

L'expression anglaise *peak experience* rend compte du degré de conscience que suppose l'écriture d'un haïku, une disponibilité au réel et à l'instant présent.

La fraîcheur au milieu d'un champ de riz vert d'un unique pin.	Shiki	Sur la pivoine blanche netteté de la fourmi.	Buson
Sur la cloche du temple Un papillon dort Profondément	Buson	Je lève la tête L'arbre que j'abats Comme il est calme.	Issekiro

Elle est la conjonction de trois paradoxes:

- c'est un instant où, tout en oubliant qui je suis, je suis plus moi-même qu'à aucun autre moment.
- c'est un instant où, tout en étant absolument seul(e), je me sens -absolument relié(e) aux autres; c'est une sorte de dilatation du cœur qui nous unit à toute la création.
- c'est enfin un instant où, tout en n'ayant aucune révélation ni aucune compréhension supplémentaire, j'ai l'impression que tout a du sens.

Lisons cet extrait de, *Le Tout*, l'esprit et la matière de Jean-Émile Charon, physicien dont les travaux, prolongeant ceux d'Albert Einstein, ouvrent sur une conception de l'homme et de l'univers absolument vertigineuse.

Les sensations primordiales qui nous font toucher du doigt le cœur de l'univers sont généralement très simples. Cela peut être les reflets du soleil dans un sous-bois, (...) ou le bruit particulier d'une grenouille pénétrant dans l'eau où elle vient de sauter. Mais c'est aussi un instant vécu d'apparence analogue aux autres où on a cependant ressenti (pourquoi) une plénitude faisant vibrer tout notre être jusque dans ces plus fines parcelles.

Je me souviens encore de ce matin de juin (...) alors que rien n'avait apparemment changé par rapport aux jours précédents, je me sentis tout d'un coup saisi d'une brusque émotion, une émotion inexplicable, comme si j'assistais à une nouvelle naissance du monde. »

A nous ! Nous allons procéder en 4 étapes :

1. Choisir un instant

- Nous recherchons un instant et nous le décrivons le plus simplement possible, un moment de promenade dans la nature, dans les rues de la ville, à la lecture d'une page, à l'écoute d'une musique, un moment où sens et ressenti se joignent. Décrire cet instant avec précision : lumière, bruits mouvements, odeurs, couleurs, le lieu, l'action, le moment de la journée, son sentiment, émotion, son regard.
- Lecture des écrits de chacun

2. Transformer un haïku. Tirer au hasard une composition d'un haïku et le transformer en un paragraphe de description. Attention, ne pas lire le poème aux autres ! Exemples :

Dans la rosée blanche, Il est matin et l'air est encore frais. Je suis sorti pieds nus dans l'herbe. La rosée monte le long de mes jambes. Toute cette vapeur blanche autour des herbes, des arbres, des feuilles
Je m'exerce
Au paradis. Issa ... Comment contenir autant de lumière? J'ai envie de danser dans le petit matin.

Au clair de lune J'avance dans le silence, vers le milieu du lac où la lune se reflète. Ma barque avance
Je laisse ma barque toute seule sous l'impulsion du premier coup de rame. Le ciel m'aspire. Je me laisse faire.
Pour entrer dans le ciel. J'emprunte une voie royale.
Ryôkan

3. Transformer le texte de chacun en un haïku

Chacun lit son texte de description et les autres participants le transformons en haïku. Exemples proposés :

L'herbe mouillée de rosée	Le ciel dans le lac,
me parle	ma barque,
De jeunesse	Dans le ciel.

Puis chacun lira le haïku tiré au sort au début.

4. Pour conclure. Nous revenons à l'instant choisi et nous en faisons lecture. Chacun compose un haïku que lui inspire ce moment choisi par un autre participant. Si nous sommes pris par le temps, chacun écrira son propre texte.

Haïkucubes de Stéphen Moysan

Quel dommage !
Dans mon verre
La lune a disparu.

L'infini
N'est pas plus grand qu'un huit
Quand on le renverse.

Nuit la plus longue
Nous finissons notre vin
Trop vite.

Au bout du monde
Pour revenir en arrière
Aller de l'avant.

Aussi mieux vaut être
Ivre de bonheur
Qu'ivre de bonne heure.

En regardant les nuages
Pensées qui prennent forme
Et changent.

Haïku de Patrick Blanche

Une fois de plus l'hiver
me trouve sans compagne
mais la montagne a des vallées
profondes