l'isolation. Les profits reviennent à des résidences pour handicapés physiques pour soutenir leurs activités de loisirs.

Nous créons un point de dépôt pour les bouchons devant la Librairie et, pour commencer en toute convivialité, nous vous invitons à apporter vos premiers bouchons à la Fête de la Librairie.

Pour plus d'informations sur cette initiative, contactez [lachaineduliege@free.fr](mailto:lachaineduliege@free.fr)

## SOMMAIRE

**P2 EXPOSITION**

**P3 RENCONTRE AVEC JUPITER SEN**

**P4 ATELIER PHOTO**

**P5 COUP DE CŒUR**

# EXPOSITION



## Pascal Audin, peintre dans toutes les couleurs

Actuellement sur les murs de la Librairie, une exposition du peintre Pascal Audin. Pour le présenter, nous reprenons ici les paroles d'un groupe de ses amis.



Né en 1957 à Poitiers, tailleur de pierre de formation, il commence à peindre en 1995 et c'est le coup de foudre pour la peinture. Il ne connaît rien à l'art, n'a jamais lu de livres, n'a jamais mis les pieds dans une galerie, ni vu d'expositions, mais il se met à produire d'une façon intense, presque boulimique. Son appétit est grand et son rythme de travail effréné.

Peindre avec avidité, comme pour exorciser sa « vie d'avant » au passé douloureux, est aussi un moyen de s'éprouver lui-même, de montrer aux « autres » de quoi « le marginal » est capable.

Sur les murs du hangar et de l'étonnante bicoque qui composent son atelier, il a exposé les bonshommes atypiques jaillis de son cerveau vésuvien. Une débauche de couleurs qui fait chaud au cœur, rafraîchit l'austérité des références obligées.



Ce « polymaniaque » redonne vie aux objets, au même titre qu'un Gepetto, animant une simple marionnette de bois pour en faire un garçon de chair et surtout, doué de conscience.

Pascal Audin offre à tous ses personnages, ses progénitures mi-hommes, mi-animaux, mi-végétaux, mais toujours « bons hommes », élevés selon la matière proposée, pierre, plâtre, bois, acier, toile et peinture... son regard contemplatif et jubilatoire.

Du bestiaire enfantin aux têtes couronnées en passant par des compositions tourmentées, tout est souligné de couleurs vives et chaudes, il peint les rêves innocents d'une enfance qu'il retrouve à l'âge mûr.



# RENCONTRE : Jupiter Sen, professeur de Tai chi



Jupiter Sen enseigne depuis plusieurs années le Tai chi à Lencloître. Il a accepté de nous rencontrer, Lucy Mitchell et moi-même pour nous parler de sa passion.

Jupiter est né en Inde. Son père est natif du Bengale et sa mère est anglaise. Son père étant diplomate, Jupiter voyage avec sa famille. Sa première expérience scolaire se passe en Australie, puis se poursuit jusqu'en Angleterre. Jupiter plonge ses racines dans différentes cultures et se révèle très cosmopolite. Durant les années 80, il est intéressé par le **rebirthing** (en français : **renaissance**). Il suit pendant un certain temps cette méthode thérapeutique et va même faire un stage de Rebirthing à Hawaï. *Le rebirthing est un exercice de respiration « circulaire » sans interruption*, nous explique Jupiter et c'est à travers cette expérience qu'il prend conscience de **l'importance de la respiration**. En effet, dit-il, *dès le plus jeune âge nous cachons*

*nos difficultés dans nos manières de respirer et le fait de travailler notre respiration en la rendant plus profonde et régulière permet de prendre conscience de nos soucis et de les résoudre.*

Un collègue de travail, que Jupiter trouve impressionnant par sa présence aux autres, lui fait découvrir le Tai chi. Puis c'est la rencontre d'un « Maître » à Londres. Cet homme est un boxeur, mais aussi un chauffeur de taxi. Bien ancré dans la réalité mais voulant transmettre son savoir, il a ouvert un gymnase pour les chauffeurs de taxi. Il veut les aider à se détendre physiquement et à lutter contre le stress dû à leur métier. Jupiter participe à ce groupe très hétérogène avec diverses nationalités et diverses personnalités. C'est là qu'il apprend les bases du Tai chi et **met en synergie la fonction respiratoire et la circulation énergétique**.

