

Slams et paroles des régions

En **Occitanie**, OLD'UP a initialisé un groupe d'écriture de "slams"...

A télécharger en PDF bas de cette page.

A **Marseille**, OLD'UP adresse des billets d'humeur.

A **Brest**, Mamaïku, 88 ans et demi communique ses "bulles" et aïku.

>>> **mai 2020 : bulle** de mai de **Mamaïku** : - Remettre à l'école les enfants ? / - Chaipas... / - Retourner au métro-boulot ? / - Chaipas... / - Aller au restaurant ? / - Chaipas... / Mais pourquoi tant de chaipas ? / A cause des Yakas : / - Boire de l'eau / - Yaka ! / - Traverser la rue / - Yaka ! / - Courir la nuit / - Yaka ! / - Se moucher dans sa manche / -Yaka ! / Au pays des avis décousus, / Respectons le virus inconnu.

>>> **mai 2020 : billet d'humeur de Mamaïku, 88 ans et demi** « Ecrivez-moi, / Ça m'touche / Téléphonnez-moi, / Ça m'touche / Pensez à moi, / Ça m'touche /// Le toucher thérapeutique, / Fantomatique, / Ça vaut tous les bouche-à-bouche » ou « Une gentille épistole / Toujours console, / De la coronale torgnole » ou « Et si tous les Vieux de tous pays, repensaient pour de bon l'économie ? / Et s'ils rallumaient l'humain / Que leurs enfants ont éteint.../ Et s'ils rapetassaient de leurs frêles mains, Un monde lumineux pour demain ... »

>>> **mars 2020 SLAM de Antoine PR. OLD'UP – BLUES**

-Toi qui as parcouru le monde, / De Toulouse à Lima, / De Lima à Djakarta .../ Où vas-tu aujourd'hui ?

-Je ne sais pas .../ Ou plutôt, je ne veux pas savoir .../ -Pourtant la vieillesse, que tu ne veux pas voir, / Te guette en attendant le dernier voyage.../ Prépare-toi...passe commande de ta malle en bois.../ -Non ! je ne veux pas savoir ...

-Tu sais, ce n'est pas si difficile .../ -Peut-être, mais c'est trop tôt .../ Il me reste encore à écrire / Les derniers versets de mon Blues,
De mon Old'Up –Blues... Droit debout !

>>> **février 2020SLAM Les Dix Commandements de l'Administrateur / OLD'UP (sien) du Conseil d'Administration**

Plein d'allant et d'enthousiasme, à l'heure tu arriveras / L'esprit empli d'idées innovantes, tu conserveras / Pour enrichir un ordre du jour que tu éplucheras. / Ton portable en sourdine, en levant la main, la parole tu demanderas / Pour une réunion efficace que tu apprécieras./ Aux divers débats, ta pugnacité raisonnée tu apporteras / Tout en proposant tes savoirs que chacun découvrira. / Enfin conscient de l'excellent travail accompli, tu souffleras / Et ton home douillet tu regagneras / Pour un repos bien mérité que chacun te souhaiteras.

>>> **février 2020 SLAM de Antoine P.R. CERTITUDE ?**

Oooh ...Certitude où me mènes-tu ? / Es-tu Vérité comme tu le prétends ? Prétendre ... prétention ! / Ne serais-tu pas le fruit de notre seul esprit ? de notre seule raison ? / Ou le fruit d'une recherche rassurante dans notre monde incertain ? / La Nature vit- elle sur tes principes de raison, sans limites ? sans prudence ? / Ou selon des forces en équilibres incertains.../ Certitude ... : m'as-tu conduit à vivre ces équilibres ? / N'aurais-tu pas brouillé

les esprits des Hommes vis à vis de la Nature ? / Au point de les amener à vivre dans l'angoisse de leur avenir... / Certitude et jugement (1) êtes-vous conciliables ? / Jugement fruit de mon sentiment, Intime conviction de mon Ame (2), / Nourri par mon esprit, certes !...Mais pas de mon seul esprit, / Au risque de tomber dans l'erreur, dans l'horreur ... / Certitude...crois-tu au pardon (1) ? Ou te retranches-tu dans ton jugement inébranlable ? / Indifférente à la souffrance sans espoir des Hommes, offensés ou coupables ...
Oooh ...Certitude ! ne me fais pas tomber dans la croyance du certain !
Oooh...mon Ame ! défends-moi dans mes incertitudes ... / Dans la poésie de la Vie incertaine...

