

CONSCIOUS
— CRAFTS —

· POTERIE ·

20 RÉALISATIONS EN CONSCIENCE POUR
RECONNECTER LA TÊTE, LE CŒUR ET LES MAINS



LEDUC 
Créatif

Lucy Davidson

Dans *Poterie*, la créatrice Lucy Davidson révèle la nature méditative du travail avec de l'argile, en prenant son temps et en améliorant son flux créatif en pleine conscience. Une technique qui permet d'expérimenter le fait-main et de découvrir la joie que cela procure.

Dans ce beau livre d'artisanat, apprenez à créer de façon simple et moderne – le tout sans avoir besoin d'une roue ou d'un four. Avec des techniques de base et des recettes simples, Lucy Davidson propose des idées pour réaliser et décorer 20 poteries ludiques : porte-plantes, photophores, bijoux, pots de fleur, suspensions... Chaque création est accompagnée d'instructions claires, de photographies et de schémas, mais aussi de citations apaisantes, pleines de ressources et de vie.



☆ Rayon : Loisirs créatifs

editionsleduc.com
LEDUC 
Créatif

16 euros
Prix TTC France

ISBN : 978-2-35032-404-3



9 782350 324043

CONSCIOUS
— CRAFTS —

POTERIE

Traduit de *Pottery. 20 mindful makes to reconnect head, heart & hands*

Design © 2021 Quarto Publishing Group USA Inc.

Textes et projets © 2021 Lucy Davidson

Première édition en 2021 par Quarry Books, imprimé par Quarto Publishing Group USA Inc.

100 Cummings Center, Suite 265-D, Beverly, MA 01915, USA.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite sous quelque forme que ce soit sans autorisation écrite préalable de l'éditeur. Toutes les images de ce livre ont été reproduites avec l'accord des artistes concernés. L'éditeur et l'imprimeur déclinent toute responsabilité quant à une éventuelle violation des droits de reproduction ou autres due au contenu de cet ouvrage. Tous les efforts ont été consentis pour s'assurer que des crédits correspondent aux informations fournies. Nous nous excusons pour toute inexactitude qui pourrait demeurer et corrigerons toute information erronée ou manquante lors des futures réimpressions de ce livre.

Édition française :

Traduction : Améline Néreaud

Mise en page et couverture : Antartik

© 2022, Leduc Créatif, une marque des éditions Leduc

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Buffon

75015 – Paris

ISBN : 978-2-35032-404-3

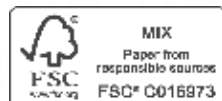
Achévé d'imprimer en octobre 2021 – Dépôt légal : mars 2022

Imprimé en Chine

Cet ouvrage est composé de matériaux issus de forêts bien gérées certifiées FSC®, de matériaux recyclés et de matériaux issus d'autres sources contrôlées. Le Forest Stewardship Council® est une organisation internationale non gouvernementale qui encourage une gestion écologiquement adaptée, socialement bénéfique et

économiquement viable des forêts de la planète.

Pour en savoir plus, consultez le site www.fsc.org



CONSCIOUS
— CRAFTS —

POTERIE

20 RÉALISATIONS EN CONSCIENCE POUR RECONNECTER
LA TÊTE, LE CŒUR ET LES MAINS

Lucy Davidson

LEDUC 
Créatif



table des matières

introduction	6
recettes d'argile	10
outils et matériel	12
techniques utiles	16

l'imperfection est une perfection en soi

pots imparfaits.....	22
sous-verres dentelle de mamie.....	28
coupelle à bijoux	34
perles à collier	40
boucles d'oreilles	46
bracelet moderne façon terrazzo.....	54
jolies broches oiseaux	60

réenchanter sa vie

photophores colorés	66
suspension géométrique	72
porte-encens à la manière de Matisse	78

beauté végétale

suspension botanique.....	84
marqueurs de plantes personnalisés.....	90
plat feuille d'arbre	96
porte-plantes bohème	102
jardinière d'intérieur minimaliste.....	108

célébrer la créativité

décorations florales de Noël	114
guirlande de mini-fanions	120
suspension à plumes	126
plat d'inspiration nature.....	134
vase trésors de la mer	140

