SÈRIE 4

Compréhension orale

ENTRETIEN AVEC LE COMÉDIEN PIERRE ARDITI

– Est-ce que la perspective de la mort vous effraie ?

– La mort ne me fait pas peur, elle m'ennuie. Ce qui m'effraie, c'est la déchéance physique, ça oui. Grâce à Dieu, je suis plutôt en forme. À part un peu de diabète qui m'emmerde…

– Est-ce que vous avez donné des consignes par rapport à un éventuel acharnement thérapeutique ?

– Non, mais maintenant je vais m'en occuper. La fin n'est pas pour aujourd'hui, mais ça n'est pas non plus dans vingt-cinq ans.

– Dans vingt-cinq ans, vous aurez 103 ans…

– Oui, bon, ça n'est pas souhaitable.

– Votre mémoire est moins bonne ?

– Elle est intacte.

– Vous faites du sport pour vous maintenir en forme ?

– Oui, un sport violent : la vie !

– Vous n'avez pas un coach qui vient à domicile vous faire faire de l'exercice ?

– De l'exercice, quel exercice ? Je passe ma vie à en faire ! La vie est un sport à haut risque. Le rugby, c'est très bien, mais c'est rien à côté. Le sport le plus violent, c'est la vie, la scène, ma vie à moi !

– Vous vous détendez parfois ?

– Oui, hors de ma vie d'acteur, il y a ma femme, la famille, les enfants, des amis et, par moments, ma vie solitaire : lorsque je décide de m'abstraire, de faire une pause. Je ne suis jamais seul sauf quand je décide de l'être. Et je peux l'être au milieu d'une foule. J'ai l'air d'être là, je ne suis pas là.

– Votre judéité vous donne un sentiment d'appartenance ?

– Oui, exactement. J'ai été élevé dans deux familles : une belge chrétienne, et une juive, pratiquante chez mes grands-parents et absolument laïque à la maison. Tout ça m'a construit, humainement, intellectuellement.

- Vous exprimez souvent une sensibilité féminine.

- Tant mieux, l'homme est une femme comme les autres et je préfère ma partie féminine. C'est ma mère qui m'a appris qu'un homme qui ne pleure pas n'est pas un homme. C'est un homme qui ne s'attache à rien. Alors, il ne sert à rien. Je suis content d'être capable de pleurer.

- Vous avez, jeune homme, souhaité avoir de l'argent, faire partie de cette bourgeoisie que vous croisiez au collège…

- J'étais un jeune con, je voyais les parents de mes copains du lycée, la DS 19, la maison de campagne à Villeparisis ; et nous, on prenait le métro avec mon père. On n'était pas pauvres. Il y avait une éducation, beaucoup d'intellectuels invités à la maison… On n'avait pas d'argent, mais « on avait des idées ». J'ai été magnifiquement élevé.

- Vos parents vous parlaient du destin, de la mort ?

- Quand, enfant, j'ai demandé à ma mère : « C'est quoi la mort ? », elle m'a répondu : « Rien, c'est comme quand tu dors mais tu ne rêves plus ». Ça m'a terrorisé et j'ai décidé de ne plus dormir. Ce qui fut le cas pendant des dizaines d'années. Aujourd'hui, je dors un peu plus mais pas assez. Pour moi, le sommeil, c'est la mort.

- Qu'est-ce qui tourne dans votre tête pendant vos insomnies ?

- Disons que je suis un peu hypocondriaque. Mais… je ne veux pas « me reposer », je ne veux pas « faire attention ». La vie, ce n'est pas la Caisse d'épargne. Quand vous l'économisez, vous ne touchez pas d'intérêts. Ce que vous n'avez pas vécu, on le jette à la poubelle et vous avec. Il n'y a rien à économiser. Absolument rien. Il faut vivre.

D'après *Paris-Match,* 5-11 octobre 2023

Clau de respostes

1. Non.
2. 103 ans.
3. Non.
4. Une des familles était chrétienne et l'autre juive.
5. Sa mère.
6. Ils n'étaient pas pauvres, mais ils n'avaient pas beaucoup d'argent non plus.
7. Il a eu très peur.
8. Il est un peu hypocondriaque.

Compréhension écrite

LES NOUVEAUX ENNEMIS DE NOTRE CERVEAU

1. Parce que le cerveau a besoin d'un certain temps pour s'adapter aux tâches à réaliser. « Le cerveau est lent à s'adapter au contexte dans lequel il évolue, ou à la tâche sur laquelle il doit se focaliser ».

2. Non, cela peut avoir des répercussions dans l'écoute et la communication orale. « Le multitasking (multitâche), peut ainsi s'avérer nocif à plusieurs égards. « Des études montrent que les personnes qui le pratiquent intensément au quotidien sont moins bonnes dans les tâches d'écoute et de parole ».

3. Non, le multitasking peut aussi affecter l'autocontrôle des individus. « Les personnes qui changent trop souvent de tâches rencontrent également des difficultés à réguler leur comportement, ont plus souvent des symptômes liés à l'impulsivité par la prise de risque ou la recherche de sensations fortes. »

4. Non, c'est une tâche qui prend du temps et qui doit être régulière. « Les études scientifiques n'apportent pas de solutions idéales pour lutter contre le fait de sauter d'une activité à l'autre de manière compulsive. Développer son contrôle attentionnel est un entraînement sur le long terme et requiert de la discipline »

5. En les surveillant et en leur donnant des normes de conduite. « Chez les enfants, l'apprentissage peut se faire grâce une éducation vigilante ou l'imposition de règles, comme de ne pas avoir de téléphone lorsqu'ils travaillent »

6. Il est recommandé de ne pas se distraire, de se consacrer à une seule tâche à chaque fois. « De simples règles peuvent aider, comme retourner l'écran de son téléphone lorsque l'on travaille, couper toutes les notifications ou ne pas aller sur les réseaux sociaux en dehors de certains horaires. Une étude parue en 2021 indique ainsi que l'un des modérateurs du multitasking est la compétence en gestion du temps : les personnes qui arrivent à délimiter des moments distincts pour différentes tâches – un temps pour échanger, pour jouer, pour travailler, etc. – ont moins tendance à se livrer à cette pratique de manière démesurée ».