

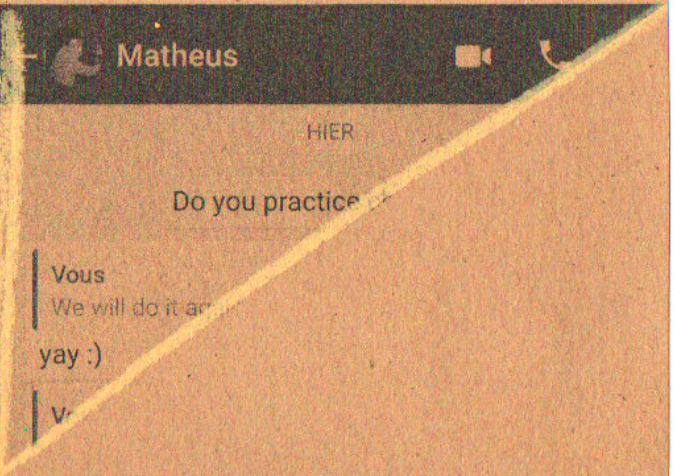
Six
Hélène

Est-on la même au milieu de ses sources ?

L'esprit retentit enfin avec les sources. L'été estival brise matières et fenêtres. A l'origine, le feu entend voyager léger et survoler le bled-mouton.

Hélène, je ne comprends rien.

Où était enfin arrivées. Juste avant d'entrer dans le village, Virginia m'avait prévenue : avant, sa grand-mère avait l'habitude de ne se vêtir qu'en noir puis un jour quelque chose a changé. Avant quoi ? j'ai demandé. Et pas eu de réponse. La maison où elle vivait était accrochée aux pieds d'une montagne dessinait sur le ciel une ligne qui se relevait à l'horizon. Là le ciel était plus haut. Rien à voir avec Hambourg. Rien à voir avec rien d'autre que j'avais déjà vu avant. Le ciel était immense et prenait presque autant de place colorimétrique que toute la palette des portes-conteneurs du port. Avant de se garer derrière le



HIER

Do you practice

Vous
We will do it again
yay :)
v

NIGHT

00H WATCH A FILM ABOUT FORESTS IN BED.
00H30 TRY TO FALL ASLEEP OR SEND A BOOTY CALL TEXT.

00H45 MASTURBATE.

01H EAT BREAD AND CHEESE.

01H03 HOW DO YOU FEEL?



→ ADVISED MOVIE :

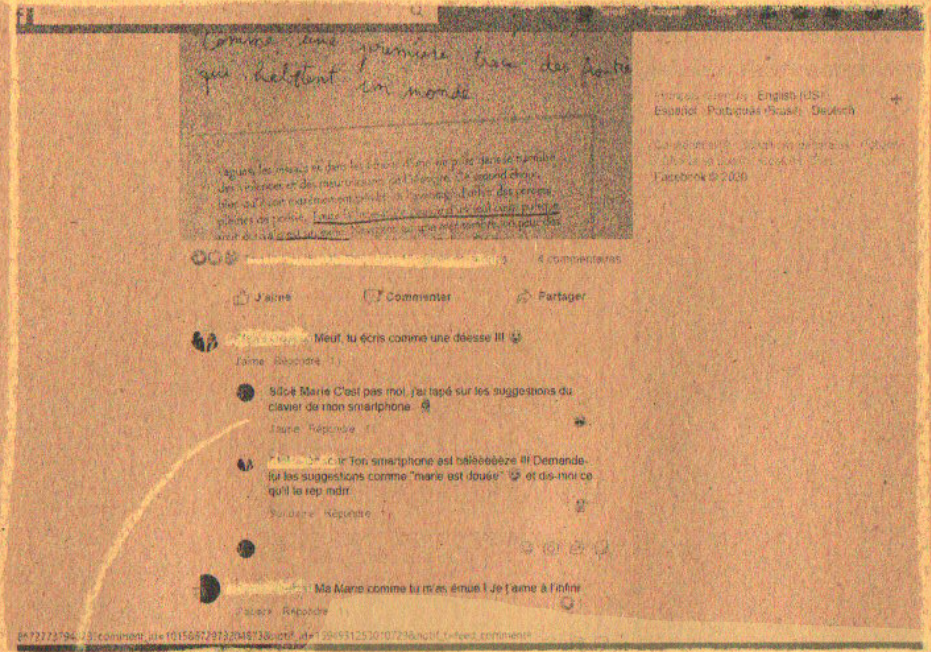
"THE ANCIENT WOOD"

