



## Ceci n'est pas une newsletter,

*Comme si je ne parlais pas assez, j'ai l'envie furieuse de partager encore quelques mots avec vous. De tisser d'autres fils. D'explorer un espace supplémentaire de transmission. Sans prétention, sans attente, mais toujours sous la forme de propositions. Un pas, les uns vers les autres. Des idées en vrac, des hypothèses, des livres à lire ou non, des nouvelles, des émotions, des projets emballants, des podcasts, des choses qui bouleversent, d'autres qui éblouissent, ou peut-être, qui confrontent. Des choses surtout, qui nous donnent la sensation d'être vivant. Alors, tous les quinze jours, dans la douceur du dimanche matin, je vous donne rendez-vous pour une newsletter, ou plutôt, un courrier de mon cœur, en espérant qu'il trouve le chemin du vôtre.*

## Un livre - Anatomie du scénario, John Truby

La réalité ces temps-ci, laisse un peu à désirer. Raison de plus pour plonger dans la fiction et dans ces arcanes. Quoi de mieux qu'un bon film pour s'évader au-delà de nos 10 kilomètres ? Mais devant les pellicules, il y a souvent une question qui surgit : pourquoi aimons-nous certaines histoires plus que d'autres ? Pourquoi certains films chavirent nos cœurs quel que soit notre âge ? C'est à cette énigme que se consacre le scénariste John Truby. Après avoir travaillé comme consultant en scénario pour de très nombreux studios américains, il s'est mis à rédiger ce qui fait office pour beaucoup de référence.

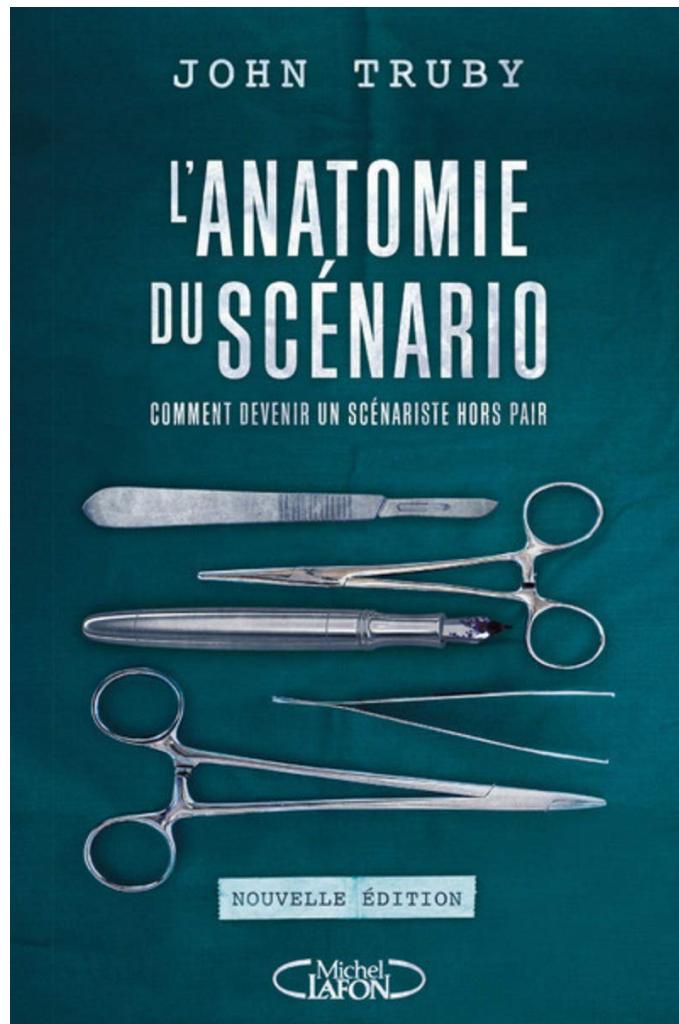
Truby décortique toutes les étapes de conception d'une fiction. Il nous guide, pas à pas, dans la construction des personnages, de l'intrigue, de l'univers du récit, des dialogues, en détaillant les vingt-deux étapes incontournables dans l'écriture d'un bon scénario. Parfois, c'est un peu mécanique et artificiel, mais c'est souvent passionnant. Cela permet de comprendre la structure des œuvres, et aussi peut-être, de se lancer dans l'écriture, la meilleure façon d'inventer un monde.

*« Raconter une histoire ce n'est pas simplement inventer des événements ou se souvenir d'événements passés. Les événements ne sont que description. Le narrateur devra*

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

*train de les vivre lui-même. Bien raconter une histoire, ce n'est pas simplement raconter au public ce qui se passe dans une vie. C'est lui donner l'expérience de cette vie. »*  
 - L'Anatomie du scénario, John Truby.

