



# Bâton DE PUISSANCE

UN BÂTON, COMME UN HABIT, se fait en chemin. Il s'ajuste aux mouvements du marcheur, s'adapte à ses besoins et à ses goûts. C'est un arc qui soulève le corps dans les montées, un étai qui le soulage et le retient dans les descentes. Sur terrain plat, c'est un balancier qui bat la mesure et accompagne le pas, en l'amplifiant et lui conférant une certaine solennité. On croit tenir une crosse d'évêque, un sceptre royal, une canne de tambour-major ; la marche devient un défilé de puissants.

Jean-Louis Hue (1949-)

# Tout UN ART

IDÉALEMENT, marcher est un état où l'esprit, le corps et le monde se répondent, un peu comme trois personnages qui se mettraient enfin à converser ensemble, trois notes qui soudain composeraient un accord. Marcher nous permet d'habiter notre corps et le monde sans nous laisser accaparer par eux.

Rebecca Solnit (1961-)  
*L'art de marcher*

# Élan

## DU MATIN

---

DONC NOUS PARTÎMES EN AVANT, au-delà, sans nous soucier de la marée qui montait, ni s'il y aurait plus tard un passage pour regagner terre. Nous voulions jusqu'au bout abuser de notre plaisir, et le savourer sans en rien perdre. Plus légers que le matin, nous sautions, nous courions sans fatiguer ; sans obstacle, une verve de corps nous emportait malgré nous et nous éprouvions dans les muscles des espèces de tressaillements d'une volupté robuste et singulière. Nous secouions nos têtes au vent, et nous avions du plaisir à toucher les herbes avec nos mains. Aspirant l'odeur des flots, nous humions, nous évoquions à nous tout ce qu'il y avait de couleurs, de rayons, de murmures, le dessin des varechs, la douceur des grains de sable, la dureté du roc qui sonnait sous nos pieds, les altitudes de la falaise, la frange des vagues, les découpures du rivage, la voix de l'horizon ; et puis c'était la brise qui passait, comme d'invisibles baisers qui nous coulaient sur la figure, c'était le ciel où il y avait des nuages allant vite, roulant une poudre d'or, la lune qui se levait, les étoiles qui se montraient.

Gustave Flaubert (1821-1880)

*Par les chemins et les grèves*





ON PART, ON S'ARRÊTE,

— ON —

**repart**

*Rien ne gêne, rien ne retient*

ON VA ET ON

**RÊVE**

*devant soi*

Victor Hugo

# Savoir MARCHER

---

JE NE PRÉTENDS PAS ICI me poser en professeur de maintien ; comme les maîtres de danse, je ne vous dirai pas : marchez les pieds en dehors, arrondissez le bras avec grâce. Non, mais je vous dirai :

- ne marchez pas les pieds en dedans, vous auriez l'air d'un canard ;
- ne riez pas aux éclats, on vous prendrait pour un échappé de petites maisons ;
- ne faites pas de grands gestes avec vos bras ; pour ne pas faire concurrence au télégraphe de Montmartre.
- ne portez pas votre chapeau sur l'oreille comme un émule du terrible Savoyard ;
- abstenez-vous de fourrer vos deux mains dans les poches, vous casseriez le nez si vous rencontriez un caillou ;
- ne posez pas votre canne ou votre parapluie sous le bras, dans une position horizontale, vous arracheriez l'œil d'un petit personnage qui marche derrière vous, et casseriez un carreau de magasin en vous retournant sur le trottoir ;
- si vous rencontrez un ami, ne vous installez pas sur le passage de la foule ; ne le retenez pas par un bouton de son habit, vous risqueriez de le lui arracher, et le morceau avec ;

- ne lâchez pas des bouffées de tabac sur la figure du monde, vous feriez tousser les dames qui vous prendraient pour un manant, et vous recevriez une tripotée des hommes, qui ne trouveraient pas cela drôle.

Je ne prétends pas, non plus, vous forcer à marcher d'un air modeste et les yeux baissés comme une rosière ; il ne faut pas qu'un homme ait l'air godiche, mais marchez avec assurance, avec aisance, le front levé et le cœur droit ; vous en valez bien un autre si vous avez la conscience de vous-même.

Ah ! surtout ne prenez pas les manières du fat.

Marc Constantin (1810-1888)

*Manuel du savoir-vivre, ou l'art de se conduire selon les convenances et les usages du monde...*



**« Ne riez pas aux éclats,  
on vous prendrait pour  
un échappé de petites maisons »**



*On avance à l'allure*

— DE SES —

**SONGES**

ET QUAND ILS SONT LANCÉS

**à plein  
régime**  
*on court presque*

Jean-Christophe Rufin (1952-)