BY LITHUANIAN DIRECTOR

MINDAUGAS SURVILA

01405

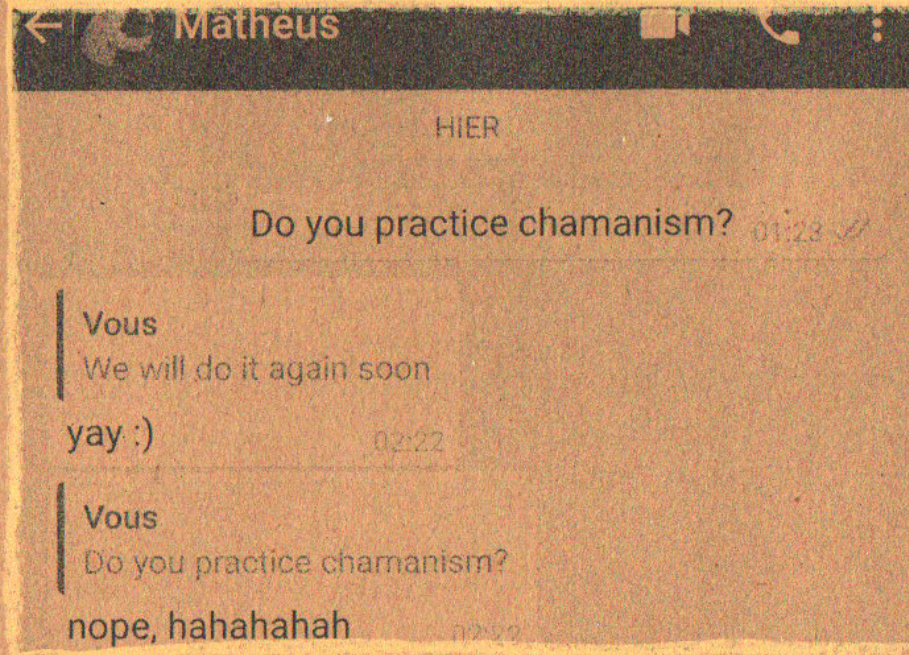
CHECK LATEST FACEBOOK POSTS COMMENTS.



ADvised ATTITUDE:
 → REPLY WITH CARE
 AND DETACHMENT

01/14/23

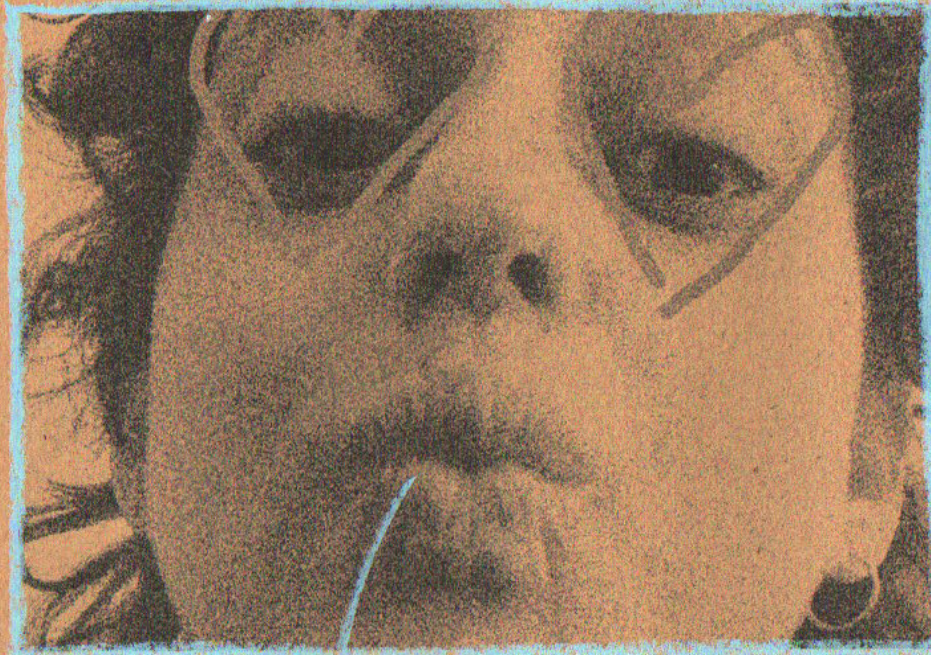
ASK A FRIEND ABOUT CHAMANISM.