A lire : [L'anatomie du scénario, Truby.](#)



## Une exploration - *Philosophie du minuscule*

Regarder de près. Encore plus près. Si près, qu'il faut écarquiller les yeux pour voir. Le minuscule partage avec le gigantesque sa prodigieuse rareté. Ils rompent avec l'habituel.

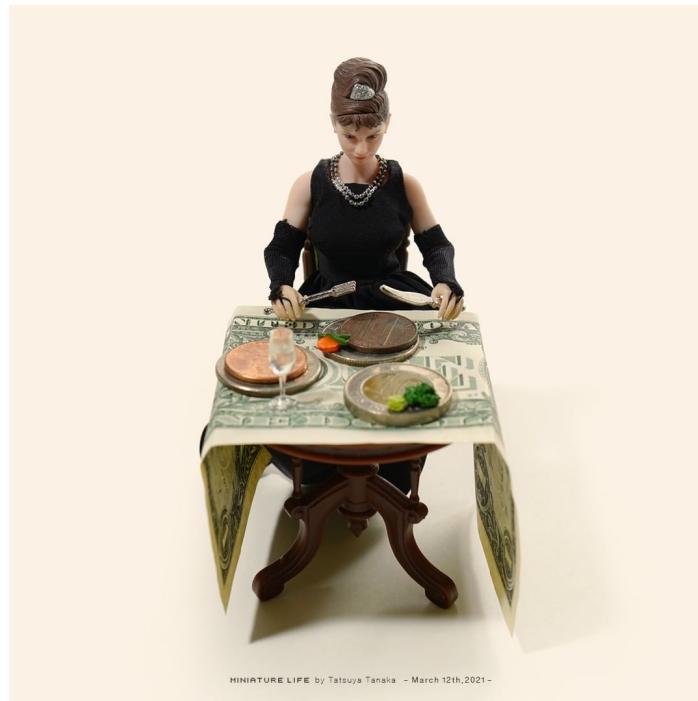
Nos sens sont en éveil, l'espace ne nous apparait plus de la même manière, il faut apprivoiser de nouveau les dimensions. Le minuscule nous oblige à maintenir notre attention, à user de délicatesse, à stimuler notre imaginaire. Que se cache-t-il sous nos pas de géants ?

L'artiste Tanaka Tatsuya est photographe. Son travail consiste à mettre en scène de petites figurines, placées dans un décor lui-même composé d'objets du quotidien. Ainsi une miette

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

qu'habituellement, nous ne remarquons pas. En somme, une ode au tout petit.

A découvrir : [@tanaka\\_tatsuya](#)



## Un ailleurs - *Le Sisu.*

Le terme finlandais *sisu* n'est pas un énième concept scandinave, joliment galvaudé, situé quelque part entre une bougie et un coussin. C'est une notion philosophique majeure qui mérite tout autant sa place dans nos salons. Le *sisu* provient de la racine sis-, qui évoque l'intérieurité, et renvoie à l'idée d'une force irrépressible, issue de nos convictions les plus profondes. Elevé au rang de valeur nationale, le *sisu* représente l'esprit de ténacité du peuple finlandais, ou plus précisément, l'opiniâtreté face à l'adversité. Le concept trouve sa genèse dans la seconde Guerre Mondiale. En 1939, quand l'Union soviétique envahit la Finlande, le peuple décide de résister et de combattre sans se rendre, malgré le nombre ridiculement inférieur de leur armée qui ne comptait que 800 000 soldats contre 2,5 millions pour les russes. Cet acharnement s'est montré efficace, puisqu'un accord de paix fut signé un an plus tard, avant d'aboutir à un armistice en 1944. Mais le *sisu* ne consiste pas seulement à se montrer coriace face aux épreuves. La construction de la force, qu'elle soit collective ou intime, suppose aussi de déployer son courage sur du long terme, de se positionner avec cohérence. Le propos n'est pas seulement de réagir face à un obstacle, c'est également d'être en mesure de sentir son ancrage. En somme, le *sisu* est un alignement, une puissance du quotidien qui contribue à améliorer le bien-être et à renforcer la résilience, en facilitant l'adaptation et l'espérance. Il n'a besoin daucun autre artifice que la confiance que nous avons en notre être. Notre propre plaid, la chaleur de nos abysses. Soignons notre *sisu*.

