

METS TA MORPHOSE (MÉTAMORPHOSES)

DANS LES JOURS HEUREUX DE L'APRÈS n° 10 du 7 juillet 2020

Extraits à méditer ou pas - pendant ces jours de déconfinement et de retrouvailles
-avant la mobilisation générale du changement de paradigme et du petit personnel politicien -

Florilège de perles confinées depuis des années

pour un monde nouveau de joie, de rires et sourires, de poésies, d'humour et de paix !

La Poésie

Ces p'tites pages de bonheur, un peu comme du Rimbaud
Qu'on écrit dans nos cœurs sans rimes et sans dico,
Ces p'tits morceaux d'la vie, comme de la limonade,
Qui moussent et qui pétillent, ça mérite La Pléiade

Les copains de nuits blanches qui passent à la maison
Chanter quelques boutanches et vider des chansons
Les histoires de ce mec vers les 3 H du mat
Quand le bar est à sec, que les bateaux démâtent

La poésie, la poésie...
C'est ça aussi, la poésie....



C'est les rues d'Charleville qui parlent de mes vingt ans
Et de ce temps qui file avec mes rêves dedans
C'est mon gosse dans son train qui s'en va pour la fac
Son avenir incertain, sa jeunesse dans son sac

C'est nos chants dans la nuit qui font tinter leurs vers
Aux couplets infinis de ce monde à refaire
Vos visages que j'emporte dans la lumière des phares
Quand la musique est morte aux cordes des guitares

La poésie, la poésie...
C'est ça aussi, la poésie....
La poésie...
C'est ça, tout ça, la poésie.



C'est le matin qui baille sur nos peaux chiffonnées
Dans la belle pagaille de nos vies affamées
C'est demain qui s'en fout des vacances à la mer
Et nous deux sans un sou mais toujours en croisière

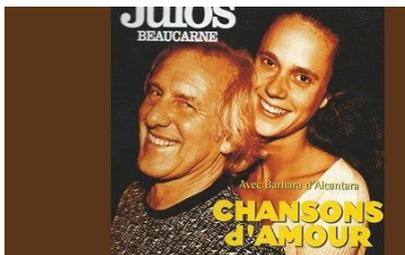
C'est tes bras qui m'enlacent comme pour la première fois
Ta bouche qui m'embrasse et qui m'dit : "T'en vas pas"
Les violons dans ta voix qui m'jouent leurs mots d'amour
Tes larmes au cinéma, un solo de Gilmour

La poésie, la poésie...
C'est ça aussi, la poésie....



Eric FRASIAK

www.frasiak.com CROCODILE productions © 2016



*Au pays du rêve,
nul n'est interdit de séjour.*



Julos BEAUCARNE
Chanteur à réécouter sans fin
Pionnier du Front de Libération des Arbres

Monsieur X

*C'était un vieux hibou
affreux comme un pou
avec son caillou
ou comme mon genou.*

*Mais comme il était chou
quand il faisait joujou
avec son chien BIJOU !*



Jean L'ANSELME
in *Mon premier livre de poèmes pour rire*

PARABOLE 2

*Je veux le bonheur
Il est fou !
Je veux le bonheur
Il est saou !
Je veux le bonheur
Sans un sou !
J'aurai le bonheur
Point du tout !*

*Après avoir frappé à beaucoup de portes,
Après avoir eu des amis, en cohortes !
Après avoir chanté en expériences mortes,
Après avoir vécu assez mal, de la sorte...*

(A SUIVRE DANS LE N°11)
Simone RATON
In *L'impossible* – Ed. GabriAndré

PETITES BEATITUDES

*Heureux êtes-vous si vous savez vous taire et sourire
Même lorsqu'on vous coupe la parole ?*

*Bienheureux ceux qui sont assez intelligents
Pour ne pas se prendre au sérieux :
Ils seront appréciés de leur entourage.*

Joseph FOLLIET

LES 4 ACCORDS TOLTEQUES	
QUE TA PAROLE SOIT IMPECCABLE PARLE AVEC INTEGRITE. NE DIS QUE CE QUE TU PENSES. N'UTILISE PAS LA PAROLE CONTRE TOI-MEME, NI POUR MEDIRE D'AUTRUI.	NE PRENDS RIEN PERSONNELLEMENT CE QUE LES AUTRES DISENT ET FONT, N'EST QU'UNE PROJECTION DE LEUR PROPRE REALITE ET DE LEUR REVE PERSONNEL. LORSQUE TU ES IMMUNISE CONTRE CELA, TU N'ES PLUS VICTIME DE SOUFFRANCES INUTILES.
NE FAIS PAS DE SUPPOSITIONS AIE LE COURAGE DE POSER DES QUESTIONS ET D'EXPRIMER TES VRAIS DESIRS ET BESOINS. COMMUNIQUE CLAIEMENT AVEC LES AUTRES POUR EVITER TRISTESSE, MALENTENDUS ET DRAMES. CET ACCORD SEUL PEUT CHANGER TA VIE.	FAIS TOUJOURS DE TON MIEUX TON "MIEUX" CHANGE D'INSTANT EN INSTANT. QU'ELLES QUE SOIENT LES CIRCONSTANCES, FAIS SIMPLEMENT DE TON MIEUX. AINSI TU EVITERAS DE TE JUGER, DE CULPABILISER, ET D'AVOIR DES REGRETS.