(1) Jugement et Pardon ont été abordés dans notre Groupe de paroles d'Old'Up-en-Occitanie

(2) François CHENG : De l'Ame / Ed. Albin Michel

>>> **SLAM de José Torrès : Être un fils et vivre dans ce monde**

Être un fils et vivre dans le monde. / Mondanités décalées, perceptions non reliées. / Mon père, ma mère, où êtes vous ?
Être soi en ayant tout donné. / Être soi sans avoir mesuré que le miroir est faux, qu'il a tout déformé. / Mon père, ma mère... Où êtes vous ?
Rire avec les autres, se moquer aussi. / Incongruités de la vie, espoir des pauvres. / Mon père, ma mère, qui êtes vous ?
Marcher, se déplacer. / Construire, bâtir. / Aimer et détester. / Être stupéfait et souffrir aussi. / Mon père, ma mère, y êtes vous ?
Nostalgie du passé, souvenirs non désirés. / Une aventure immodérée où le plaisir passe par l'ego et la honte reste cachée. / Mon père, ma mère, est ce vous ?
Et chaque année le printemps renaît. / Et chaque fois j'aboie une absence de reconnaissance. / Et toujours, l'espoir et le désespoir s'affrontent. / Et encore, je me vois fuir, craintif, l'oubli. / Mon père, ma mère, vous n'êtes pas là.
Dans ma chair rude de terres où les îles sont comme des mers.../ Qui suis je ? / Quel est ce dédale où le merveilleux côtoie le mal ? / Mon père, ma mère, je vous sens dans mon corps. Je vous porte dans mon cœur. / Je vous dois toute ma tête. / Aussi, je me donne mon courage car il m'appartient. / Mon père, ma mère, je me connais et je me reconnais. Je ne suis libre qu'avec vous deux. / Vous êtes avec moi, vous êtes en moi. / C'est un don imparfait, j'en ferai quand même ce qu'il me plaît. / Mon père, ma mère, vous n'êtes plus. / Sauf une terre où je suis né, pour la joie et l'amitié, pour la gloire de l'amour. / Pour la force du retour.

>>> **février 2020 SLAM Mamie de Brest**

Mais où sont les ZAIDANTS d'antan ?

Aux abonnés absents ?

Pourquoi on ZAIDE plus ?

Parce qu'on s'aime plus ?

Non, bien sûr, on s'aime énormément,

Mais le problème récurrent,

C'est CHPALTAN !

L'éternel argument.

A l'Hosto, soigner, panser, laver ?

Faute de personnel, c'est CHPALTAN !
En famille, visiter les Vieux, les écouter ?
Faute d'empathie, c'est CHPALTAN !
(...)
Pauvres CHPALTANS endémiques
Qui sont aussi des DÉSOLEÉS chroniques.
Plaignons de tout cœur nos Gouvernants.
Leur désolation nous peine également.
Désolée, j'arrête mes boniments, CHPALTAN...CHPALTAN...CHPALTAN. Slam Mamie

AVANT 2019....

>>> **De Brest, Claude Caillart nous dit :** " J'ai ramené des textes intéressants, qui semblent montrer l'utilité d'un groupe de parole - à venir -, peut-être ; ou d'un atelier d'écriture. Entre autres, le texte étonnant d'une "slameuse" octogénaire Christie R.R., intitulé par elle "**Poubelle la vie**":

"Quand on a 80 berges, / C'est bien fini la gamberge; / Quand on a 80 piges, / Tout se glace, tout se fige; / Quand on a 80 ans, / C'est plus "avec" ... c'est "sans". Bref, c'est quoi la vie ? / C'est la chienlit. /

Quand les pieds sont trop éloignés, / Pour être touchés, chaussés, lavés; / Quand les mains sont trop fébriles, / Ecrire ou caresser, c'est difficile; / Quand je n'écris plus que du Trash, / Un tout, un rien me fâche ... / Alors, Mamie, / C'est quoi la vie ? / C'est de la roupie. /

Quand la télé devient bocal de poissons rouges, / Avec juste des machins qui bougent; / Quand le frigo est vide, / La tête aussi, le cœur et le bide, / Quand SOS -Amitiés est aux abonnés absents; / Tous à la plage, sauf les impotents. / SOS Zoulou-Amitiés, / Répondez, je vous en prie / C'est quoi la vie ?