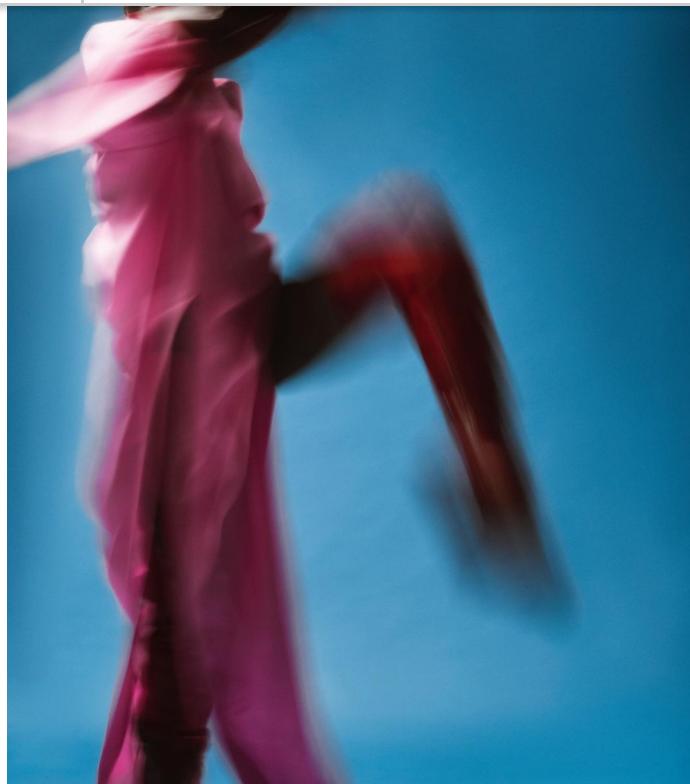
[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

## Une joie - Voxe, la newsletter

« *Une newsletter pour les curieuses qui n'ont pas le temps de l'être* ». Le slogan est efficace et drôle, témoin parfait de nos paradoxes. Les fondatrices ont décidé de s'adresser en priorité aux jeunes femmes, afin de leur donner des armes de discussion, mais le contenu n'a rien de genré. Le principe est simple, il s'agit de recevoir, chaque matin, une newsletter proposant un condensé d'actualité. Le ton est pédagogique, neutre politiquement et familier, en somme ce qu'il faut pour se tenir informé sans être submergé. Mais derrière la démarche, il y a aussi un engagement qui repose sur l'idée que l'information donne du pouvoir, celui de choisir de manière éclairée, et donc d'agir pour changer les choses. Une jolie lettre à déguster avec son café !

**A découvrir :**

[Voxe](#)

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

## Pessah / Pâques

Il y a longtemps, j'étais une jeune professeure et j'enseignais à la fac, avec mon amie Sarah, une matière singulière « Magie et religion ». Ce qui me fascinait, ce n'était pas la croyance, toujours intime, mais plutôt, l'idée de transmettre des récits collectifs ,dans un cadre laïc, et de comprendre ce qu'ils ont ou non, à nous dire, comment ils résonnent dans notre présent, quel que soit la religion et nos convictions. Par exemple, *Pessah* en hébreu veut dire « *traverser* ». L'histoire est célèbre. Après des décennies d'esclavage, Moïse implora Pharaon de laisser partir son peuple. Lorsque, malgré plusieurs avertissements, il refusa d'obéir, Dieu envoya sur l'Égypte dix plaies dévastatrices, semant la désolation, détruisant le bétail et les récoltes. Face à la menace, Pharaon accepta enfin de laisser partir les anciens esclaves qui purent alors « *traverser* » le désert. Dans la *Pâques* chrétienne, la célébration diffère, mais le point d'ancrage est le même. Ce qui est raconté, c'est le moment où Jésus « *passe* » de la mort à la vie. Le jeudi soir, juste avant son arrestation, Jésus partage avec ses apôtres du pain et du vin, dans la nuit, il est arrêté, jugé, puis condamné à mort. Il est crucifié le vendredi, mais le dimanche, Jésus « *traverse* » la mort et revient à la vie. Pâques est le souvenir de ce dernier repas, un instant pour se rappeler que l'espoir est invincible. Au fond, *Pessah* et *Pâques* sont des récits philosophiques intéressants, non pas parce qu'ils doivent être pris comme des vérités, mais parce qu'ils évoquent l'idée que la vie est une succession de « *traversées* ». Il y a la perspective d'une transformation, la capacité de devenir *autre*, en traversant le passé et l'avenir, la vie et la mort, en faisant face aux ombres pour revenir à la lumière. Et nous ? Qu'est-ce que nous sommes en train de traverser ? Comment nous transformons-nous au cours de notre vie ? Que faire de ces paroles ? Comment se les approprier ? Ont-elles un écho particulier ? Les murmures des siècles servent aussi à faire entendre nos cris.