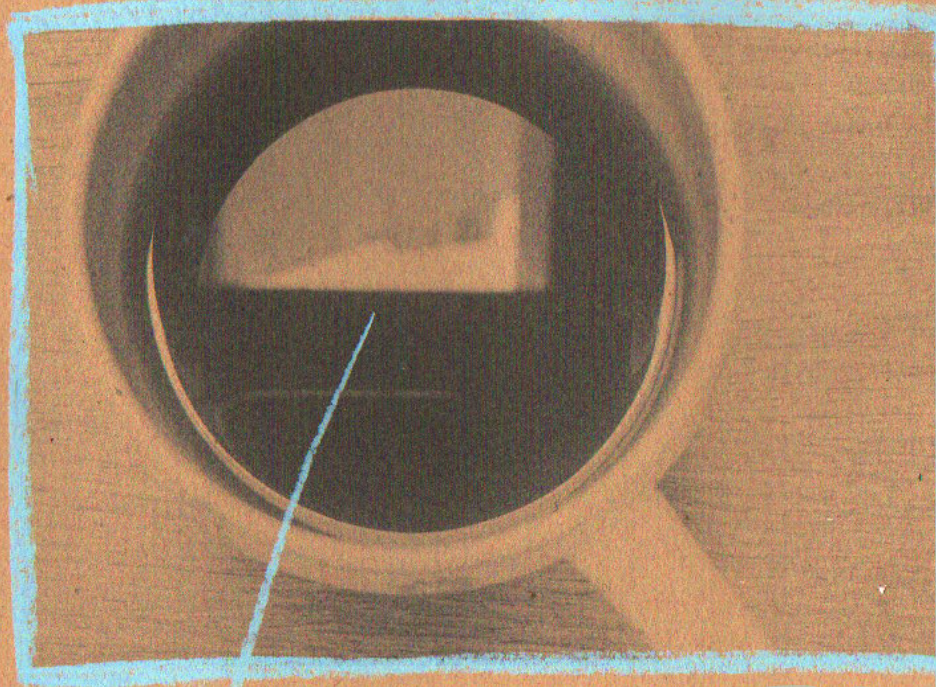
08H23 TURN OFF
THE ALARM CLOCK
AND GO BACK TO SLEEP.

9H37 WAKE UP.

9H42 SEND A
FRIEND BIRTHDAY
WISHES.



ADVISED PICTURE
TO SEND



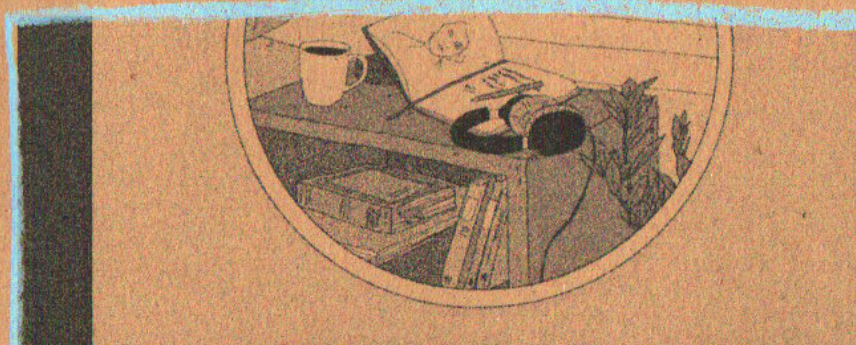
09H54 WEAR
A DISHABILLE AND
MAKE COFFEE,
MAKE BREAKFAST,
THEN WASH ALL DISHES

↓ ADVISED RECIPE :
GREEK YOGURT + SLICED PEACH
+ ALMOND PASTE / ALL IN A BOWL



10H20 LISTEN
TO CATASTROPHE
WHILE TAKING A
SHOWER.