à propos de l'auteur	144
----------------------------	-----

introduction

D'aussi loin que mes souvenirs remontent, la création a toujours fait partie de ma vie. Ayant été élevée dans une famille de créatifs, j'ai la chance d'avoir construit ma vie professionnelle autour de ma passion du fait main. Même ma belle-famille est créative ! J'ai consacré ces cinq dernières années à animer des ateliers DIY : transmettre mon savoir à d'autres personnes et voir ce qu'elles en font... Tout cela me procure un bonheur incommensurable. Si mes ateliers tournent toujours autour des mêmes matériaux, les élèves en font chaque fois quelque chose de totalement différent, car ils ajoutent leur touche personnelle. J'espère que c'est ce que vous ferez vous aussi avec les projets de ce livre ! Tous ont été conçus de manière à ce que vous puissiez vous approprier les techniques expliquées dans l'un pour les appliquer à un autre et ainsi, insuffler votre personnalité à vos créations.

Le jeu est essentiel à notre bien-être. Ayant grandi en baignant dans la créativité, j'ai remarqué que si mes mains ne fabriquent rien pendant trop longtemps, mon bien-être mental s'en trouve affecté. Un seul jour sans mon carnet de croquis ou mon matériel et je me





sens agressive ou sur les nerfs. Je sais instantanément ce qui m'aidera à aller mieux : créer.

Utiliser ses mains permet de libérer de l'espace mental, surtout quand on traverse une période difficile. C'est ce que j'ai vécu avec la naissance de ma fille : passer d'une vie où j'avais tout le temps du monde pour créer à une autre où je n'en avais plus du tout a été très difficile pour moi. Heureusement, mon époux s'en est rendu compte et m'a aidée à trouver le temps de me plonger dans des activités créatrices. Dès lors, je me suis apaisée ; c'est avec l'esprit beaucoup plus clair que j'ai pu profiter de ma toute nouvelle maternité.

Aujourd'hui, nous menons tous des vies à 100 à l'heure et nous ne consacrons pas le temps nécessaire à prendre conscience de nos pensées et de nos émotions. La pleine conscience consiste à éloigner son attention de tout ce qui se trouve autour de soi pour se concentrer sur ce qui se trouve en soi et devant soi. Trouver sa paix et son calme intérieurs est parfois difficile, mais des activités simples peuvent y aider ; créer de ses mains est l'un des moyens les plus simples de se déconnecter du monde extérieur et de se focaliser sur l'instant présent.

Quand on joue avec l'argile – qu'il s'agisse d'argile autodurcissante, d'argile polymère ou de terre à cuire – on ressent la matière sous ses doigts et on se plonge dans l'acte de « faire ». Et si l'on se trompe, ce n'est pas grave... Il suffit de recommencer ! L'un des grands avantages de l'argile autodurcissante est qu'elle oblige à patienter un certain temps avant de pouvoir passer à l'étape suivante du processus créatif. De ce temps d'attente naît la joie d'anticiper cette future étape avant le plaisir final : celui de contempler son œuvre terminée.

Ce livre vous propose 20 créations conçues pour tous les âges et tous les niveaux. Chacun peut choisir un projet et s'en inspirer pour créer quelque chose de beau. Laissez votre téléphone dans une autre pièce, installez-vous dans un endroit calme et appréciez cette parenthèse en tête à tête avec l'argile. J'espère que ce moment vous apportera bonheur, apaisement et confiance en vous !

Respirez. Prenez du recul.
Pensez... et créez !





recettes d'argile

La plupart des projets de ce livre requièrent de l'argile autodurcissante que l'on trouve dans les boutiques de loisirs créatifs ou sur Internet. Généralement, elle est blanche, mais vous pouvez opter pour une argile couleur terre cuite, comme je l'ai fait pour le vase trésors de la mer (p. 140) et le porte-plante bohème (p. 102). Certains projets utilisent de l'argile polymère, elle aussi très facile à trouver. Disponible en de nombreux coloris, elle doit, contrairement à l'argile autodurcissante, être cuite au four. Pour une expérience encore plus enrichissante, pourquoi ne pas essayer de fabriquer votre propre argile ? En voici deux recettes !

