

# Des contrastes pour mettre en lumière ?

---

« *La vérité a besoin de mensonges. Car comment la définir sans contrastes ?* »

Paul Valéry

Ma semaine a été marquée par de nombreux contrastes, constatés et/ou vécus, autant dans des relations personnelles que dans des situations professionnelles ou des contextes privés.

En photographie, le contraste n'est-ce pas tout simplement ce qui ramène plus de beautés, plus de variétés au cliché ? Car il permet une mise en évidence d'un élément de la composition ?

J'aimerais juste vous inviter à prendre conscience de l'un ou l'autre contraste<sup>1</sup> que vous vivez et, plutôt que de le combattre ou de l'ignorer, de juste accepter sa présence, de le reconnaître sans le juger, d'écouter votre ressenti en sa présence.

Pouvez-vous mettre en perspective ce contraste en tentant de voir, sentir ou écouter ce qu'il met en lumière en vous ?

Pour faciliter cette petite introspection, je fais le lien avec une randonnée à skis effectuée ce matin ; dans laquelle j'ai rencontré une très grande diversité de contrastes : températures, luminosités, textures de neige, lignes et courbes, brouillard, grand soleil, neige poudreuse ou soufflée, etc.

Un petit montage illustre ces quelques mots: <https://youtu.be/vKvev-SS-oE> et sur vimeo (visible sur tablettes et smartphones) : <https://vimeo.com/157919252/>.

Belle semaine !

Jean-Pierre Rey, le 6 mars 2016

Partagez si le billet vous a plu et [inscrivez-vous](#) à mon info-lettre si vous voulez recevoir hebdomadairement une inspiration !

Et le menu [Tout le blog](#) vous donne accès aux derniers billets, en cas d'intérêt !

---

<sup>1</sup> Je préfère le mot « contraste » au mot « difficulté » ou « problème ».