ADVISED SONG:
"ENCORE"



Entre femmes (13)

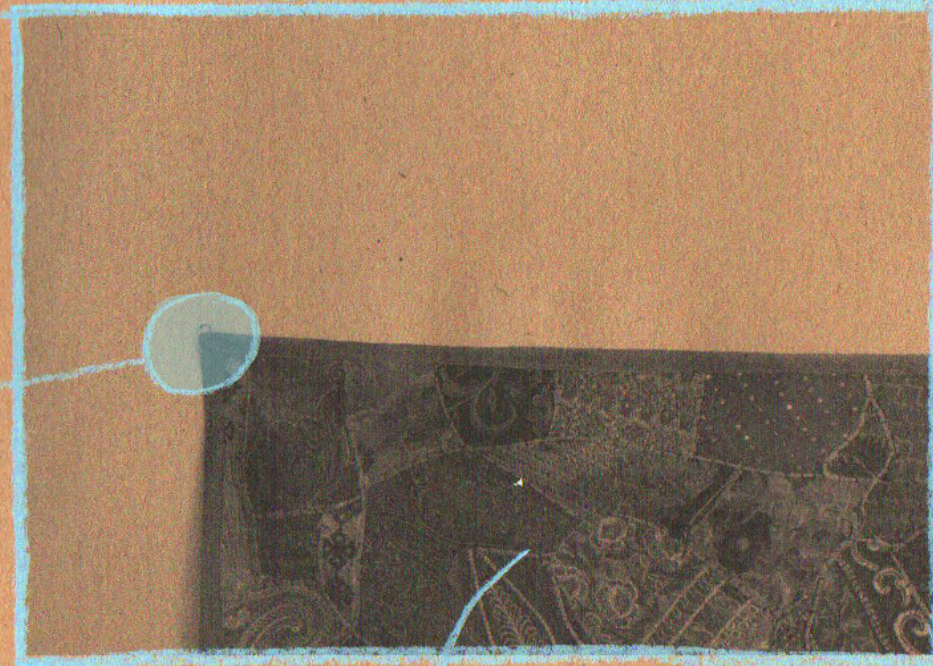
Un podcast à soi

10H47 PLAY A
FEMINIST PODCAST.

MEANWHILE
ORGANIZE YOUR
WARDROBE.

↓
ADVISED PODCAST
(ABOUT LESBIAN LOVE, COMING OUT, MATERNITY ...)

SEW A RING
+ PLANT A
NAIL



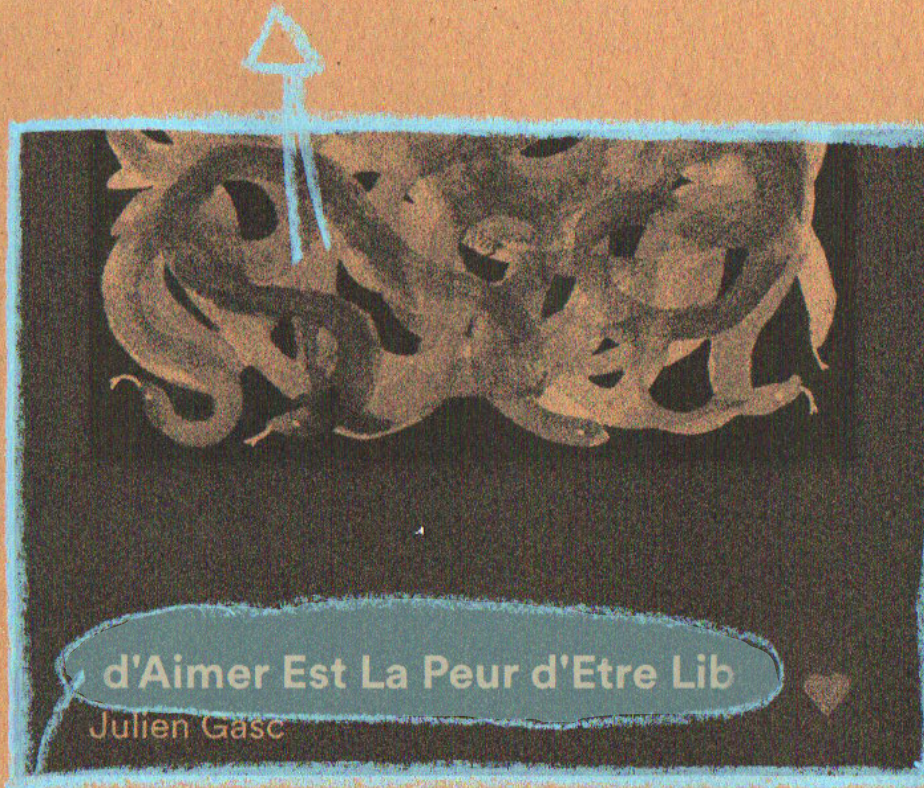
ADVISED OBJECT:
A TAPESTRY MADE
OUT OF OLD FABRICS

11H10 HANG
SOMETHING NEW ON
YOUR WALL.

