

Coup de mou sur l'effort

Sur mon carnet de notes et de correspondance, il était toujours mentionné : **Pascal doit faire beaucoup plus d'efforts**. Les enseignants et mes parents s'accordaient à penser que je n'en faisais pas. À leurs yeux, j'étais un cossard, un paresseux.



Pourtant, un élève dyslexique fait beaucoup plus d'efforts que les autres. Si on réfléchit bien, le cancre fait toujours plus d'effort que le bon élève pour suivre un programme imposé. Mais notre système scolaire n'a pas ce discernement, il récompense toujours les » meilleurs élèves » pour qui l'école, c'est facile. Celles et ceux faisant peu d'efforts pour être dans les premiers de la classe sont loués. Et le monde pédagogique trouve ça normal...

Une pernicieuse paresse

Au fil de millions d'années, l'Homo sapiens n'a cessé de faire des efforts pour construire un mode de vie de plus en plus confortable. Mais, nous arrivons à un renversement : **le moindre effort**.

Dans la foulée des 35 heures et de la Covid, le canapé a envahi les lieux de vie. Le GPS nous mène pas le bout du nez. La calculette a tué le calcul mental. On se questionne de moins en moins, on interroge Internet. Etc.

Bientôt, les robots et l'intelligence artificielle nous feront croire que tout effort est peine perdue, qu'apprendre, chercher, découvrir, c'est gaspiller son temps, que toute créativité est révolue. Ces béquilles robotisées vivront à notre place tandis que nous serons en vacances continues.

Peut-être est-ce la mort programmée de notre espèce ?

Se tester à l'effort.

Efforcez-vous à faire, quotidiennement, trente minutes de gymnastique.

Efforcez-vous à écrire, chaque matin, quelques lignes dans un journal personnel

Efforcez-vous à trouver, chaque jour, une idée à partager avec votre entourage

Efforcez-vous à lire un texte en contradiction avec vos opinions

2 bons trucs pour revigorer son imagination

Si vous pensez que votre imagination s'alanguit, essayez ceci.

Faites en sorte d'être disponible un bon moment. Installez-vous dans un endroit tranquille et silencieux, fermez les yeux.

Après quoi, laissez votre esprit s'apaiser et divaguer. **Puis, repensez à toutes de « vos premières fois ».**

Si vous n'avez jamais fait cette expérience, choisissez » **la première fois** « qui vous vient tout de suite à l'esprit, et racontez-la en détail par écrit.

Après. Vous constaterez que d'autres » **premières fois** « surviendront encore, plus fortes ou plus intéressantes.

Si remémorer vos » vos premières fois » vous cause une peine ou un déplaisir, partez à la découverte de » vos inoubliables « , entendez leurs murmures.



Si vous êtes de la génération » Machine à écrire « passée au clavier, voire à l'oral, revenez au papier et au crayon pour vivre ces expériences, elles seront beaucoup plus riches.



L'escalier ou l'ascenseur ?

Je suis sûr que vous connaissez des personnes dont l'esprit prend l'escalier pour vous raconter une anecdote.

Exemple : hier, une personne me racontait le différend qu'elle avait eu avec le conducteur d'un autobus. Elle commença à me dire qu'elle avait pris le bus de telle heure, et plutôt le 40 que le 88, qu'il était pratiquement vide, et tant mieux, parce qu'elle préfère être à l'arrière qu'à l'avant, parce qu'avec

son dos, elle y ressent moins les a coups, etc., etc. Le temps filait et je ne savais toujours pas ce qu'il lui était arrivé dans ce bus, il fallait que je patiente, que je laisse sa pensée monter un escalier, marche par marche. Et elle commençait à m'enquiquiner.

Je vous raconte cette anecdote parce que, comme vous l'avez sûrement observé, un temps de lecture est fréquemment indiqué pour les textes publiés sur Internet.



À VOUS DE DÉCIDER SI VOS LECTEURS DEVRONT PRENDRE L'ESCALIER OU L'ASCENSEUR POUR VOUS LIRE.

Notre génération lit moins et moins longtemps.

Avec la venue de ChatGPT, ce temps de lire va encore diminuer. Il faut en tenir compte si l'on écrit.

Écrire de plus en plus court, aller vite à l'essentiel, le lecteur ne doit pas s'ennuyer. Il veut rapidement savoir si ce que vous avez écrit va l'intéresser ou pas.

Quand j'intervenais pour la presse, il était dit qu'au-delà d'un feuillet, soit : 25 lignes de 60 caractères, espaces (blancs) compris, approximativement 1 500 signes et caractères, le lecteur abandonnait la lecture.

