

ÉCHOS-ÉCHOS-ÉCHOS-ÉCHOS-ÉCHOS-ÉCHOS-

Voisins d'Auschwitz

Du linge qui sèche, un bac à sable, un jardinet... Le quotidien des personnes devenues voisines de l'indicible. Pendant des années, Kai Loges et Andreas Langen ont parcouru les environs proches du camp de déportation. Ils proposent une visite commentée de leurs photographies dimanche à 11h au Lavoir.

Dehors, la parole

Peut-on vraiment penser à rien ? Ecouter est-ce être silencieux ? Le silence absolu existe-t-il ? Le Pendant Concertina, au coin des rues, les philosophes publics ont suscité les questions et les échanges.

Poésie musicale

L'inguérissable blessure de l'absence rime avec silence... C'est Michaël Faure, auteur de poèmes et sociologue qui

l'a dit dans le off. Avec Pierre-Marie Chemla au basson, à la librairie galerie Pré texte.

Inside outside

Pendant un an, une fois par mois une douzaine de détenus de neuf pays ont réagi aux photographies de Bertrand Gaudillère. Des images évoquant les cinq sens. De cette correspondance, est né *Inside Outside*, mis en texte et en forme par Clara Grisot, journaliste, et Yannick Bailly, graphiste. Ce livre dresse un tableau de la prison contemporaine,. A feuilleter au stand librairie, parc de la Baume, bientôt en vente, éditions Libel.

Bravo !

Tout est d'abord silencieux. L'homme en chemise grise surveille cinq tubes d'acier suspendus au centre du cercle. Il les effleure, les bouscule, puis jongle avec les verticales,

qui deviennent horizontales. Le premier rang s'effarouche puis respire : seuls des sons s'échappent en harmonie. Le dompteur de flutes enchantées se nomme Jörg Müller. Son spectacle *Mobile*.

Ecoutez...

A la cellule, pas très loin de la Halle de Dieulefit, des barreaux et un matelas. Amaury Ballet et Charlie Bayot ont créé un podcast, inspiré de la vie d'un détenu, maintenu pendant 15 ans à l'isolement.

Merci

Une quarantaine d'habitants de Dieulefit et des environs hébergent la plupart des invités de Concertina. Une musicienne prête son lieu de travail, la Wass0Erette. L'ancienne librairie Pré texte ouvre ses portes et son jardin au Off. Merci.

CONCERTINA

Concertiniouzes

N°03

JOURNAL DU SOIR ARTISANAL

01 07 2023

Il a beaucoup à dire sur le silence. Khaled Miloudi a été libéré le 5 janvier 2021, après plus de 20 années d'incarcération. Aujourd'hui, il a publié un livre *Les couleurs de l'ombre* et il anime des ateliers d'écriture.

« C'est en prison que je me suis découvert une passion pour la littérature et la poésie. Comme une évidence. Quand on prend une lourde peine, avec autant d'années, on ne peut pas se

projeter dans l'avenir. Alors c'était la corde, ou bien la plume. La feuille blanche devenait la seule issue. Dès que les verrous claquaient, elle m'apaisait. L'écriture m'a sauvé. Alors que toute ma vie a ressemblé à une fuite en avant... ».

Pour écrire, il faut du silence. Il le dit aussi. « J'écrivais dans les brumes de l'aube. C'était le seul moment sans nuisance sonore. C'était aussi un temps de plénitude, un temps pour me connaître, un temps d'introspection pendant lequel je suis allé chercher des choses de mon enfance. Le silence, c'est comme un passage en soi ».

Ecoutez ce qu'il a encore à dire dimanche à 12h au parc de la Baume.



« Le cerveau a besoin de silence »

Comment définir le silence ?

Il n'y a pas un silence, mais des silences. Celui de l'extérieur, quand il n'y a pas de nuisance sonore. C'est une notion récente car les gens sont confrontés au bruit surtout depuis le XIXe siècle, avec la montée de l'industrialisation, le développement des villes. Il y a aussi le silence intérieur, qui s'apparente à un repos de l'esprit, à la méditation, à la prière. Il fait l'objet d'une attention depuis la nuit des temps. Beaucoup de traditions spirituelles le considèrent comme un état particulier et important.

Les sciences s'intéressent depuis longtemps au silence ?