OPTIONAL

11H27 CALL MUM.

ADVISED ALBUM: "SERPENTES"



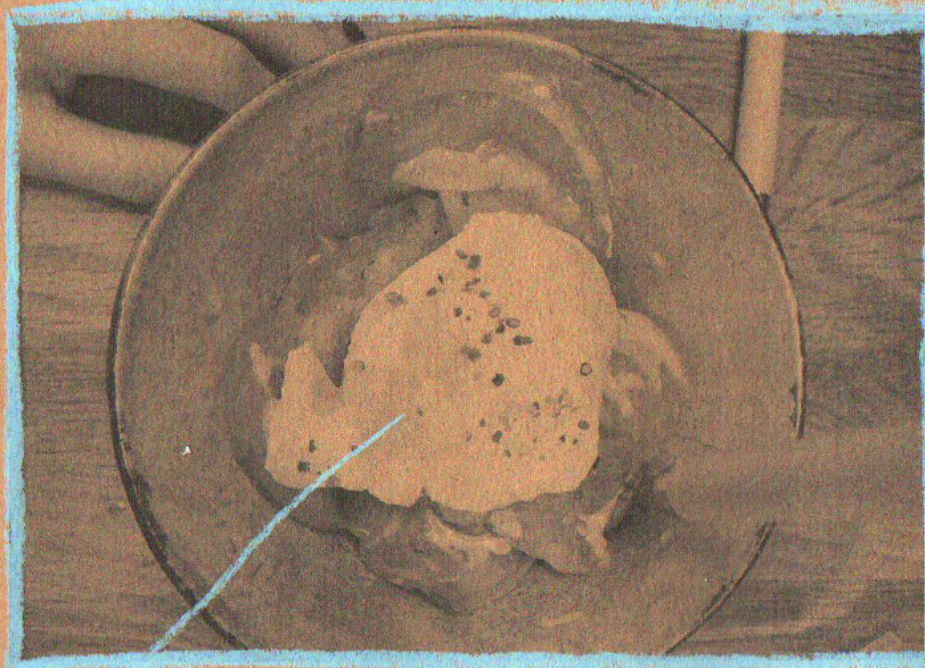
AAH33 PLAY
JULIEN GASC.

MEANWHILE

IMPROVISE A 30MIN
DANCE IN YOUR ROOM/
STUDIO.

→ ADVISED SONG
(LISTEN TO THE LYRICS)

12H MAKE
LUNCH.



(EAT OUTSIDE IF
POSSIBLE)

ADVISED MEAL:

TOMATO + BURRATA + OLIVE OIL
+ SALT + PEPPER + GRAINED CARDAMOM

Six
Hélène

Est-on la même au milieu de ses sources ?

L'esprit retentit enfin avec les sources. L'été estival brise matières et fenêtres. A l'origine, le feu entend voyager léger et survoler la bird-moon
Hélène, je ne comprends rien.

On était enfin arrivées. Juste avant d'entrer dans le village, Virginia m'avait prévenue ; avant, sa grand-mère avait l'habitude de ne se vêtir qu'en noir puis un jour quelque chose a changé. Avant quoi ? j'ai demandé. J'ai pas eu de réponse. La maison où elle vivait était accrochée aux pieds d'une montagne dessinait sur le ciel une ligne qui en rebroussait l'horizon. Là le ciel était plus haut. Rien à voir avec Hambourg. Rien à voir avec rien d'autre que j'avais déjà vu avant. Le ciel était immense et prenait presque autant de place colorimétrique que toute la palette des porte-conteneurs du port. Avant de se garer derrière le

Matheus

HIER

Do you practice ch

Vous
We will do it again
yay :)

Vo

AFTERNOON

Encore

Entre femmes (13)

Documents pour contrat - Marie Houdret

Marie HL - mariehl@bvt.fr
11 40 00 00 00

Au service des utilisateurs
Propriété intellectuelle et droits voisins

100% ON Clientèle ad
68 710

Merci à toi.

Voilà les documents que tu m'as demandé d'ouvrir
mais je suis restée en candidate sur le bandeau à 30
septembre. N'hésite pas si tu as besoin d'aide.