Sauf si on lui annonçait une augmentation de salaire ou davantage de jours de congé.□

Écrire court exige un élagage à effectuer au cours d'une relecture attentive.

Quelques trucs pour ne pas impatienter le lecteur.

- Entrer rapidement dans le sujet sans introduction repousse-lecteur.
- Supprimer ce qui déborde du sujet.
- Choisir l'actif plutôt que le passif dans la tournure des phrases.
- Donner la priorité au concret dans le choix du vocabulaire.
- Être précis, pas de termes vagues, à double sens ou approximatifs.
- Se souvenir que l'adverbe affaiblit le verbe et l'adjectif affadit le substantif.
- Des paragraphes de 10 à 15 lignes.

- 17/20 mots au maximum par phrase
- Pas de phrases vides de sens.
- Pas ou peu de chevilles inutiles, telles que : « En tout cas, par ailleurs, soudain, bref, enfin, en effet, etc. »
- Ne garder que les adverbes ou adjectifs importants.
- Supprimer les clichés.
- Faire la chasse aux doublons et aux répétitions
- Sacrifier les détails secondaires plus ou moins significatifs
- Des mots courts, si possible, c'est toujours beaucoup plus facile à lire

« Je me suis aperçu que les mots qui servent à exprimer le plus concret, le plus immédiat, avaient formés en monosyllabes : la vie, la mort, la paix, l'air, l'eau, Dieu, le jeu, le feu, le cœur, la main, le cul, la peau, le lit, le corps, le bois... Je me suis constitué un dictionnaire de 1753 mots. »
Gilles Vigneault.

Trop assis, vite rassis

Bien ou mal assis, ça fait mal

Selon un test d'effort effectué par des carabins, les jeunes hommes consommaient 40 ml d'oxygène par minute et par kilo en 2005. En 2025, ils n'en consomment plus que 35 ou 36...

Le temps passé en position assise est de plus en plus long,

quel que soit l'âge du postérieur posé sur une chaise ou un fauteuil.

Conséquence, cela augmente les phénomènes d'inflammation, favorise le diabète, l'hypertension et le cholestérol. Plus on passe de temps en position assise, moins notre espérance de vie est longue. Selon les statistiques...

Rester très longtemps assis, sédentarise.

Même si on a une activité physique hebdomadaire dans la nature ou en salle de sport. Si vous avez des enfants, inutile de vous dire qu'ils adorent les écrans. C'est aux parents de les obliger à courir avec eux dans la nature.

Sinon, les enfants bougeant peu ne bougeront guère, étant adultes.

En revanche, il semblerait que le temps passé assis à lire un livre est moins délétère que le temps passé assis devant un écran.



Qu'en est-il si on écrit assis ? Pour ma part, si j'écris assis pendant une heure, je jardine durant soixante minutes. Afin de dérouiller mon corps.

D'autre part, j'ai un bureau qui s'élève à la hauteur que je souhaite, ce qui me permet d'écrire debout devant mon écran, comme les copistes au Moyen Âge devant un pupitre.

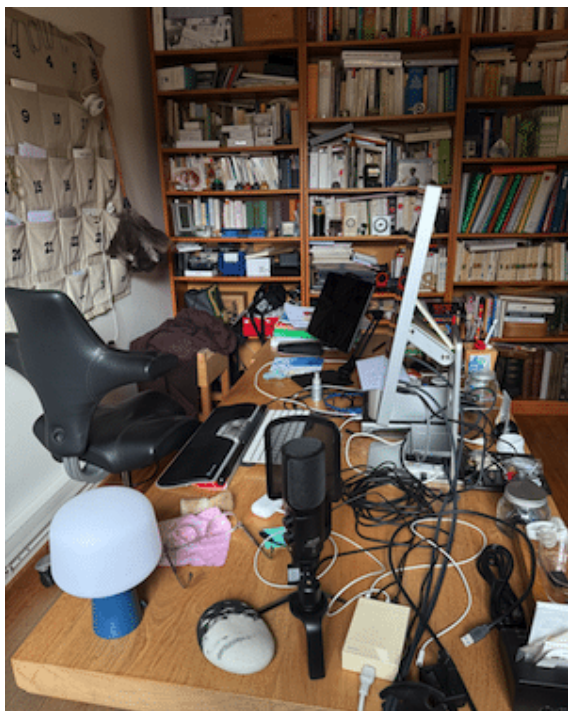
Écrire assis, peut être une expérience tout aussi créative et productive que d'écrire debout ou dans d'autres positions.

