

Régine

Jeudi 4 octobre 2012

LE CORPS

La position du corps pendant la lecture

La position de mon corps pendant la lecture ? Voilà une question qui ne m'avait jamais traversé l'esprit. Il faut d'abord vous dire que mon corps n'est pas mon meilleur ami donc je ne l'ai guère étudié. Il ne correspond pas à mes attentes. Mais il est là, je m'en arrange.

En réfléchissant, je m'aperçois que mon corps réagit différemment selon la lecture entreprise.

Quand je lis un magazine, je suis en position assise, de préférence dans un fauteuil - c'est plus confortable - un fauteuil de jardin ou de salon mais le dos bien droit, la revue reposant - si possible - sur un coussin, les genoux fléchis ou comble de l'aisance, les jambes étendues, les pieds posés sur un tabouret ou mieux sur la table du salon avec un coussin (encore) pour adoucir la dureté du bois,

Si je suis à la plage, c'est aussi dans un fauteuil et le dos soutenu que je parcours la revue.

Voilà pour les magazines.

Mais la lecture d'un livre, un vrai, sans images, nécessite un certain rituel auquel il m'est difficile d'échapper.

Le lieu et l'heure ont une grande importance.

Mon corps ou plutôt mon cerveau mais l'un ne va pas sans l'autre, exige d'abord le calme et la sérénité.

Le lieu idéal c'est ma chambre, mon lit.

Mon corps a besoin de ce cocon pour se laisser emporter par la lecture.

Je dois impérativement être allongée, du côté droit, tournée vers la lampe de chevet, la fenêtre dans le dos, la tête calée dans l'oreiller, recouverte de la couette jusqu'aux oreilles - hiver comme été - mais je crois que l'hiver est plus propice à l'abandon.

J'aime lire le soir quand il fait nuit, au milieu de la nuit quand l'insomnie me rend visite ou très tôt le matin. Quand rien ne bouge.

Un tandinet recroquevillée, jamais alanguie, sans lunettes (le privilège des myopes), c'est important, elles ne viennent pas blesser le nez et gêner la concentration. Pas vraiment détendue, plutôt en position d'attente. Prête pour laisser partir mon corps sans retenue : je suis prête pour rire, pleurer ou avoir peur.

La lecture chez le coiffeur ou dans les transports en commun ne me convient pas.

En fait pour être emportée, il me faut de la quiétude, de l'isolement, de la concentration.

C'est peut-être ma façon à moi de remercier celui qui sait si souvent me transporter au-delà du réel.