Cela lui change sa manière de regarder les autres et de se positionner dans la vie. Par sa pratique quotidienne le Tai chi s'est imposé à lui en le poussant à trouver une nouvelle façon de vivre. Il s'éloigne de son travail dans le cinéma, source de stress, et décide de laisser plus de place à la vie quotidienne et à sa relation aux autres. Il commence à donner des cours à Londres puis vient avec sa famille s'installer en France.

Maintenant Jupiter veut communiquer ce qu'il apprécie lui-même, même s'il pense ne transmettre qu'une infime partie du Tai-chi. Il constate que des enfants, au départ souriants et heureux de vivre, deviennent par la suite des adultes stressés. Il sait que pratiquer le Tai chi aide à la dédramatisation des conflits et à l'amélioration des relations. *Quand la tête cesse de bavarder, s'ouvre un vide en soi qui crée les conditions d'une meilleure circulation de l'énergie*, nous dit-il et c'est un grand plaisir pour lui d'être témoin de ces transformations.

Il se sent *comme une personne qui, à partir d'un mouvement, tente de participer au changement dans le monde*. Par son enseignement du Tai chi il se sent être une *petite partie de ce changement*. Il s'interroge et nous interroge: *Je vis ma vie ou suis-je obligé de vivre une vie de négativité ?* Et puis il y a la pratique de la méditation qu'il voudrait développer car elle permet de se centrer sur soi et de se détacher de l'événementiel.

Nous remercions Jupiter de nous avoir parlé de son évolution personnelle et de l'importance du Tai chi dans sa vie avec tant de simplicité et de conviction. A nous maintenant de retransmettre l'esprit de sa démarche.

**Marie-Noëlle Macaire-Ochoa**

# Pour comprendre le Tai chi



Jupiter nous a donné la définition suivante du Tai chi. Pour plus d'informations, il conseille de lire les ouvrages de référence traduits en français cités ci-dessous, de regarder des clips sur You tube... et (ou) de venir participer à l'un de ses cours.



Wolfe Lowenthal, trad. Serge Mairet *Le Tao du professeur Cheng : La Porte du miracle* (Guy Trédaniel, 1997)

Wolfe Lowenthal, trad. Vincent Béja *Professeur Cheng Man-ch'ing : Un grand maître de Tai-Chi parle* (4e éd. revue et corrigée, Le Courrier du livre, 2009)

## Définir le Tai Chi Chuan : un vrai défi !

En résumé, on peut dire qu'il s'agit de *l'essence de la pensée, des théories énergétiques et de la médecine chinoises classiques incarnées dans un art martial de haut niveau*. Il s'agit à la fois d'une pratique de santé, d'autodéfense, de méditation, d'une façon de vivre, d'une possibilité d'ouverture sur soi et de la célébration de l'énergie vitale (**Chi**) en nous...

Grâce à des *mouvements lents et fluides*, le Tai Chi augmente la force et le tonus musculaires, améliore la souplesse et la portée de nos mouvements de même que l'équilibre et la coordination. Les praticiens de la médecine chinoise traditionnelle estiment que même si les mouvements sont d'intensité réduite, ils permettent malgré tout de faire disparaître les blocages énergétiques - du Chi - souvent d'ailleurs le résultat de déséquilibres psychosomatiques et de rétablir le flux naturel de notre force vitale.

Tous les mouvements se font en *opposition*, gauche - droite, haut - bas, céder - projeter, montrant ainsi le souci de mettre en équilibre les forces **du Yin et du Yang**.

Le Tai Chi est aussi une *méditation en mouvement* faite de gestes très précis et associés à la maîtrise respiratoire. Sa pratique offre de grands bénéfices : meilleures capacités cognitives, diminution du stress et des tensions musculaires, bonne santé nerveuse et psychologique, meilleure circulation sanguine, récupération plus rapide après une maladie ou un accident, bref une impression marquée de **mieux-être**.