Argile autodurcissante au bicarbonate de soude et à la fécule de maïs

pour env. 500 g

En séchant, cette argile prend une teinte blanche opaque ; en revanche, elle est assez fragile. Elle sera parfaite pour réaliser les sous-verres ou le porte-encens.

Ingrédients

- 24 cl d'eau
- 128 g de fécule de maïs
- 256 g de bicarbonate de soude

Porcelaine autodurcissante à base de colle et de fécule de maïs

pour env. 300 g

Cette argile est bien plus solide que la précédente. On peut l'étaler bien plus finement, ce qui en fait le produit idéal pour les réalisations plus délicates comme la guirlande de mini-fanions ou les marqueurs de plantes.

Ingrédients

- 128 g de fécule de maïs
- 128 g de colle PVA
- 1 cuil. à soupe d'huile végétale
- 1 cuil. à soupe de jus de citron (fait office de conservateur)

- 1 Mélangez tous les ingrédients dans une casserole antiadhésive.
 - 2 Faites cuire la préparation quelques minutes à feu doux, en remuant sans cesse. Quand elle prend la consistance d'une bouillie épaisse, ôtez la casserole du feu.
 - 3 Versez la pâte dans un récipient, fermez et laissez refroidir. Enveloppez soigneusement l'argile que vous n'utilisez pas. Elle se conserve 1 à 2 semaines au réfrigérateur.
-
- 1 Mélangez tous les ingrédients dans une casserole antiadhésive.
 - 2 Faites cuire la préparation quelques minutes à feu doux, en remuant sans cesse. Contrairement à la recette précédente, la préparation doit être bien plus grumeleuse. C'est le moment d'ôter la casserole du feu. Attention à ne pas trop cuire la préparation, sinon elle va durcir.
 - 3 Versez la pâte dans un récipient, fermez et laissez refroidir. Enveloppez soigneusement l'argile que vous n'utilisez pas. Elle se conserve 1 à 2 semaines au réfrigérateur.





outils et matériel

Les objets suivants sont très souvent utilisés pour réaliser les projets de ce livre. Inutile de tous les acheter : vous avez certainement des objets chez vous qui fonctionneront tout aussi bien. Et ce qu'il y a de bien avec l'argile autodurcissante, c'est qu'elle se nettoie facilement !

1 Une plaque à four Vous en aurez besoin pour cuire vos pièces en argile polymère. Si votre plaque est tachée de gras de cuisine, chemisez-la d'une feuille de papier cuisson pour protéger vos créations.

2 Une aiguille à tricoter Elle vous servira à trouser vos pièces. Vous pouvez aussi utiliser une brochette.

3 Des outils pour le modelage de l'argile Ils sont utilisés pour chaque projet, je vous conseille donc de faire l'acquisition d'un set pour débutants que vous trouverez en boutique de loisirs créatifs ou sur Internet. Toutefois, si vous n'en avez pas, un ustensile de cuisine peut souvent faire l'affaire.

4 Un rouleau à pâtisserie (en bois ou en plastique) Sans doute l'outil le plus important de ce livre. Les modèles en plastique sont plus faciles à laver, mais tous se nettoient facilement à l'aide d'un linge humide. Par ailleurs, sachez que les sets d'outils pour le modelage en contiennent souvent un de petite taille.

5 Du film alimentaire Pour empêcher l'argile autodurcissante de sécher, enveloppez-la dans du film alimentaire, en serrant bien, pour qu'elle ne soit pas au contact de l'air. Ainsi, elle durera plus longtemps.

6 Un crayon de papier muni d'une gomme Un crayon de papier – avec sa gomme – est l'outil parfait pour dessiner tous les modèles. Si vous vous trompez, il suffit d'effacer et de recommencer !

7 Des pinces Les pinces sont indispensables si vous souhaitez utiliser du fil de fer. Les pinces rondes sont parfaites, mais toutes les pinces fines conviennent.

8 Des emporte-pièces Pour ce livre, nous avons utilisé des emporte-pièces ronds, mais vous pouvez opter pour les tailles et les formes de votre choix. Ils sont parfaits pour obtenir des pièces aux bords parfaits !

9 Du papier journal ou du papier cuisson Disposez-en une feuille avant de vous lancer dans un projet, surtout si vous utilisez de l'argile terracotta, car celle-ci peut tacher.

