Tout le monde est artiste

Deuxième partie | Origine et cadre de travail

Li Shuang | Fontainebleau

Origine — Sans modèle tout fait, j’ai appris à faire par moi-même

Je suis née en Chine et j’ai vécu la Révolution culturelle pendant mon enfance. Ma famille était lettrée depuis des générations ; mes ancêtres étaient issus de la noblesse tibétaine. Je me sens chinoise, tout en ayant grandi au contact de plusieurs cultures. Dans la Chine des années 1970, je n’ai pas eu la possibilité de suivre une scolarité normale. De nombreux repères et héritages culturels ont été brisés. J’avais peu de modèles à suivre. Seule, au milieu d’un territoire désert, je devais inventer pour survivre.

Les bouleversements de la Révolution culturelle ont plongé ma famille dans la pauvreté. J’ai donc appris à tout faire moi-même. Je ne pensais pas devenir styliste, mais j’ai créé des vêtements ; je ne me rêvais pas écrivaine, mais j’ai écrit ; sans avoir étudié l’horticulture, j’ai aménagé un jardin, un potager et un jardin d’herbes aromatiques. Je n’ai pas attendu d’être experte pour m’autoriser à créer. J’ai suivi un désir naturel, j’y ai consacré presque toute mon énergie et j’ai assumé les conséquences de mes choix.

Mon origine ne me permettait pas d’entrer à l’école des beaux-arts. Je ne m’imaginais pas artiste, mais j’ai peint. Avec le recul, je vois que la création ne commence pas toujours par une théorie complète que l’on met ensuite en pratique. Souvent, j’ai d’abord répondu à ce qui se passait réellement dans ma vie. J’ai cherché en faisant, puis j’ai appris peu à peu à me connaître.

La création m’a conduite vers ce que je ne connaissais pas encore

Lorsque je suis arrivée à Paris en 1984, j’avais l’impression d’être un singe que tout le monde venait regarder. Mon histoire semblait être le texte explicatif affiché sur la cage — en français, de surcroît. Un jour, des papiers d’emballage aux couleurs vives m’ont attirée. J’ai pris des ciseaux et je me suis mise à créer. À cet instant, mon anxiété s’est évaporée comme la sueur. J’avais oublié qui j’étais ; je n’avais donc plus de raison de m’angoisser. La création ne m’a pas expliqué qui j’étais : elle m’a conduite vers un lieu que je ne connaissais pas encore.

L’expérience de mort imminente que j’ai vécue en 2002 a de nouveau transformé ma vision de la vie. J’ai quitté la scène artistique, alors au sommet de sa visibilité, et je suis retournée au silence pour poursuivre ma recherche. J’ai vu que, dans la vie de beaucoup de personnes, l’arbre qui se trouve devant elles leur cache toute la forêt qui s’étend derrière. Elles pensent vivre seules, sans voir qu’une forêt pousse en elles ; la vie de l’univers y bouillonne, y est vivante et les soutient.

Après plus de dix ans de retrait, j’ai eu le sentiment que tout ce que j’avais vécu venait à ma rencontre, comme animé d’une âme, et me demandait de partager ces expériences avec davantage de personnes.

La démarche — Voir, dans l’image, les chemins que nous répétons

Certaines idées que nous tenons pour évidentes viennent en réalité de notre famille, de la société et des modes de vie des générations précédentes. À force de les entendre et de les reproduire, elles deviennent des chemins familiers et nous finissons par croire qu’il n’en existe pas d’autres. Les habitudes anciennes ne sont pas nécessairement de notre faute. Nous pouvons d’abord les voir, puis essayer de nouveaux choix dans notre vie quotidienne.

La peinture n’est pas là pour te juger, et l’enseignante n’est pas là pour t’expliquer qui tu es. Devant une feuille blanche, ta manière de commencer, de choisir une couleur ou de t’arrêter peut faire remonter des habitudes anciennes. Il n’est pas nécessaire de tout changer d’un coup. Nous pouvons commencer par voir, puis essayer un choix différent au prochain geste.

L’atelier commence par la méditation et se poursuit par une pratique de création. Aucune expérience en peinture n’est requise et il n’y a ni style ni résultat à atteindre. Ici, la peinture est un miroir et une voie de connaissance de soi. L’essentiel n’est pas de savoir si l’œuvre est « réussie », mais d’observer ce qui se passe en soi pendant la création et de voir comment cette observation peut rejoindre la vie quotidienne.

Les questions que nous abordons — Impermanence, peur et émotions

Au fil des années, nous avons travaillé au Japon, en Égypte et en Chine en faisant face à la naissance et à la mort. La mort est une réalité que personne ne peut éviter. Depuis mon arrivée en Europe, j’ai souvent le sentiment qu’elle est tenue à l’écart de la vie, comme si ne pas en parler pouvait l’empêcher d’approcher. Pourtant, la cacher ne la rend pas plus lointaine.