L'important est de trouver une posture confortable permettant de laisser courir son imagination.

Sur « [Entre2lettres](#) ® » se trouvent plus de 700 exercices d'écriture créative pouvant être réalisés comme il vous sied. L'essentiel est de se sentir à l'aise et inspiré, peu importe la position.

Au fait ! Avez-vous déjà essayé d'écrire couché sur le dos ?

PS : J'ai acheté un système « assis-debout », puis j'ai fait faire un plateau par un menuisier. Mais, on trouve, [chez IKEA](#), ou autres magasins similaires, des bureaux « assis-debout » à des prix raisonnables. Voyez comme il est bien rangé...



Merci pour votre générosité



Je tiens, avant tout, à remercier chaleureusement les personnes qui ont fait, en ce début d'année, un don de soutien à l'association par l'intermédiaire de [Paypal](#), [Hello Asso](#) ou avec un chèque accompagné d'une jolie carte porteuse d'un message très sympathique.

Je sais que c'est un effort financier pour vous. Merci pour votre générosité, vos dons nous aident à payer les coûts de l'informatique. Et les petites dépenses occasionnées lors de nos différents bénévoles, particulièrement auprès des personnes atteintes du cancer, handicapées par la dyslexie, ou souffrant du mal de vivre.

Raisons pour lesquelles vous connaissez parfois un désagrément en publiant un texte dans le cadre réservé aux commentaires ?



Plusieurs abonnés ont remarqué que leurs commentaires ne s'affichent pas immédiatement sur le blogue après les avoir publiés sur le blogue, ce qui est assez frustrant. Je les comprends.

Je vous propose de découvrir les raisons en commençant par une anecdote ordinaire. Qui n'a pas dit un jour : « *Tu ne sais pas ? J'ai croisé unetelle dans la rue, et sur le coup, j'ai failli ne pas la reconnaître ! Elle n'a plus ses cheveux longs, ça la change complètement !* »

On peut faire un rapprochement avec le blogue, si vous changez quoi que ce soit dans votre patronyme ou adresse mail (@) c'est comme si vous aviez changé d'identité. Le système pense que vous êtes un étranger et vous ferme la porte au nez. Votre texte est mis en quarantaine. Si, par exemple, je me suis abonné en écrivant *PascalPerrat* puis une autre fois *perratpascal* ou *Pascal.Perrat* le système me reçoit comme un intrus. Pareillement si je modifie mon adresse e-mail ou je me trompe en l'écrivant.

MAIS CE N'EST PAS TOUT !

Avant l'arrivée de l'intelligence artificielle, l'agent sécurité du système était plutôt tolérant, ce n'est plus le cas. Si un point accompagne un mot une fois dans votre identité et pas la fois suivante : BLOCAGE ! Je dois libérer votre texte sous conditions. Retenez aussi que tout terme, un peu trop chaud, conduit votre écrit en prison. Rançon du progrès...

Que cette nouvelle année en écriture vous offre de bons moments, des espaces hors des soucis, des douleurs, des peurs et des contrariétés de toutes sortes.

Bonne année les abonnées !



L'année, marchant à grands pas, s'en va déjà.

Janvier commence à cheminer.

Aidez-le à exaucer ses vœux : des jours heureux et en bonne santé.

Moi, je m'en retourne chercher de nouvelles idées à vous proposer.

Bonne et heureuse année ! Au grand plaisir de vous retrouver samedi sur notre aire de jeu

Le monde serait triste si le Père Noël n'existait pas

Joyeux Noël

Réponse d'un rédacteur en chef à Virginie, une petite fille qui veut savoir si le Père Noël existe :

« Virginie, tes camarades ont tort. Ils ont été atteints par le scepticisme de notre époque. Ils ne croient qu'à ce qu'ils voient. Ils pensent que tout ce que leur petit cerveau ne peut pas comprendre, n'existe pas.

Tous les cerveaux, que ce soient ceux d'adultes ou d'enfants, sont petits. Dans ce grand Univers dans lequel nous vivons. L'homme est un petit insecte, une fourmi, si l'on compare son intellect au monde infini qui l'entoure et à une intelligence capable d'appréhender, d'un coup, toute connaissance et toute vérité.

Oui, Virginie, le Père Noël existe. Il existe tout autant que l'amour, la générosité ou le dévouement.

Hélas ! Comme le monde serait triste si le Père Noël n'existait pas ! Ce serait aussi triste que s'il n'y avait pas de Virginies sur terre !

