

De la toile à l'âme¹



Dans cet article, nous allons explorer nos émotions face à une œuvre. Pour y parvenir, je vous propose de tenter l'expérience qu'a faite Phil Terry, pionnier survolté du Web. Elle est basée sur une méthode de lecture picturale qu'on appelle communément SLOW LOOKING. Plutôt que de vous décrire cette approche, je vous propose simplement de la vivre selon le processus que je vous décris ci-après.

Partons au musée avec pour consignes de :

- 1.** Choisir un musée qui nous plaise et ne soit pas bondé ;
- 2.** Prendre un siège pliable fourni par le musée ;
- 3.** Parcourir les salles jusqu'à choisir une œuvre qui retienne notre attention ;
- 4.** S'asseoir devant notre toile à la distance qui nous paraît idéale pour commencer ;
- 5.** S'obliger à y rester... une heure. Bon, pour les super stressés 15 minutes, c'est OK.

¹ Librement inspiré de l'article du même titre paru dans le magazine FLOW n° 15 (février 2017).

On pourra se lever, varier notre position latérale et notre distance. Mais il est interdit de regarder le cartel, de chercher des informations de quelque nature que ce soit ou de se renseigner auprès des gardiens (ennes). Il est aussi interdit d'analyser ou de réfléchir avec sa tête, son intellect. On ne fait que regarder et répondre mentalement à ces questions qui vont faire parler nos sens, notre instinct :

- Quelle est ma première impression ?
Qu'émane-t-il de l'œuvre (pour moi) ?
- Je touche avec mes yeux : est-ce doux, chaud, froid, rugueux, fluide, etc. ?
Qu'est-ce que je sens devant cette œuvre ?
- J'écoute l'œuvre : quel rythme le tableau évoque-t-il pour moi ?
Qu'est-ce que j'entends ?
- Je sens et je goûte l'œuvre : un goût particulier me vient-il en bouche ?
Qu'est-ce que je sens ?
- Je regarde les couleurs : qu'est-ce que je sens ?
Qu'est-ce que cette œuvre me rappelle ?

Et ce n'est que quand nous aurons effectué cet exercice que nous pourrons poursuivre la lecture de cet article.

Aujourd'hui, plusieurs musées programment un Slow Art Day. Il s'agit d'un jour où est promu, par différentes activités, le Slow Looking ou regard lent.

Quand on ne fait que jeter un coup d'œil rapide à une œuvre, on se forge très vite une opinion. On trouve beau ou laid, intéressant ou ennuyeux. On juge.

Les plus analytiques se mettront à « bosser » sur l'œuvre pour en savoir plus, dans le fantasme de comprendre l'œuvre. Dans quel but ? Peut-être de ne pas paraître idiot ou inculte, sûrement parce qu'on pense que l'art doit s'apprendre, certainement par peur de passer à côté de quelque chose. Et finalement, ce sont à côté de notre émotion, de nos sentiments, de notre sensibilité que l'on passe.

Ainsi le *Slow Looking* est-il une sorte de méditation. En obligeant son regard à ralentir, on se ralentit soi-même et on se permet de sortir des choses plus sensorielles et plus profondes.

Cet exercice aura aussi permis de faire travailler nos 5 sens et de s'ancrer dans le présent. Finalement, de devenir plus libre, plus créatif et de jeter une passerelle entre l'art et nous.

J'en fais l'exercice dans un papier intitulé [La lecture de Henri Fantin-Latour, côté slow](#).

Et pour compléter votre compréhension des œuvres, procurez-vous le décodeur d'art sur www.art-toi.com.

ART-TOI et vois plus et mieux !