

**ENTRE SEPARATION ET REPARATION :**  
**LA DIMENSION THERAPEUTIQUE DE L'ECRITURE ET DE LA LECTURE**  
Hélène Bah

Séparation, réparation, écriture : les trois termes de ce trio semblent s'organiser d'eux-mêmes. Dans l'articulation des deux premiers termes suggérée par l'étymologie, le troisième paraît naturellement pouvoir endosser le rôle d'intermédiaire : réparer la séparation par le biais de l'écriture. Un certain nombre d'images associées viennent confirmer cette propension ; notamment, l'idée que la chose écrite est texte, tissage, suture, discours dont le cheminement serpente et relie.

Le contre-pied n'en est pas moins attrayant. C'est pourquoi je voudrais explorer cette hypothèse selon laquelle l'écriture « creuse » (comme le grand air), qu'elle crée du vide, de la séparation. Il m'apparaît qu'une réflexion peut s'organiser autour de l'axe suivant : en face du couple séparation / réparation, c'est un autre couple qui surgit, le binôme écriture / lecture. Prenant appui sur quelques considérations étymologiques, il s'agira d'examiner comment la lecture, inextricablement liée au processus d'écriture est porteuse d'une dimension réparatrice quand la vocation du geste d'écrire relève peut-être plus, quant à lui, de la séparation.

### **Une situation d'écriture**

J'anime une formation à l'intention d'un petit groupe de personnes ; ce sont des professionnels, et ils sont venus là pour s'y retrouver un peu mieux dans la place qui leur est faite et les fonctions qui leur sont assignées par leur organisation. Je les ai encouragés à s'exprimer sur les situations problématiques qu'ils rencontrent. Ils parlent. J'écris sur le tableau de papier les mots qui frappent mon oreille, ceux qui scandent un propos, qui suscitent un rebondissement, appellent un débat.

Ce travail de repérage n'est évidemment pas un reflet neutre de ce qui se dit devant moi : il est marqué par mon expérience de formatrice, par mon intuition du moment, par ma compréhension des réalités dont ces échanges offrent une

représentation. Pourtant, lorsqu'ils se sont tus et qu'ils tournent les yeux vers le tableau, mes interlocuteurs sont immédiatement sensibles aux mots écrits là, bruts, juste décalqués de leurs propres phrases. Ils les reconnaissent, s'en étonnent parfois, jamais cependant ne les contestent. Ces mots font foi désormais de ce qui a été pensé et dit. Peu importe ici qu'ils aient été tracés par une main tierce : sur le miroir du papier, ils sont les témoins immobiles et patients d'idées qui, pour avoir fusé dans la spontanéité de l'échange, n'en pèsent pas moins leur poids de sens, explicite ou non.

L'espace de réflexion ainsi cerné et peuplé par les participants eux-mêmes est nécessairement pertinent pour leur permettre une meilleure compréhension de ce qu'ils vivent, des réactions plus adéquates et, partant, une relation plus harmonieuse à leur travail et à eux-mêmes. Le procédé utilisé pour obtenir ce résultat peut sembler archaïque : il y a belle lurette que dans toute formation qui se respecte, l'homo mediaticus se voit offrir d'être filmé et décrypté via son image ! Prestance, cravate et autre body language, tout y passe. Pour autant, le simple geste de déposer la parole orale sur un support permanent pour l'examiner est plus fécond qu'il n'y paraît peut-être à première vue.

Cette première vue qui adopte d'emblée le mouvement d'écrire comme banal. De fait, sans aller chercher une situation comme celle que je viens d'esquisser, la moindre prise de notes utilise l'écriture comme moment de la pensée : on jette ses idées sur le papier pour les examiner et avancer. Une démarche tellement courante qu'on ne pense pas à se demander comment ce passage par l'écrit opère pour favoriser le déploiement de la réflexion. Or le contexte de formation évoqué offre un terrain propice à cette exploration, pour au moins deux raisons. D'une part un sujet (en l'occurrence collectif) s'y confronte à sa propre expérience ; d'autre part cette expérience, considérée comme problématique, est évoquée pour qu'une amélioration se produise.

Et c'est bien ce qui se passe : dans le reflet du tableau de papier, les mots tracés permettent une cristallisation de la parole et, par là, une décantation des représentations qu'elle exprime. Mis en face d'une formulation qu'il a choisie parfois à son insu, le sujet se trouve devant un double spectacle : celui du monde extérieur dont il parle, et celui du monde intérieur dont il dispose pour en parler. Qu'elle suscite

un acquiescement (« Oui, c'est bien ça, et d'ailleurs... ») ou un rejet (« Non, j'ai dit ça ? Parce qu'en fait, c'est plutôt... »), cette confrontation relance et approfondit la pensée ; elle provoque pour le sujet une prise de conscience susceptible par la suite d'induire bien des changements. Car c'est le filtre à travers lequel il vit son expérience qu'elle donne à voir.