Bonne nuit.

Marie

ton amie
mariehl@bvt.fr

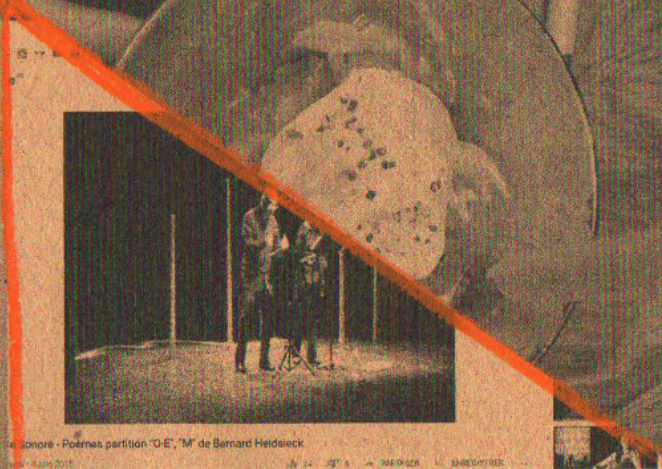
De Marie Houdret, le 08/09/2025
Envoyé le mercredi 8 juillet 2025 à 12:59
À mariehl@bvt.fr



rituel

La musique dans la partition

ouille
supérieure



ADVISED WEBSITE

YouTube

Rechercher



Poésie Sonore - Poèmes partition "O-E", "M" de Bernard Heidsieck

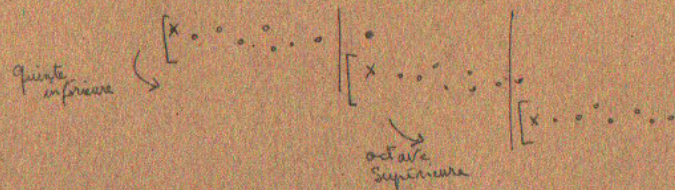
ADVISED VIDEO

13H

WATCH A "SOUND POETRY" VIDEO:

Partition de rituel
Cartographie

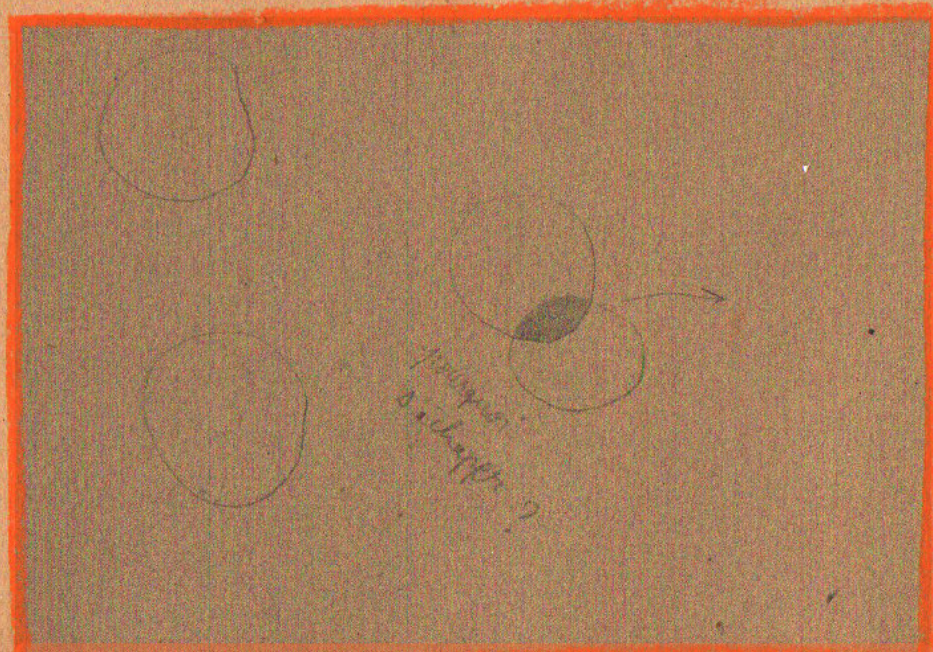
Thème de la fugue (à réinsérer dans la partition)



MAKE A
SCHEME IN
YOUR NOTEBOOK
TO GET A VISUAL
UNDERSTANDING

13H13

TRY TO FIGURE OUT
HOW DID BACH WRITE HIS
"FUGUE" COMPOSITIONS.