Cela fait seulement une vingtaine d'années qu'on regarde l'effet du bruit sur le système auditif, qu'on dénonce le dépassement régulier de seuils subi par de nombreux citadins. Encore plus récemment, on s'intéresse au bruit régulier, pas forcément intense. Il déclenche une réaction corporelle, la production de cortisol qui prépare le corps à l'action, mais qui a aussi un effet négatif sur le système cardiovasculaire, sur le cerveau. C'est un réflexe : un signal d'alarme qui s'allume à chaque petit bruit.

Le bruit produit donc des effets, mais le silence ?

Les neurosciences ont surtout étudié le cerveau en action, sa capacité à traiter de l'information. On observe depuis peu qu'il est aussi très utile de faire moins, voire rien du tout pour lui permettre de recharger ses batteries. Ce phénomène physiologique est peu connu. Comme les sportifs, ces phases de repos sont des phases de régénération. Le cerveau est un organe très fragile, qui a besoin de silence, alternant avec des phases d'activité.

Comment reposer son esprit ?

Il faut faire taire la petite voix de l'intérieur. Ce peut-être un moment de vagabondage mental dans la nature, une méditation en se concentrant sur la respiration. Une sieste... C'est un silence intérieur, un silence de soi. Ces petites pauses, a fortiori dans la nature, sont très importantes, en particulier pour les enfants. Pour consolider les apprentissages. Mais aussi pour la construction de soi, la créativité. La rêverie est plus précieuse qu'on ne le croit. Sans ces pauses, il y a risque de fatigue mentale.

Michel Van Le Quyen, directeur de recherche à l'Inserm, a écrit plusieurs livres, donc Cerveau et silence, chez Flammarion.

Dimanche 2 juillet - 11h- Parc de la Baume - Physiologie du silence

Michel Van Le Quyen

3 QUESTIONS À :

D U V É C U C O C O

« Le silence est un moyen de protester »

Physicien au CNRS, à la retraite, Jacques Vigué anime les cercles de silence à Toulouse. Il était à Concertina.

« Le cercle de silence, c'est une manifestation non violente pour protester contre les centres de rétention administratifs qui violent la dignité des personnes enfermées. « Les migrants sans papier font partie des plus pauvres, de ceux qui sont rejetés, maltraités, qui deviennent des boucs émissaires (...) On me pose parfois la question de l'efficacité du cercle de silence au regard d'autres modes d'action. C'est une question qui me trouble. Mais pour moi, c'est la possibilité de vivre mon engagement chrétien, d'être témoin. Et je pense quand même que nous sommes écoutés. C'est une action qui est complémentaire à d'autres ».

« J'ai changé les paroles de ma chanson. C'est un silence ».

Annette Foëx joue dans Parloir Famille avec Louis et Christine Perego. Elle chante aussi.

« On m'a interrogée sur le silence, après la projection du film Enfermés mais vivant. J'ai pensé au moment où Louis a monté la radio. Il s'inquiétait que quelqu'un lui cherche des embrouilles en rappelant son casier judiciaire. Cela remettrait tout en cause. Alors, il

refusait qu'on parle de son parcours en prison. Moi, j'avais écrit une chanson sur cela mais il ne voulait pas que je la chante. J'avais besoin de parler au contraire. Alors j'ai changé les paroles, de façon à ce qu'on ne sache pas que c'était sur lui, sur nous. C'est un silence... Mais attention, il y a aussi du silence positif, nécessaire, pour respirer. Celui du Mercantour par exemple, où on n'entend même pas le chant du grillon ».

« Ils ont trouvé mon silence violent »

Antoine Lazarus, président de l'édition 2023 de Concertina. Depuis 50 ans, il anime le groupe multiprofessionnel des prisons.

« J'étais étudiant. J'arrive dans l'amphi. Le professeur de psychiatrie, patron tout puissant, me demande qui je suis et me fait remarquer que je suis en retard. Je lui demande de m'excuser et j'attends qu'il m'invite à m'asseoir. Il ne dit rien. Je reste là, immobile, sur le côté de l'amphi devant tous ceux qui sont installés. Je reste debout dans un silence de plus en plus épais. Tout le monde est figé. Je finis par aller m'asseoir. Plus tard, les autres sont venus me voir. Ils m'ont dit que j'avais été violent. Etonnement de ma part car j'estimais que c'était moi qui avait été mal accueilli. En fait, mon impassibilité a été prise comme un combat d'une extrême brutalité ».