Devinette Métamorphoses

*Près de l'eau je me lamente,
Mais dans l'eau je suis contente,
L'eau ruisselle sur ma pente,
Et dans ta gorge je chante.*

?

François Vaissière
In *Mon premier livre de devinettes*

(Réponse dans Métamorphoses numéro 11)
Réponse à la devinette du numéro 9 : **le miroir**

Poésies pour enfants de 7 à 77 ans

Tout souriant
le clair matin
est plein de joie

Le soleil brille
un oiseau chante
plein de gaieté.

Le monde entier
plein de chansons
fleurit en blanc.

Ainsi s'élève
un nouveau chant
plein de printemps.



Flic, flac, floc ! Une pluie d'amour et de paix,
Vient de tomber sur le monde entier.
Les perles de rosée ont dansé
Dans les près.
Les fleurs épanouies
Ont chanté toute la nuit
Et les animaux
Se sont levés très tôt,
Pour nous annoncer,
En faisant une ronde,
La plus belle chose qui existe en ce monde,
La paix et l'amitié.

Cécile 11 ans
France

Mimi 10 ans
Bulgarie

in *Le Monde est notre maison* Poèmes d'enfants du monde entier – le Cherche midi Editeur

Proverbe arabe

Si tu veux tracer ton sillon droit, accroche ta charrue à une étoile.



J'ai tendu des cordes
De clocher à clocher,
Des guirlandes
De fenêtre à fenêtre,
Des chaînes d'or
D'étoile à étoile
Et je danse.

Arthur RIMBAUD



LE POISSON ROUGE

Un poisson rouge faisait les cent bulles
dans son bocal :
« Ah qu'on ...
Qu'on est bien...
Qu'on est bien...
N'est bien dans ...
Bien dans un ...
Bocal. »
« Nul besoin...
De nager...
Nager à contre...
A contre courant...
Courant. »

Et heureux de sa philosophie,
s'en vint faire un tour.

Et heureux de sa philosophie,
s'en vint faire un tour.

PISTIL

In *Les Fables de Pistil Livre Premier*
Ed Nature à Lire

L'heure exquise

La lune blanche
Luit dans les bois ;
De chaque branche
Part une voix
Sous la ramée...

O bien-aimée.

L'étang reflète,
Profond miroir ;
La silhouette
Du saule noir
Où le vent pleure...

Rêvons, c'est l'heure.

Un vaste et tendre
Apaisement
Semble descendre
Du firmament
Que l'astre irise...

C'est l'heure exquise...

Paul VERLAINE
in *La Bonne Chanson*

La poésie sauvera le monde

Aujourd'hui
C'est le jour du soleil.

Il n'est pas triomphal,
Il n'est pas solennel,
Il est content d'être soleil.

Toutes les choses
Se plaisent à la définition
Qu'elles se donnent.

C'est le jour
Où le soleil écrit son poème.

Eugène GUILLEVIC



Comme un oiseau bleu
Porteur de grains multicolores
Dans un jour qui se meurt

Je marche la parole haute
Dans une forêt de lianes
Sur une toile d'araignée

Poème est mon nom d'initiation
Espoir mon code passeur d'étoiles

Tanella BONI

In *Ma peau est fenêtre d'avenir*
La Rochelivre – Ed Rumeur des Anges

L'humour sauve le monde !

L'inventeur de la saucisse,
c'est Cicéron, puisque le
bout de la saucisse est rond.

Gros respect à ce vendeur de pneus pour son
approche commerciale.



Vous pouvez tous crever !!!

Ecouter les autres, c'est
encore la meilleure façon
d'entendre ce qu'ils
disent.

Pierre DAC

in *Arrières-Pensées Maximes inédites* Ed le Cherche-Midi

Ne nous taisons pas !

La démocratie ne consiste pas à mettre épisodiquement un bulletin dans une urne, à déléguer des pouvoirs à un ou plusieurs élus, puis à se désintéresser, s'abstenir, se taire.

Pierre MENDES-FRANCE

Anagramme

Les figes de Barbarie =

Tendres oursins dangereux,
Ne sont ni plantes, ni fruits,
Ni grenades à grelots
Nous dit le douanier Rousseau.
Ni des fleurs, mais un heureux

abri de girafes bleues.

Jacques PERRY-SALKOW & Sylvain TESSON

In *Anagrammes à la folie* Ed. Equateur

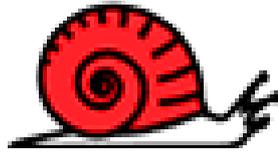
L'anagramme est une dame

Dites *une* anagramme ! Son nom vient du grec *anagramma* = « renversement de lettres ». Le jeu consiste à mélanger les lettres d'un énoncé (mot, nom, expression, phrase...) en vue d'en former un nouveau, sans tenir compte des accents, ni de la ponctuation. Et l'on découvre que mille rêves recèlent tant de merveilles... ou que la vérité est toute relative...