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)Delphine Horvilleur dans [Cours particulier sur France culture](#)

## *Merci pour le chocolat -*

Chez les Grecs et les Romains, l'oeuf était un symbole de vie, que l'on s'offrait au printemps dans la perspective de célébrer le renouveau. Au Moyen-Âge, l'Eglise interdisait de manger des œufs pendant le Carême. Ils étaient donc conservés jusqu'à la fin du jeûne, puis décorés. C'est seulement au XVIIIe siècle que l'on a eu l'idée de les vider pour les remplir de chocolat, afin marquer la fin du jeûne et du Carême. Cette tradition est encore très présente dans certains pays, comme en Allemagne. Les premiers œufs tout en chocolat sont apparus au XIXe siècle, grâce au progrès des techniques permettant de travailler la pâte de cacao et aux moules proposant des formes de plus en plus variées. Un cadeau donc, signe que les temps meilleurs arrivent, et que transformés par l'introspection, on peut retourner à la vie et à ses plaisirs !

### A savourer :

[Puerto Cacao](#)

[Sain Boulangerie](#)



## Une actualité - Nouveaux parcours des Mardis de Marie

Créer un espace à part, décortiquer, analyser, apprendre, se questionner, depuis plusieurs mois maintenant, mes mardis soir deviennent des mardis de joie. Je propose des cours sur Zoom, à suivre en direct ou en replay. Les parcours sont découplés en trois séances plus une séance de questions.

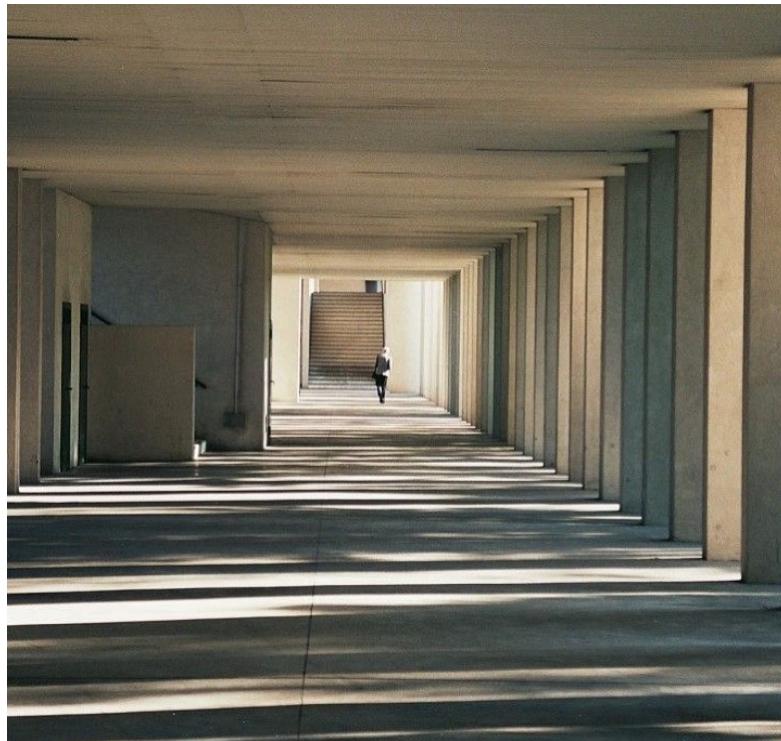
A chaque fois, je suis bluffée par les retours des participants, par leur pertinence, et je me dis, que ce que nous créons est rassurant, que la nuance, l'interrogation et le collectif n'ont pas dit leur dernier mot !

Mardi 13 avril, nous entamons un nouveau voyage, il sera question de philosophie politique. D'où vient l'Etat ? A quoi sert-il ? Son pouvoir semble considérable. Faut-il craindre ce pouvoir qui apparaît comme une menace ? Faut-il limiter et contrôler la puissance de l'État ? Ou bien cette puissance peut-elle être utilisée en vue d'une société plus juste ? Des questions contemporaines à se poser en plongeant dans l'histoire de la pensée !

### En pratique –

Cours sur Zoom, accessible à tous de 18h30 à 20h. Le lendemain vous recevez le replay et la boîte à outils. N'ayez pas peur aucun niveau scolaire est requis seule compte la curiosité !

### Inscriptions et tarifs -



## Citation

« Je suis parti vivre dans les bois parce que je voulais vivre en toute intentionnalité ; me confronter aux données essentielles de la vie, et voir si je ne pouvais apprendre ce qu'elles avaient à m'enseigner, plutôt que de constater, au moment de mourir, que je n'avais point vécu »

- Thoreau, Walden ou la vie dans les bois.

## L'agenda de mes bla-bla-bla

\* **Dimanche 11 Avril à 9h** – Après une petite pause, mon podcast « Philosophy is Sexy » revient avec pour thème le voyage.

\* **Mardi 13 Avril à 18h30** – Nouveau parcours les Mardis de Marie.

\* **Tous les mois dans Marie Claire**, ma chronique le mantra de Marie.



[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)*primosopriyissexyzoom@gmail.com*

Want to change how you receive these emails?  
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).