Dans ma compréhension de l’impermanence, toute chose apparaît par la réunion temporaire d’innombrables causes et conditions, puis se transforme sans cesse. La mort ne survient pas seulement au dernier instant de la vie. Bien des fins nous font peur : la peur d’être critiqué, de voir les vacances se terminer, de voir un mariage changer ou un enfant grandir et partir. Pourquoi cherchons-nous si souvent à vivre conformément aux attentes de la société et des autres ? Parfois, nous avons peur de perdre leur approbation, notre identité ou le mode de vie qui nous est familier. Lorsque la peur m’envahit, le monde que je peux voir se rétrécit. Quand je desserre certaines convictions rigides, le monde peut s’ouvrir à moi sous un autre visage.

La colère et les émotions se manifestent réellement dans le corps, tandis que les jugements et les récits de l'esprit les déclenchent et les amplifient souvent. Nous pouvons apprendre à sentir les émotions dans notre corps et à reconnaître l'histoire que notre esprit est en train de raconter, afin de ne plus nous laisser gouverner par elles. Une colère qui n'est pas reconnue peut détruire la beauté, l'harmonie et l'intimité auxquelles nous tenions.

Je sais profondément qu'il n'y a pas vraiment un « toi » et des « autres », mais un « nous », debout sur la terre et sous l'univers. Les étoiles n'ont peut-être pas remarqué notre passage — ce que nous avons fait, peint, pensé, aimé ou regretté — car leur échelle de temps est différente de la nôtre. Pourtant, par notre regard, notre pensée, nos actes et notre création, l'univers voit ce que la vie a accompli.

Partager une expérience, reconnaître un engagement

Je ne prends pas l'argent des participants pour leur faire plaisir, et je ne veux pas transformer mon expérience vécue en une recette accélérée. Pour exprimer ma position sur la transmission, j'emprunte cette formule : « Le Dharma ne se brade pas ; la voie ne se transmet pas à la légère. » Le « Dharma » n'est pas un secret que je garderais pour le vendre au plus offrant ; la « voie » n'est pas une réponse de vie que je pourrais te remettre et que tu n'aurais qu'à reproduire. Je veux dire que ce qui se forme à partir d'une expérience de vie, d'une observation longue et d'une pratique ne devrait pas être réduit à la légère ni vendu comme une méthode express à bas prix.

Cette formule ne signifie pas que je veuille m'approprier le savoir, augmenter le prix ou dresser des barrières. Elle me rappelle que la personne qui partage doit répondre de l'expérience qu'elle transmet, et que la personne qui apprend doit y consacrer du temps et un engagement sincère. Confucius évoque l'enseignement qui consiste à éveiller celui qui cherche et à guider celui qui ne parvient pas encore à formuler sa pensée. Han Yu décrit la mission du maître comme la transmission de la voie, du savoir et la résolution des questions. Pour moi, transmettre ne consiste pas à te donner une réponse toute faite, mais à faire entrer une expérience dans la pratique, afin qu'elle soit éprouvée et devienne finalement la tienne.

J'ai parcouru mon chemin pas à pas. Mon expérience ne peut pas être réduite à une méthode qui garantirait le même résultat à quiconque la suivrait. Je peux partager ce que j'ai vécu, observé et mis en pratique ; ce ne sont pas des réponses toutes faites et cela ne peut pas marcher à ta place. J'espère que ce que je partage pourra être éprouvé dans ta propre vie et devenir peu à peu une richesse intérieure qui t'appartient. Puisque je vois la vie comme un tout, la manière dont tu grandis m'intéresse. Il ne s'agit pas de décider qui tu devrais devenir, mais de regarder et de pratiquer avec sérieux, pour découvrir ce que ta propre expérience peut t'apprendre.

Cet atelier n'est donc ni une œuvre caritative ni l'achat d'un résultat garanti. C'est une pratique partagée qui demande du temps, de l'expérience et un engagement réel. Le

prix correspond à la préparation, à l’expérience et au travail nécessaires. Ce que chacun en retirera dépend aussi de son implication personnelle.

Informations pratiques — 5 décembre 2026

- Date : samedi 5 décembre 2026
- Horaire : de 14 h 30 à 18 h 30, soit quatre heures
- Tarif : 160 € par personne
- Places disponibles : nombre limité
- Questionnaire préalable : un bref questionnaire sera à remplir au moment de l’inscription, afin que je puisse connaître tes attentes et ton parcours et préparer l’atelier
- Matériel de peinture : fourni ; tu pourras emporter ta réalisation chez toi
- Accueil : thé et petite collation offerts
- À apporter, si tu le souhaites : un petit carnet que tu connais bien et que tu aimes utiliser
- Lieu : à préciser
- Inscription : modalités à préciser (lien, adresse e-mail ou téléphone)