Haïkus par des Haïjins japonaises

*Le vent d'automne
Souffle un escargot
Sur la feuille de mûrier.*

Ayako HOSOM
(1907/1987)



*Pins verdoyants.
Je veux
la bourse et la vie.*

Hideno Ishibashi
(1909-1947)

In *Du rouge aux lèvres Haïjins japonaises*
Ed La Table Ronde

Histoire d'une ascension ou Comment prendre soin de l'être avec humour

Il était une fois un alpiniste qui arrivait enfin au sommet de la montagne après une longue et périlleuse ascension. Il ne lui restait qu'un dernier surplomb à franchir avant de terminer sa course. Tout à coup, au moment où il étreint le dernier bloc de pierre, il entend un craquement sinistre et voit la pierre se fendre dangereusement...

Suspendu au-dessus du vide, seul dans cette immensité, il est pris de panique. Il se retourne et appelle au secours :

- Y'a pas quelqu'un ?

Seul l'écho lui répond.

Et puis il entend à l'intérieur de lui, au plus profond de lui-même, une grande voix grave s'élever :

- Je suis là.

L'alpiniste se retourne de l'autre côté et crie :

- Y'a pas quelqu'un d'autre ?

Marianne Sébastien

In *L'attention – Prendre soin de l'être* n° 7 automne 1996

Regard nature

Petit bourgeon naissant
Rayon de soleil
Goutte d'eau
Brin d'herbe
Oiseau gazouillant
Petite cascade
Ruisseau bruissant

Doux souffle du vent
dans les branches

Présence d'une amie
d'un ami

Yeux d'un enfant

Bonheur du Cœur



Georgia H

Kéiou le 12 septembre 2017

Apothéose du Point

« Foin de tout ce qui n'est pas le Point ! »
Dit le Point, devant témoins.
« Sans Moi, tout n'est que barangoin !

Quant à la Virgule,
Animalcule qui gesticule
Sans nul besoin,
Je lui réponds à brûle-pourpoint :
Qui stimule une Majuscule ?
Fait descendre les crépuscules ?
Qui jugule ? Qui férule ?
Fait que la phrase capitule ?
Qui ?

Si ce n'est
Le Point !

Bref, toujours devant témoins :
Je postule et stipule
Qu'un Point, c'est TOUT ! »
Dit le Point.

Andrée CHEDID
In *Fêtes et Lubies* 1973

CRI POUR L'HOMME

CRIE pour l'homme, ô poète et pour lui seulement !
Les temps sont révolus de l'émerveillement
devant les pleurs de l'aube et le pourpre des soirs,
Qu'importe si ta belle a les yeux bleus et noirs,
et tes mesquines joies, et tes petits tourments.
Rien n'est digne en ce jour que l'homme et son espoir



Chanter n'est plus de mise : il faut crier, poète !
Pour celui que sa peau ou sa langue imparfaite
condamne au sot mépris des foules versatiles ;
pour l'assassin futur né dans un bidonville ;
pour celui dont le pain est disputé aux bêtes ;
pour celui que la peur a fait lâche et servile ;



pour le coolie des cieus de braise, et le docker,
et le mineur de ces pays où soufre et fer
sont dans le cœur de l'homme autant que dans le sol,
pour l'enfant de la rue, du vice et de l'alcool,
et pour l'adolescent perdu dans son enfer,
pour le poète à qui la faim coupe l'envol ;



pour le malade en proie aux démons de l'aurore,
pour l'amoureux trahi qui voudrait croire encore,
pour la mère abritant son enfant sous les bombes,
pour celle qui le pleure à genoux sur la tombe,
pour le juste banni, que ceux-là déshonorent
pour qui il ne rêva que roses et colombes ;



pour tous ceux-là crie donc, poète, encor, toujours !
Que ta guitare, enfin, domine les tambours !
et que ton cri, demain, emplisse l'horizon,
efface la torture, abatte les prisons,
et fasse naître une aube où tout ne soit qu'amour !...
Crie donc, poète ; ô crie, sans quoi nous périssons !



Gilbert PATOUT

in *Cri pour l'homme* Ed L'Amitié par le livre - 1980

Histoire Zen

Je sors

Faites l'amour tranquillement,

Mouches de ma maison.

Issa

Pour celui qui a connu l'Eveil, tous les êtres sont égaux, et l'aigle et le vermisseau comme les mouches !

Henri BRUNEL

In *Le moustique 70 histoires zen pour rire et sourire* Ed Libro Calmann-Lévy 2003

Pour recevoir le numéro 11 et les numéros précédents, ou pour publier une de vos créations personnelles,
envoyer un mail à alainj.terieur@orange.fr