Quand j'ai trop tué mes coussins imbéciles, / Quand j'ai trop pleuré mes larmes de crocodile, /

Quand poubelle-la-vie rime avec hallali, / Alors, mamie, c'est quoi ta ritournelle, / Ton secret de Polichinelle ?

*Me faire la belle ...Me faire la belle ... **DE Christie R.R.** "*

Ce propos, publié sous la rubrique "Sourires d'aïeules" vous inspire ? Vous avez envie de vous exprimer ? Ou d'y répondre ? Vos réactions peuvent être publiées sur le site, et/ou communiquées à l'autrice, si vous le souhaitez. Et en faire un livre, pour réunir ces billets d'humeur de Vieux ?

>>>Billet d'humeur et témoignage de rentrée marseillaise : Old 'Up! Les Aînés. Debout! par le Dr Roger Vigouroux, membre de OLD'UP Marseille:

Ne pas rester en dehors! Impressions après une riche fin d'après-midi :

- D'abord **se retrouver**, retrouver des visages que l'on n'a plus revus depuis si longtemps : dix ans ? Vingt ans ? Trente ans ? Que sais-je ? Des visages qui font penser à tous ceux qui ont disparu, disparus, certes, mais pas dans le brouillard de l'oubli.

- **Ne pas rester en dehors**, ne pas être seulement spectateur de sa vie, de celle des autres, de celle de notre société !

Dans les cultures tribales, l'ancien était considéré comme le sage. On venait lui demander conseil. Parfois, il arbitrait un conflit, car, sage parmi les sages, il apaisait, réconciliait, indiquait quelquefois le chemin.

Dans cette culture, je n'ose pas dire cette civilisation, il est trop souvent un « has been »,

celui qui a été.

Certes, le monde à changé : il y a les technologies nouvelles, l'informatique, la physique quantique ; pour certains le cerveau artificiel se profile à l'horizon. Il y a surtout les big-data, les statistiques, maîtres du monde, incontournables, qui indiquent les routes à suivre, au-delà de ceux qui essaient encore de penser, de gérer en fonction de ce qu'il y a d'humain en eux, la créativité, l'intuition, la raison... Retour aux philosophes ?

Que l'on songe un instant à des maîtres comme Einstein, qui, il y a plus de cent ans, ont refondu la physique...

Au-delà des « étants » que nous sommes, que nous avons été, que nous serons, il y a l'Être. Rester digne à notre place, mais pas à celle que l'on veut nous attribuer : des retraités inutiles, dévoreurs de pension.

Nous avons travaillé, pensé, imaginé le monde d'aujourd'hui. **À tous celui de construire le monde de demain, à nous de continuer à participer à cette tâche.**

>>> Billet d'humeur marseillaise par J-C B.

L'article du Monde daté du 1er juin 2018, présentant l'association OLD'UP, ne m'a pas échappé. Cet article m'a plutôt déplu. Je vous dis pourquoi et j'en profite pour vous soumettre **quelques réflexions....en vrac....pour OLD'UP Marseille.**

L'amorce de l'article était prometteuse ; des seniors qui s'interrogent sur « la nouveauté, les neurosciences, le divorce » etcnous étions dans des questionnements de vie. La suite de l'article, notamment les témoignages de « frictions » avec des jeunes m'a choqué, nous étions là dans des plaintes dignes d'un « syndicat de vieux grognons ». Je trouve le résultat global assez négatif.

Chacun de nous a son histoire, ses convictions, ses engagements, ses envies, ses capacités physiques etc...cette diversité est celle de la société. Ces diversités sont généralement balkanisées, segmentées dans la société et dans la ville...on travaille, on n'a pas le temps, on court C'est une chance, ayant retrouvé une meilleure maîtrise de son temps, de refaire du lien entre des vies et des projets différents. C'est en tout cas mon sentiment.

En fait, **je ferais volontiers du UP de l'association l'acronyme de Utilité et Plaisir.** Chacun met le curseur où il veut et peut entre U et P...l'idéal étant bien sûr de fusionner les deux. Je reviens à l'amorce, positive, de l'article du Monde. **J'aime l'idée que l'expérience déconstruit certaines certitudes, de vieux échafaudages et renforce notre intérêt pour le « questionnement ».** Ces questionnements, ces curiosités sont une matière intarissable à partage, voire à transmission avec les plus jeunes. **J'aime l'idée de la sagesse active.** Sa variante contemplative n'est pas mal non plus !

