

# Ce que voient les yeux fermés !



*Coucher de soleil du Haut du Rigi* – 1844 – J.W. Turner

## Méditer devant un tableau

C'est en visitant l'exposition Turner à la Fondation Giannada à Martigny en Suisse que je suis littéralement tombée dans cette toile. Elle faisait partie des dernières œuvres du parcours de visite et avait été précédée de plusieurs paysages frisant l'abstraction en raison de la force de la lumière qui en émane. Mais celle-ci eut un impact tout particulier sur moi. En effet, lorsque je médite, l'image que j'ai devant les yeux a cette couleur, un blanc voilé de jaune, de rouge ou de bleu ici ou là. Lorsque je me concentre sur l'ici et maintenant, yeux fermés, ceux-ci regardent mes paupières fermées et c'est souvent un flou lumineux qui apparaît. Car oui, les yeux ne se ferment pas, ils voient. Ils regardent la paupière mobile rabattue sur eux. Cela provoque une étrange sensation quand on y réfléchit.

Après quelques instants de cet exercice, j'ai l'impression de voir une alternance d'ombres et de lumière. L'imagination aidant peut-être, je distingue des formes, souvent une sorte de nuage dans un ciel plus ou moins clair. Et l'expérience sensorielle fut identique devant cette toile de Turner. Tout d'abord, je ne vis que la lumière et quelques éléments un peu plus foncés sur l'avant-plan. Mais prolongeant le regard, des nuances de plus en plus marquées surgirent. Un rivage d'un côté, et puis de l'autre. Des collines dans l'ombre, une chaîne de montagnes enneigées dans le lointain. En regardant attentivement, je vis de plus de plus de choses. Mirage de l'imagination ou volonté de l'artiste ? Je ne m'étonnerais pas de savoir que Turner eut des sensations proches des miennes en face de ce paysage helvétique en contemplant le résultat qu'il nous a laissé.



## **A vous de tenter cette expérience maintenant !**

Partez au musée et suivez les consignes suivantes :

- 1.** Prenez un siège pliable fourni par le musée
- 2.** Parcourez les salles jusqu'à choisir une œuvre qui retienne votre attention
- 3.** Asseyez-vous devant votre toile à la distance qui nous paraît idéale pour commencer
- 4.** Obligez-vous à y rester...une heure. Bon pour les super stressés 15 minutes c'est OK.

**Vous pourrez vous lever, varier votre position latérale et votre distance. Mais il est interdit de regarder le cartel, de chercher des informations de quelle 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. Vous ne faites que regarder et répondre mentalement à ces questions qui vont faire parler vos sens, votre 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 ? Qu'est-ce que je sens devant cette œuvre ?**
- **J'écoute l'œuvre : quel rythme est-ce que je sens ?**
- **Je sens et je goûte l'œuvre : Y a-t-il un goût particulier qui me vienne 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 pour comprendre comment le peintre a procédé pour vous amener à cette réflexion, procurez-vous le décodeur d'art sur [www.art-toi.com](http://www.art-toi.com).  
ART-TOI et vois plus et mieux !**