Il n'y aurait plus la candeur et la fraîcheur de l'enfance, et donc plus de poésie et de romantisme pour rendre notre existence plus supportable. Nous n'aurions plus de joies autres que celles que nous apporte le fait de sentir et de voir. La lumière qui permet à l'enfance d'éclairer le monde s'éteindrait.

Ne pas croire au Père Noël ! Ce serait comme ne pas croire aux fées. Même si tu demandais à ton papa d'engager des hommes pour surveiller chaque cheminée, le soir de Noël, pour attraper le Père Noël, même si tu ne voyais pas le Père Noël descendre par la cheminée, qu'est-ce que cela prouverait ? PERSONNE ne voit le Père Noël, mais cela ne prouve pas qu'il n'existe pas.

Les choses les plus réelles de ce monde sont celles que ni les enfants ni les grands ne peuvent voir. As-tu déjà vu des fées danser sur la pelouse ? Certainement pas, mais cela ne prouve pas qu'elles n'y sont pas...

Personne ne peut concevoir ou imaginer toutes les merveilles qui sont invisibles, et qu'on ne verra jamais.

Tu peux démonter une clochette pour voir ce qui fait du bruit à l'intérieur, mais il y a un voile qui recouvre le monde invisible que l'homme le plus fort, ou même tous les hommes les plus forts ensemble, ne pourraient arriver à soulever.

Il n'y a que la foi, la poésie, l'amour et la candeur qui peuvent soulever le voile, voire la beauté surnaturelle et la splendeur qu'il recouvre. Est-ce que c'est VRAI ?

Ah, Virginie, il n'y a rien de plus vrai et de plus éternel.

Pas de Père Noël ! Dieu merci, il existe et existera toujours. Dans mille ans, Virginie, comme dans 10.000 ans, il continuera à emplir de joie le cœur des enfants. »

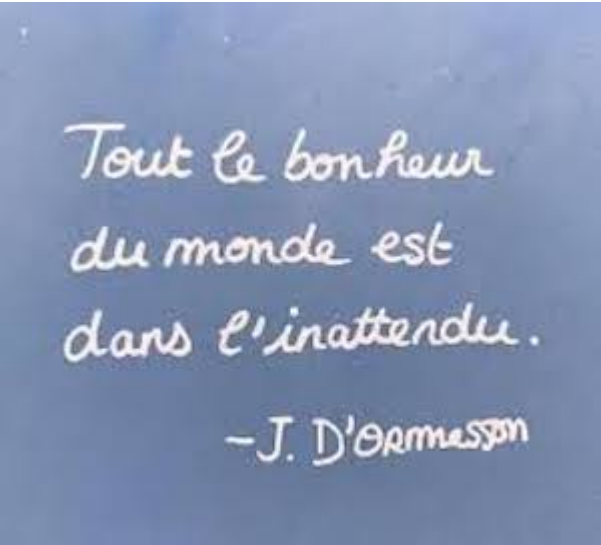
Francis P. Church, rédacteur en chef du New York Sun, 1897.

Pour soutenir le blogue Entre2lettres

C'est ici

Créer c'est bon pour le mental

Si je ne cesse jamais de créer du contenu, que ce soit pour un article ou un exercice, c'est parce qu'inventer est ce qui me procure le plus de satisfaction mentale.



Tout le bonheur
du monde est
dans l'inattendu.
-J. D'Ormesson

Une journée pendant laquelle je cherche à créer un nouvel exercice et à le formuler est toujours un bon jour. Peu importe mes petits ennuis, tourments ou tracas. Créer en toute liberté et selon son plaisir est le meilleur des « chasse-soucis »

Je commence d'ailleurs toutes mes journées avec cette habitude : trouver de l'inattendu.

Essayez, vous verrez ! Si vous pouvez, chaque matin, au lieu de consulter votre messagerie, Facebook, TikTok ou autres, mobiliser votre esprit pour trouver l'amorce d'une petite idée, votre journée sera plus belle à vivre. Même si cette idée n'apporte aucun résultat concret, ou ne répond pas à un besoin pressant.

Créer apporte de la stabilité dans la vie et augmente la confiance en son imagination et conséquemment, en soi.

Chaque idée plus ou moins bien trouvée est une petite conquête. Elle donne confiance en ses possibilités créatrices et les renforce au fil du temps. C'est très bon pour le mental. **Voilà pourquoi je ne cesse jamais de m'ingénier à chercher une idée.** Bonne ou mauvaise.

Les personnes qui ont participé à cet exercice : » **Un souvenir revient sur ses pas** » seront certainement d'accord avec moi.