13H30

MAKE A SCHEME IN
YOUR NOTEBOOK ABOUT
YOUR EMOTIONAL STATE.

USE THE TEXT THAT YOU WROTE
BEFORE SLEEPING

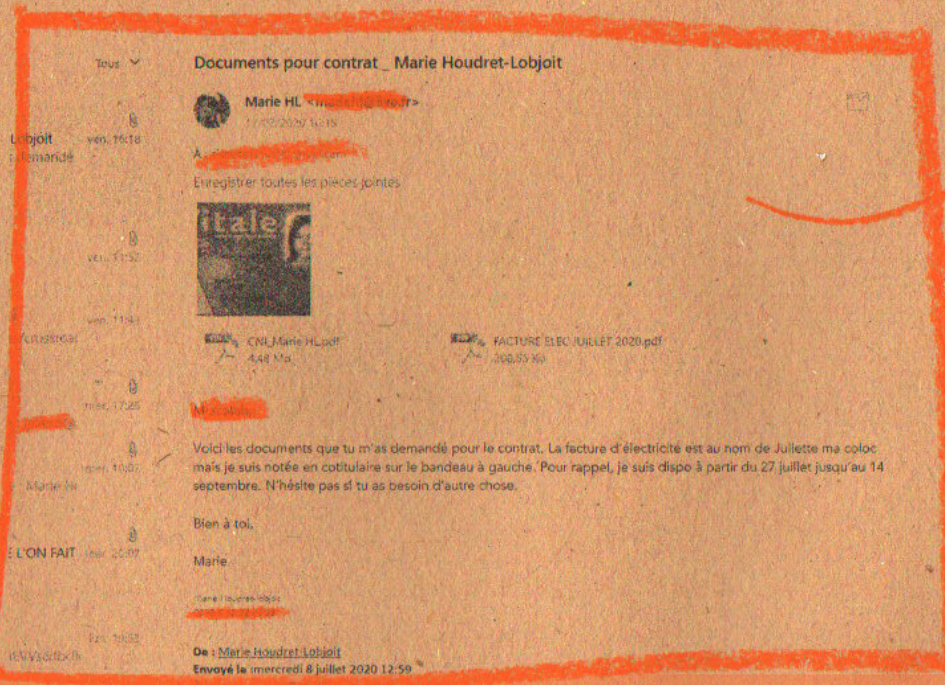
DO IT IN
A QUIET
ENVIRONMENT



BE FOCUSED

USE A MIC
OR YOUR CELL

14th RECORD YOUR VOICE IN ORDER
TO CREATE A SOUND POETRY
PIECE.



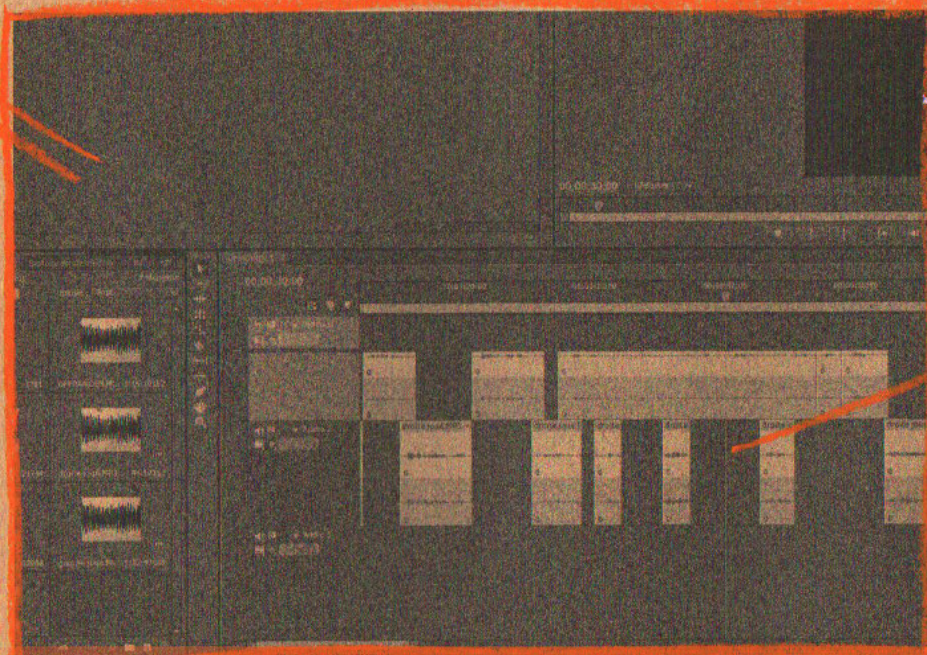
DO IT WHILE
EATING
BREAD AND
CHEESE

15H CHANGE CLOTHES AND GET READY FOR A JOB INTERVIEW.