---

## STAGE DE MACRO PHOTOGRAPHIE



Le dimanche 21 juin, aux alentours de la Librairie, le photographe et naturaliste **Patrick Brault** de l'association **L'Arbre Voyageur** animera un stage d'initiation à la photo rapprochée, pour apprendre à capturer le monde des "petites bêtes" et des fleurs. Pas besoin d'être propriétaire d'outils coûteux et spécialisés : un "simple" compact, bien utilisé, suffira pour la découverte de tout un monde.

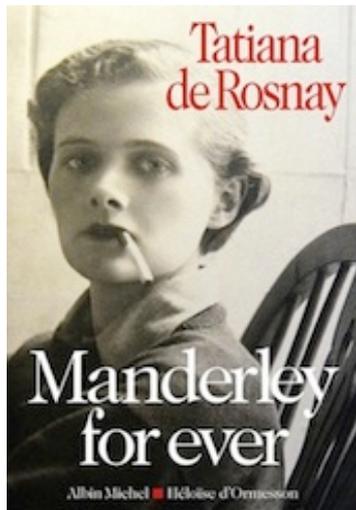
Les connaissances de Patrick en histoire naturelle et en photographie vous garantissent une journée passionnante. En plus de votre appareil photo, n'oubliez pas de vous munir de quelque chose à manger pour le pique-nique de midi, et des 5 euros de participation au stage.

Réservations au 05 49 20 19 47



## *Manderley for ever*

**Tatiana de Rosnay** (Albin Michel / Héroïse d'Ormesson 2015)



Ce livre nous conte de manière très vivante et extrêmement documentée la vie de l'écrivain Daphne du Maurier : une existence passionnante, riche en événements et rencontres, malgré sa grande timidité ; une vie de famille assez dense mais une vie également pleine de tourments, de questionnements, sur son identité, son travail d'écrivain...

Tatiana de Rosnay nous décrit comment l'idée vient à Daphne du Maurier pour chacun de ses livres, comment elle trouve son inspiration, où, quand, et de quelle façon elle écrit.

Elle semble connaître son sujet de l'intérieur, elle nous dépeint toutes les étapes de la vie de l'auteur, les multiples événements familiaux, elle nous décrit ses amis, ses débuts d'écrivain, les réactions du public, mais aussi les «affres» de l'écrivain : comment germe l'idée d'un roman, comment vient son inspiration...

Elle nous parle aussi de son mode de vie très proche de la nature, dans les Cornouailles que Daphne du Maurier aimait tant, ainsi que des maisons où celle-ci a vécu, maisons pleines de charme (et de courants d'air...), mais aussi de ses relations mondaines.

Immense et magnifique portrait...

...les idées germent dans sa tête, comme les feuilles qui éclosent sur les branches des arbres à l'arrivée du printemps. En attendant la parution encore lointaine de « l'amour dans l'âme », Daphne se lance dans un nouveau roman. Comment ? Déjà ? S'exclame son entourage. Elle leur sourit, un rien narquoise, oui, déjà, c'est cela, sa vie, écrire, ne l'ont-ils pas encore compris ?

**Ghislaine Dureault**

### **SITE INTERNET**

<http://improbablelibrairie.org>

### **CONTACT MAIL**

[improbable.librairie@free.fr](mailto:improbable.librairie@free.fr)

**TELEPHONE** 05 49 20 19 47

### **REDACTION**

Marie-Noëlle MACAIRE-OCHOA

[mn.macaireochoa@gmail.com](mailto:mn.macaireochoa@gmail.com)

Lucy MITCHELL

[mitchelllucy1@gmail.com](mailto:mitchelllucy1@gmail.com)

maquette : Julie BERNARD



## **Improbable AGENDA**

**Commission d'animation**  
(ouverte à tous pour la  
préparation de la Fête)  
mercredi 10 juin à 18h00

**Conseil d'administration**  
mercredi 17 juin à 18h45