Bon et joyeux Noël. 🍷

Écrivains et non-Écrivains.

Dans un essai percutant, [Paul Graham](#), figure influente de la Silicon Valley et cofondateur de [Y Combinator](#), prédit un bouleversement majeur : avec la montée en puissance de l'intelligence artificielle, la capacité à écrire, et donc à penser de manière structurée, pourrait bien disparaître pour une majorité d'individus. Selon lui, d'ici à quelques décennies, l'écriture, qui exige un haut degré de clarté et de concentration, pourrait devenir une compétence rare, réservée à ceux qui choisiront de l'entretenir.

Une division entre “écrivains” et “non-écrivains”



Graham observe depuis longtemps que l'écriture est une tâche difficile, nécessitant une réflexion approfondie. Dans de nombreux métiers, en particulier les plus prestigieux, la rédaction est devenue une compétence essentielle. Cependant, la complexité de cette tâche conduit souvent à des dérives, comme le plagiat, révélateur de la difficulté pour certains de s'exprimer de manière authentique. Aujourd'hui, avec

l'avènement de l'IA, cet effort devient facilement évitable. Les intelligences artificielles peuvent générer des textes, que ce soit pour des projets scolaires, des rapports professionnels ou même des communications personnelles, sans qu'aucun effort cognitif ne soit nécessaire.

Le risque, selon Graham, est de voir émerger une société divisée en deux catégories : les "écrivains" – ceux qui maîtrisent encore l'art d'écrire et, par extension, de penser – et les "non-écrivains", dépendants de la technologie pour structurer et exprimer leurs idées.

L'écriture comme reflet de la pensée

Pour Graham, l'écriture n'est pas une simple mise en mots de la pensée, elle est le processus même de la pensée. Sans l'exercice d'écrire, il est difficile de réfléchir en profondeur. Il cite Leslie Lamport, qui affirme : "Si vous pensez sans écrire, vous ne faites que croire que vous pensez." En d'autres termes, sans le processus de rédaction, la qualité de la réflexion humaine pourrait s'appauvrir. L'écriture permet de clarifier, de nuancer et d'organiser des idées, qualités que l'IA ne peut pas inculquer aux utilisateurs.

Paul Graham établit un parallèle avec la société préindustrielle où la majorité des gens étaient physiquement forts du fait de leur travail. Aujourd'hui, si quelqu'un veut développer sa force, il doit activement choisir de s'entraîner. De même, il anticipe que dans un avenir dominé par l'IA, seuls ceux qui voudront véritablement penser de manière autonome continueront à cultiver leurs capacités rédactionnelles.

Un risque pour la culture de l'écrit

La montée en puissance de l'IA survient à un moment critique où la culture de l'écrit est à la fois omniprésente et fragilisée. L'accès aux idées d'autrui, la compréhension des œuvres et la transmission de la pensée dépendent en grande partie de l'écrit. Pourtant, comme le souligne Graham, l'intelligence artificielle pourrait finir par masquer l'incapacité de certains à structurer leur pensée, et encourager une société de "prêt-à-penser". Le risque, à terme, est de voir des individus incapables d'exprimer leurs émotions ou idées, ce qui pourrait mener à une frustration croissante, voire à des formes de violence.

L'observation de Paul Graham résonne comme un appel : il invite chacun à réfléchir aux implications de l'automatisation de l'écriture pour la société. Si la technologie facilite grandement la production de contenu, elle risque de rendre superflue la discipline intellectuelle nécessaire à l'écriture. En abandonnant cette compétence, l'humanité pourrait se priver d'une capacité précieuse à penser par elle-même.

Dans un futur dominé par l'IA, ceux qui aspirent à rester maîtres de leur pensée devront faire un choix conscient de préserver cette habileté fondamentale.

Notez que je n'ai pas écrit cet article, il ne m'appartient pas. Je ne suis que le retransmetteur.

Source : <https://www.breizh-info.com>

Publiez vos idées d'exercice

Votre imagination n'a pas de limites. Vous le prouvez chaque semaine en réalisant les exercices d'écriture créative que je publie le samedi sur le blogue.



Parfois, mes sujets d'exercice vous inspirent d'autres idées d'exercices. Certaines personnes me les proposent occasionnellement par e-mail.

Je les note dans un coin, puis le temps passe et je les oublie. C'est dommage.

Pour qu'elles ne se perdent plus et pour que tout le monde puisse en tirer profit, j'ai ouvert une page sur laquelle vous pouvez les poster si le cœur vous en dit.

La page dédiée à vos idées est ici : [il suffit de cliquer ici](#)

