



Journal de Bord d'un confinement

Atelier
écriture 

R comme Respire

Cela ne s'apprend pas,
 C'est le principe même de vivre
 Tu nais, tu respire,
 Tu es le souffle dans un corps
 Le souffle s'arrête, tu meurs.
 Si tu respire à plein poumon,
 Tu décuples la vie.
 Et si l'on te dit, maintenant, ne respire plus
 Surtout, va jusqu'au bout du bout,
 De ce moment où tu crois impossible de tenir da-
 vantage
 sans cette goulée d'air,
 Attends encore une, peut être deux secondes
 alors seulement, ouvres les ailes de ton nez,
 pour que s'engouffre avec force
 dans tes poumons,
 cette goulée d'air !
 Tu sais,
 Tu Vis.

La Fée Néante

