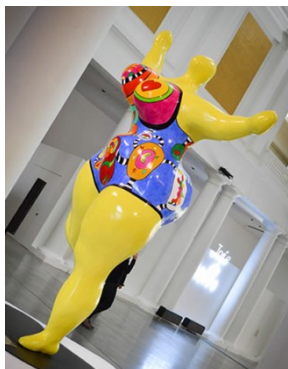


La joie de vivre !



La plantureuse et pétillante « Nana jaune » de Niki de Saint Phalle nous accueille à l'entrée de l'exposition.

Le GROS a aimé l'exposition « La joie de vivre » qui a lieu en ce moment et jusqu'au 17 janvier 2016 au Palais des Beaux Arts à Lille.

Les thèmes présentés dans cette exposition font penser à ce vers quoi l'approche du GROS tente de se rapprocher au maximum : le rétablissement d'une alimentation apaisée, la réconciliation avec son corps et le rétablissement de l'humeur.

La joie de vivre s'exprime à travers ... Les joies de la table ...

Par l'approche du GROS, nous nous efforçons d'aider nos patients à faire la paix avec leur alimentation, à retrouver des moments de partage et de convivialité.

Dans l'art, les moments de convivialité sont souvent représentés autour d'une table comme cette scène lumineuse de bonheur figurant dans le tableau « *Un repas de nocces à Yport* » d'Albert Fourié avec le toast que se portent les époux. Le repas est pris dans un cadre rassurant et agréable.



Les moments de liesse, de joie collective et débordante, de fêtes qui constituent un élément essentiel de cohésion sociale. Le tableau « *Joyeuse compagnie* » de Willem Pieterszoon Buytewech en est une belle représentation : il montre une scène où un groupe attablé se livre aux mets, boissons, chants et danses. On y retrouve le partage, la convivialité autour d'un repas porteur de représentations positives, l'alimentation y est apaisée.

« Il y a des jours qui ne sont pas comme les autres, les jours de fête, et c'est un peu pour ces jours-là qu'on vit, qu'on attend, qu'on espère. » (Jean-Marie Gustave Le Clézio)

La joie de vivre s'exprime à travers ... Le corps joyeux ...

Par l'approche du GROS, nous aidons nos patients à reprendre contact avec ses sensations corporelles.

Epicure recommandait de pratiquer tout ce qui permet au corps de ne pas souffrir et à l'âme de ne pas être troublée. Parmi les plaisirs naturels, ceux qui peuvent être éprouvés par le corps sont nombreux. Les corps en mouvement sont souvent des corps joyeux, notamment lorsqu'ils fusionnent dans l'élan, la danse et l'amour : danser et aimer pour s'assurer que l'on est vivant.



Le tableau célèbre de Pablo Picasso « *Deux femmes courant sur la plage* » illustre tout à fait ces corps joyeux. Les membres exaltés des personnages renforcent la représentation dynamique que le peintre veut nous transmettre.



« *La danse de nocces* » de Jan Brueghel l'Ancien fait la part belle aux activités festives : des couples dansent, des amoureux s'embrassent ...

La joie de vivre s'exprime à travers ... Le bien-être ...

Par l'approche du GROS, nous apprenons à nos patients à favoriser des moments de lâcher prise.

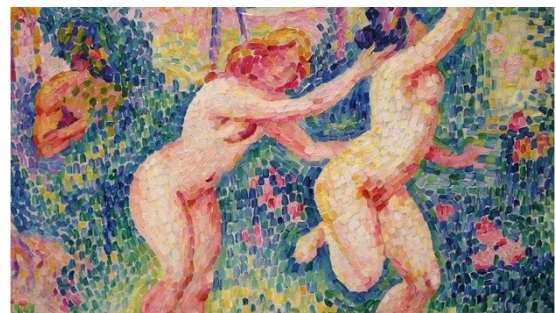
Le tableau « *Jour de fête* » de Nikolai Kouznetsov symbolise un moment de détente représenté par cette scène champêtre aux beaux jours : dans une steppe, une femme allongée dans les herbages, se prélassait au soleil ...





La lumière et la chaleur du soleil peuvent augmenter l'impression de bien-être. Le tableau « *L'eau* » de Frantisek Kupka illustre le plaisir de la baignade l'été, joie de faire corps avec l'eau, en étant davantage présent à soi.

« *La nageuse rouge* » de Raoul Dufy et « *La fuite des nymphes* » d'Henri-Edmond Cross montrent le sentiment de liberté et de légèreté d'un bain de soleil, en accordant une pleine confiance à son corps.



La joie de vivre s'exprime à travers ... Les émotions positives ...

Par l'approche du GROS, nous nous efforçons d'améliorer l'humeur de nos patients, en nous aidant, par exemple, de la psychologie positive ou de la thérapie ACT.

« *Le rire est le propre de l'homme* » disait Rabelais. Rares sont les œuvres qui montrent un rire franc, à gorge déployée ... Dans son tableau « *Femme accordant un luth* », Guerit Van Honthorst peint une femme abordant un large sourire.



« *Le rire de la joie, à l'encontre du rire de l'amusement, est en pleine harmonie avec la vie intérieure.* »
(Lewis Carroll)

Et pour compléter cette exposition, pourquoi pas lire le dernier livre de Frédéric Lenoir : « *La Puissance de la joie* » ?