10 Du vernis à l'eau transparent Une fois vos créations terminées, recouvrez-les d'une couche de vernis qui les protégera de l'usure.

11 Des tampons alphabet Si vous désirez orner vos créations d'un texte, mais que vous n'osez pas l'écrire au pinceau, optez pour les tampons alphabet. Il suffit d'appuyer les lettres choisies dans l'argile encore humide. Vous pouvez aussi utiliser les tampons pour appliquer de la peinture sur l'argile sèche.

12 Une vieille brosse à dents C'est idéal pour réaliser de superbes effets mouchetés. Trempez-la dans de la peinture acrylique, placez-la au-dessus de l'argile, puis passez le doigt sur les poils.

13 Des pinceaux Pour les projets de ce livre, j'ai utilisé des pinceaux de différentes tailles. Les modèles fins sont parfaits pour dessiner les détails, tandis que les gros pinceaux à tête ronde peuvent servir à appliquer le vernis.

14 Une règle Indispensable pour tracer les dimensions des pièces sur l'argile. Optez pour un modèle métallique, plus facile à nettoyer.

15 Des paillettes Les paillettes ajoutent une note amusante aux pièces en argile polymère. Parsemez-en un peu sur le plan de travail, roulez l'argile polymère dedans, puis faites cuire celle-ci au four comme à l'accoutumée. Vous pouvez aussi ajouter des paillettes à votre vernis avant de l'appliquer.

16 De la peinture acrylique Achetez-la en ligne ou dans votre boutique de loisirs créatifs habituelle. Et pour donner plus de brillant à vos créations, pourquoi ne pas essayer la peinture métallique ? Toutes sont à appliquer directement sur l'argile sèche.

17 Un stylo à peinture Voici un moyen rapide et facile de décorer vos créations, pour un résultat durable, net et sans bavure !

18 De la colle Vous aurez besoin de colle forte pour fixer certains éléments à vos créations – les supports de broches, par exemple.

19 Du fil de fer J'en ai utilisé pour certains projets de ce livre et notamment, pour la suspension plumes et les boucles d'oreilles abstraites. Manipulez-le avec précaution pour ne pas vous blesser les doigts.

20 De la peinture aquarelle L'aquarelle est idéale pour obtenir un effet de lavis. Vous pouvez acheter quelques godets sous la forme d'une palette de poche – souvent vendue au rayon enfants des boutiques de loisirs créatifs. Frottez simplement la peinture avec votre pinceau humide, puis appliquez-la sur l'argile. Attention à ne pas utiliser trop d'eau pour ne pas détrempier la terre !

21 Une balance de cuisine Pour peser l'argile nécessaire à votre projet. Les modèles électroniques sont parfaits, car étant plus précis, ils conviennent mieux à la pesée des petites quantités. Cela étant, une balance traditionnelle fera un travail tout à fait convenable.

22 Des ciseaux Une petite paire suffit pour la plupart des projets proposés ici. N'oubliez pas de nettoyer les lames après chaque utilisation pour éliminer les traces d'argile ou de colle. Si vous les laissez sécher, vos ciseaux deviendront inutilisables !

23 Du papier de verre fin Il permet d'éliminer toutes les aspérités de l'argile une fois que celle-ci est sèche. Vous en trouverez en magasin de bricolage ou sur Internet.

24 Du ruban adhésif Enroulez-en un morceau autour des extrémités de vos cordes pour les empêcher de s'effiloche. Vous pouvez aussi vous en servir comme ruban de masquage lorsque vous peignez pour obtenir des tracés bien nets.

25 Des ciseaux pour tissu Utilisez-les pour couper tous les textiles de votre choix... En revanche, n'utilisez pas la même paire pour couper du papier, sous peine d'abîmer les lames.

26 Scalpel ou cutter et tapis de découpe C'est avec un scalpel ou un cutter que vous allez découper l'argile. Protégez votre surface de travail en utilisant un tapis de découpe. Protégez-le avec une feuille de papier journal, puis posez l'argile dessus. Découpez-la en vous aidant d'une règle pour obtenir un tracé bien net.



14



15



16



17



18



19



20



21



22



23



24



25



26