15H15 GO TO THE INTERVIEW.

16H16 IF THE MEETING WENT WELL, GO BACK HOME AND SEND ALL THE DOCUMENTS FOR THE CONTRACT.

IF SOMEONE
DISTURBS YOU,
DECLINE ANY
INVITATION



IF YOU'RE
HAVING TROUBLE
TEXT A FRIEND
WHO'S A SOUND
POETRY ARTIST
AND ASK FOR
ADVICES

15H32

WORK ON THE EDITING
OF THE SOUND POETRY PIECE
YOU'RE WORKING ON.

17H45 CHANGE CLOTHES,
GO TO WORK IN A RESTAURANT AND EARN MONEY.

22H DRINK A GLASS OF WHITE WINE WITH YOUR COLLEAGUES / BOSS.

22H30 CALL A FRIEND ON YOUR WAY BACK HOME.



BOSS

YOU ?

COLLEAGUE / FRIEND / LOVER

23H DECLINE
ANY TYPE OF PARTY
INVITATION. STAY HOME.

23H30 PLAY A
PHILOSOPHY
PODCAST.
(LOUDLY)



Spiritualité, es-tu là ?
(1/4) : Bergson, quand
l'esprit rencontre la
matière

Les Chemins de la
philosophie

Philosophie

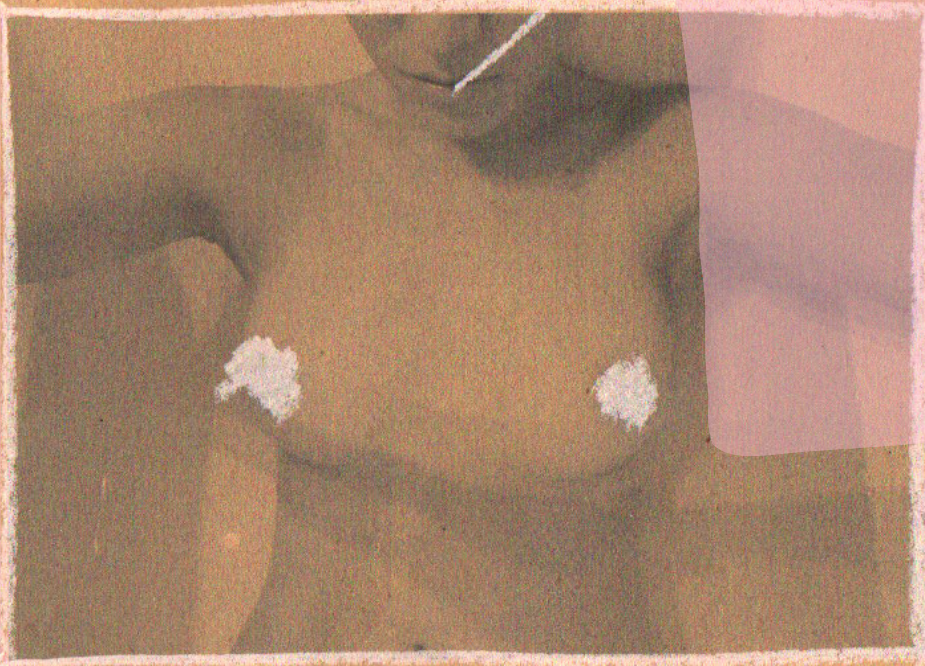
durée : 00:58:50 - Les Chemins de la philosophie - par :
Adèle Van Reeth, Géraldine Mosna-Savoie - Qu'est-ce
que l'esprit dans la philosophie de Bergson ? Com Plus

ADvised SUBJECT:
SPIRITUALITY ACCORDING BERGSON

23H32 BE

IN A VERY
HOT BATH.

THEN GO TO BED.



ASK YOURSELF
PHILOSOPHY
QUESTIONS
ABOUT TIME
AND SPIRIT