

## [OUTILS] Le second souffle

Septembre 2025 - juin 2026

« Le second souffle » est une pratique qui *court* sur toute l'année.

Nous l'avons classé comme outil, car il s'agit bien de mettre en place une habitude, sans se projeter dans ce que cela pourra finir par produire. C'est un outil pour apprendre à passer à l'acte et à expérimenter avec précision.

Il s'agit de mettre en place une pratique quotidienne, simple, mais balisée, qui peut tenir dans votre quotidien pour l'année, voire pour tout un cycle..., voire pour la vie ...

C'est un petit champs d'investigation graphique dont vous allez vous-même définir les contours, sans prétention, et qui va devenir un rituel, vos gammes, vos étirements. Votre footing. Tous les jours. Ce sera graphique : dessin, collage, peinture, couleur... Tout est permis du moment que vous restez dans le champs de l'image fabriquée par vous. (on exclue la prise de vue par exemple). C'est en pratiquant sur la longueur qu'on expérimente réellement quelque chose : quand il faut tenir dans le temps, se renouveler, s'adapter, chasser l'ennui, tenir la crampe.

Pensez petit, sobre. Temps d'exécution = 10 min par jour max. Fixez-vous 1 outil (ou gamme d'outils), 1 format (ou gamme de format), 1 sujet (1 question ?) facile à capter. Fixer vous des contraintes (sans lever les yeux, ou sans repentir, à partir d'un tâche, dans un grand format, dans un tout petit... ) qui vont vous aider à contenir le travail.

Vous n'avez pas besoin d'avoir l'idée du siècle, si vous dessinez vraiment tous les jours votre chat qui fait la sieste, ou votre coloc qui fait du yoga, juré, on aura de quoi faire. Vous avez peut être peur de prendre la mauvaise idée et de vous lasser ? Oui. C'est un risque, mais le pire risque en hésitant et en doutant à l'infini serait de ne jamais se lancer. Le plus compliqué c'est de prendre une décision et de s'y tenir et c'est là que réside tout l'intérêt de l'exercice. Donc : prenez une décision. Vous verrez, vous allez survivre.

Ce travail sera évalué en continu, lors de nos rdv, selon les critères suivants :

1. régularité/constance
  2. quantité (inévitablement lié au point 1.)
  3. variabilité, renouvellement, évolutions, expérimentations (pas trop vite, pas trop lentement).
- Eventuellement :
4. déploiement, mutation vers une autre forme => à envisager dans un second temps. (animation, vidéo, installation, publication).

Vous avez jusqu'au **3 octobre 2025** pour réfléchir et tester quelques petits trucs.

À partir de cette date, les critères sont fixés et vous avez démarré, pensez à dater vos travaux.

Artistes avec des pratiques récurrentes et constantes :

- Dans le ciel tout va bien - [www.danslecieloutvabien.tumblr.com](http://www.danslecieloutvabien.tumblr.com)
- Dominique Goblet « Chronographie » ed.FRMK
- Hokusai - 36 vues du Mont Fuji ( qui en compte 46 )

- Paul Cox « Cox Codex »
- Paul Cox «Chemin faisant» éd. La petite pierre
- Jochen Gerner « Branchages » éd. L'association, «oiseaux», «chiens»...
- Collectif 10x10 éd. Atrabile
- Ella Webb «sketchbooks»
- Marion Jdanoff «Guerre» éd. Superloto/Grant ègle
- Tomi Ungerer «Pensées secrètes» éd. Les cahiers dessinés.
- Zad Kokar «Puzzle» éd. Arbitraire

...

**Littérature** : «Autobiographie d'un coureur de fond» Haruki Murakami.

Paul Cox à propos de sa pratique (France Culture) :

- *« Il y a des choses qui sont de l'ordre de la gymnastique, à la fois physique et intellectuelle (...), c'est comme le vélo ou encore, le violon ; dès qu'on arrête, on est un peu rouillé. (...) »*
- D'autres références suivront sur le site du cours, pendant l'atelier et dans calibre