



Claude Monet -"Le champs de coquelicots"- Musée d'Orsay - ©Musée d'Orsay

Les émotions, le printemps et l'art

Notre vie est traversée de centaines d'émotions chaque jour et chaque nuit. Des émotions agréables et désagréables, (ou selon la médecine chinoise en excès ou en déficit), des émotions qui mettent en lumière un décalage (ou un déséquilibre) avec notre être profond. Comme dit Thomas d'Ansembourg, psychothérapeute, formateur et écrivain, ces émotions sont des clignotants sur un tableau de bord soulignant un besoin fondamental qui n'est pas satisfait. Et nos comportements ont tendance à mettre un couvercle sur les émotions. Les émotions passent par notre corps, qui nous parle et que nous n'écoutons pas toujours...

De plus, **notre corps est également connecté aux saisons**, et en conséquence tout change avec les saisons : notre humeur, nos besoins, notre motivation, et nos émotions.

Au printemps, la nature renaît, après le ralentissement de l'hiver. Les arbres bourgeonnent, les fleurs s'ouvrent, les verts tendres et les brassées de couleurs surgissent, les parfums exhalent, les animaux sortent et se convoitent. Bref, la vie reprend ! C'est le temps du renouveau et de la renaissance, de la douceur et de la vitalité. C'est le temps de l'augmentation du temps de lumière qui stimule la sécrétion des « hormones du bonheur », la dopamine et la sérotonine. C'est sans doute une des saisons les plus enthousiasmantes.

Le printemps, patrimoine commun aux humains

D'ailleurs, **le printemps est célébré dans toutes les cultures et religions du monde** : Dès l'Égypte des pharaons, on célébrait les inondations du Nil porteuses de fertilité, les anciens peuples d'Italie s'habillaient de « ver sacrum » quand le printemps arrivait. Au Mexique, sur le site archéologique mythique de Teotihuacan, on célèbre encore le soleil habillé de blanc, les bras rivés vers le ciel, pour espérer capturer l'énergie de l'Astre du jour. En Inde, on fête « Holi », la fête des couleurs ; en Thaïlande, c'est la fête de l'eau ; en Orient « Nowruz » démarre par un grand ménage des maisons et se poursuit par de grands feux de joie et des retrouvailles familiales ; au Japon le fleurissement des cerisiers entraîne de grandes réunions ; Aux Pays-Bas, les fleurs et plus particulièrement la tulipe, sont célébrées etc...

En clair, toutes les époques, tous les pays, et dans chaque pays, nombre de régions ont leurs propres traditions pour fêter le printemps.

Le printemps dans l'art

Le printemps est présent dans l'art, sans doute à cause de sa forte symbolique de renouveau, et de beauté prometteuse. A ce propos, la femme est souvent présente dans les tableaux évoquant le printemps ...

Certaines œuvres font partie du panthéon des peintures évoquant le printemps.

« *Le Printemps* » de Botticelli, (Musée des Offices à Florence) un summum de la Renaissance Italienne, nous dévoile un jardin merveilleux, un parterre de fleurs et des orangers en fleurs au milieu duquel une Vénus élégante apparaît entourée d'une charmante société vêtue de tissus mouvants et transparents. Tout respire la grâce, la beauté, la légèreté.

On pense également au magnifique « *Amandier en fleurs* » de Vincent Van Gogh (Musée Van Gogh Amsterdam), peint à Saint Remy de Provence, qui évoque la magie de la floraison printanière sur un fond bleu-vert doux et une atmosphère japonisante.

Un très beau « *Sous-bois au printemps* » d'Odilon Redon (Musée d'Orsay) révèle un superbe camaïeu de vert, avec une touche légèrement floue, très poétique.

Le printemps nous met donc en joie avec ses couleurs, son énergie, sa vitalité, ses perspectives. Quand je vois un tableau comme « *Le champ de coquelicots* » de Monet, mon corps et mon esprit palpitent comme si j'étais dans ce champ, comme si j'étais la charmante jeune femme à l'ombrelle immergée dans ce bain de renouveau, d'espoir, d'apaisement. C'est d'autant plus merveilleux que ces champs de coquelicots existent de moins en moins dans nos contrées.

Plus récemment, j'ai eu une grande émotion artistique et physique en découvrant la vidéo de Davide Quayrola au Domaine de Chaumont-sur-Loire : un bain de peinture à partir des fleurs du parc, hypnotique et merveilleux !

Chacun a ses propres images mythiques représentant le printemps, cela peut être les premières jonquilles, le concert des oiseaux, les pousses vert tendre, les pentes montagneuses recouvertes de fleurs sauvages et colorées, les cerisiers en fleurs de Central Park etc....

Grâce à l'art on peut sentir des émotions agréables. Vivons donc pleinement ces émotions qu'apporte le printemps, maintenant, quand il est là. Et grâce à l'art, nous pouvons prolonger ce ressenti toute l'année en fréquentant les galeries et musées ! En regardant en plein hiver un tableau représentant le printemps, grâce aux neurones-miroirs, nous nous retrouvons dans le tableau, et revivons ce temps du renouveau et de la renaissance, de la douceur et de la vitalité.

Et pour vous, quelle est l'œuvre qui symbolise le printemps et vous transporte ?

Anne de la Roussière