Comment aborder la "nouveauté" ? dit l'article... intéressant sujet. Nouveauté, innovation, on confond les deux noms, les « marchands » y ajoutent la pincée de vocabulaire qui va bien et qui fait « acheter » (intelligence artificielle, algorithmes, exponentielle etc) et, il va de soi que tout ceci constitue une marche triomphale vers le progrès....à condition disait J.Cocteau (cité par S. Tesson) que « le progrès ne soit pas l'aboutissement d'une grande erreur » Voilà , selon moi, des possibilités intéressantes « d'ateliers et de rencontres OLD'UP » à Marseille.. Rencontres/débats entre personnes de différentes générations pour confronter des « manières de voir » sur des thèmes dont on peut considérer que dans les 20 dernières années, ils ont participé d'une « mutation » qui se poursuit ; mutation scientifique, puis mutation économique et sociétale. Exemples ; La généralisation des technologies et systèmes numériques/La biologie moléculaire et la génétique, etc...

Autres thèmes « critiques » en termes de « mutation ». Exemples : Le changement

climatique, la démographie et les migrations à venir. / L'environnement et la biodiversité/Le « grand âge », le « care » et la fin de vie, etc...

Je ne décris pas là une autre « université du 3^{ème} âge », je suggère que **confronter des manières de voir et vivre des mutations entre générations peut être intéressant et fécond**. La mise en œuvre suppose bien sûr un travail préparatoire sérieux en atelier (c'est bon pour les vieux neurones !) avant de passer, le cas échéant, à l'organisation de rencontres ouvertes.

Voilà pour quelques suggestions d'activités «OLD'UP» tournées vers l'extérieur. En interne, entre nous, l'écoute, l'entraide, l'échange poétique littéraire et musical etc.....tout y est plaisir. Chacun ayant par ailleurs ses engagements...sa vie !!!

>>> **Billet d'humeur et témoignage, juin 2018 : OLD'UP à Marseille !** Sur l'invitation de notre excellent médecin de famille, je me suis rendu avec Michèle et Cyrille à l'assemblée fondatrice du mouvement Old up à Marseille. **Il s'agit de donner sens et utilité à l'allongement de la vie au plan social autant qu'au plan personnel.** Le président de l'association, le Docteur Gutton, a comparé la vieillesse à l'adolescence dont il est spécialiste. C'est, dans les deux cas, le temps d'une liberté que l'activité professionnelle ne permet pas. Mais avec une nuance exprimée par Malraux dans une rencontre avec des jeunes : les vieux peuvent témoigner de ce qu'ils ont vécu. **J'ai pensé à Péguy : Quand on est jeune, on a la fraîcheur mais on n'a pas l'expérience. Quand on est vieux, on n'a plus la fraîcheur, mais on a l'expérience.** Mai 68 et la chute du mur de Berlin me sont venus à l'esprit comme deux expériences politiques majeures vécues par la génération qui n'a pas connu les guerres du XX^e siècle en Europe, et comme deux sujets de méditation essentiels.

Et côté psychologie ? Il a été question d'une dame qui a voulu se faire psychanalyser dans son grand âge : était-ce sagesse ou folie ? Je dirai sagesse. Don Quichotte a retrouvé sa lucidité sur son lit de mort. Était-ce trop tard ? Ou la dernière minute peut-elle rattraper toute une vie ? Ou la gâcher ? Tant qu'il n'est pas mort, on ne peut dire d'un homme qu'il fut heureux. C'est la conclusion Œdipe Roi. **Au lieu d'aggraver nos folies, la vieillesse devrait être l'âge de la connaissance de soi.** Le temps permet en effet de voir se dessiner sur une courbe plus longue la trajectoire de notre existence. Mais autant que d'empiler les acquis, il s'agit de dégraisser notre ego de ses masques, de l'alléger de ses lourdeurs, de réduire notre bagage à une simple valise, sachant qu'un jour, il faudra la jeter par dessus bord. Michèle a nuancé que ce qui est mortel, ce n'est pas tant l'âge que le conformisme de l'esprit et du goût. Être toujours où on ne vous attend pas, dit-elle. **On peut être jeune à tout âge à condition d'être sincère avec soi-même, de se moquer les stéréotypes, de ne pas être prisonnier de ses habitudes, de rester ouvert à tout.** Un peu d'indignité même ne me sied point.