

PETIT PRECIS POUR BIEN ECRIRE

Consacrez du temps à régler la bonne hauteur du siège par rapport au plan de travail.

Pour bien écrire, pour aborder la belle écriture, il faut déjà être bien assis, confortablement.

Il ne faut pas avoir les avant-bras trop hauts, ni se voûter sur sa feuille.

Choisissez un endroit bien éclairé, lumineux et agréable.

Essayez d'être seul.

Ayez les mains propres.

Dégagez le plan de travail, ne gardez que le strict nécessaire : l'outil scripteur, le subjectile et l'encrier.

Tenez-vous droit, n'appuyez pas le torse contre la table.

Ne croisez ni les jambes, ni les pieds.

Choisissez, pour débiter, des outils simples, des encres fluides classiques, des papiers ordinaires d'un bon grammage cependant (à partir de 90 grammes).

Munissez-vous d'un petit chiffon.

Trouvez votre rythme, votre cadence : n'allez ni trop vite, ni trop lentement, tout en donnant du nerf à votre graphie.

Ne vous contraignez pas, ne travaillez pas trop longuement mais multipliez les séances qui ne seront pas systématiques.

Concentrez-vous, ne vous crispez pas, ne serrez pas trop le porte-plume.

Décontractez-vous de temps en temps et remettez-vous en place régulièrement.

Fâtes jouer le subjectile sur la table en trouvant le meilleur angle.

Si le bruit de la plume sur le papier ne vous suffit pas, mettez un peu de musique.

Quand ces conditions sont remplies, enhardissez-vous et laissez aller votre main et votre esprit, vous commencez.

Partir sur des bases simples est important : l'évolution se fera lentement mais sûrement.

Chaque écriture est personnelle, elle est inimitable, elle est "le reflet de l'âme", elle vous représente, elle vous annonce.

Vous sentirez qu'au bout d'un moment votre main commence à se libérer.

Vous essayerez ensuite de privilégier ces instants en les provoquant et en les reproduisant.

A B C D E F G H

I J K L M N O P Q

R S T U V W X Y Z

a b c d e f g h i j k

l m n o p q r s t u v w

x y z 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0