Là réside ce qu'on pourrait appeler une dimension thérapeutique de l'écriture, dans une conception élargie de l'idée de soin : « remède » est porté à une situation de conflit, de crise, voire seulement d'incertitude, par le biais d'un regard sur les termes mêmes dans lesquels l'expérience est vécue. L'écriture ouvre l'espace de cette observation qui, sans constituer lui-même une solution, est la matrice de toutes les solutions possibles.

L'écriture semble donc ici jouer comme une réparation, restauration d'un circuit de signification là où il y avait un blocage. Mais est-ce vraiment un effet produit par l'écriture ? Sans doute le permet-elle, en est-elle une condition. Mais c'est plutôt en opérant, pour sa part, une séparation par laquelle elle ouvre un espace.

### **L'écriture comme séparation**

L'écriture creuse une distance entre une situation vécue (une expérience, un sujet de cette expérience, peut-être une première verbalisation muette ou parlée de cette expérience) et sa fixation sur un support objectif visible, consultable. Par cette re-présentation matérielle, le sujet lâche quelque chose de lui-même qui va se constituer en objet devant ses yeux. En se procurant de ce qu'il vit subjectivement une version objective sur papier, il se sépare de lui-même pour se saisir.

Serait-on comme devant un miroir ? Pas exactement. Le miroir renvoie mon image que je le veuille ou non à partir du moment où ma localisation dans l'espace le permet ; mon reflet écrit en revanche n'a d'existence que délibérée. En outre, le miroir renvoie mon image selon des lois qui échappent totalement à mon contrôle, alors que le reflet écrit revêt des modalités stylistiques qui me sont propres – non dans le sens que je les maîtriserais absolument, mais dans la mesure où elles sont différentes selon les individus. Cette prise de distance implique une séparation, le détachement par lequel on se rend visible à soi-même. Mais c'est une disjonction dont on choisit les termes ; aussi le sujet continue-t-il d'être formellement dans l'objet dont il se sépare.

On est alors conduit à interroger ce préfixe *se-* par lequel l'appariement avec le terme de *réparation* attirait notre attention. L'écriture est une séparation, mais dans une acception quelque peu infidèle à l'étymologie. Le mouvement dont il s'agit ne relève pas à proprement parler du *se-*, qui marque une rupture franche par le biais de l'idée de privation (le terme, à l'origine, signifie « sans ») - la privation du rapport induite par des termes comme *ségrégation*, *sécurité*, ou encore *secret*.

A la lumière de cette considération étymologique, le geste d'écriture serait plutôt de l'ordre du *dis-*, c'est-à-dire d'une tension entre deux points qui s'éloignent, *divergent* – ce que disent aussi des termes comme *disjonction*, *dilatation*, *distinction*, *différence*, *discernement*, *dispersion*... Le type de séparation en jeu dans l'écriture parle de la relation qui persiste dans la distanciation – ce mouvement générateur d'étrangeté, comme l'indiquait le beau mot d' « *estrangement* », qui avait cours dans la langue du XVI<sup>ème</sup> siècle.

Cette séparation n'est pas tout à fait un état ; c'est un procès, le vertige qui fait tomber le sujet dans la dimension de l'objet par l'intermédiaire d'un langage qu'il choisit mais qui en même temps lui échappe. D'une part en effet ce langage m'est propre : il dit ma singularité par le biais des choix que j'opère pour m'exprimer ; dans ce sens, mes façons de dire me relient fortement à ce que j'écris. D'autre part cependant, cette matière langagière que j'utilise me dépasse et m'excède de toutes part dans ce qu'elle a de commun ; les mots sont toujours aussi les mots des autres et tout en exprimant l'expérience unique qui est la mienne, cette altérité ne cesse de m'en tenir éloignée. Et cette dimension d'étrangeté créée par la mise en mots est redoublée par le geste d'écrire, qui fige le verbe et le pose en face de moi. L'inscription de la parole sur un support matériel durable renforce l'impression que ce discours, dépositaire de mon identité, ne peut me représenter sans m'aliéner.

Car lorsque j'écris l'expérience, l'idée, la sensation qui m'habite ; lorsque je la dépose pour la clarifier, il arrive en fait que je m'en dessaisis, que je m'en sépare pour qu'elle soit cueillie en moi par des mots qui « me viennent » selon des voies qui me restent mystérieuses. Quel que soit le travail concerté que j'accomplis sur la matière littérale de la formulation écrite, les modalités de ce ciselage me seront comme dictées, ainsi que la décision d'y mettre un point d'arrêt. Mes choix délibérés ne font qu'orienter ce flux ; l'objet que l'écriture donne à voir au sujet écrivant est le résultat

d'une perte de maîtrise, d'un lâchage. Ainsi le *je* que je découvre dans l'écriture est-il véritablement un autre.

Ce constat d'étrangeté à soi n'est d'ailleurs pas nécessairement le bienvenu, et c'est la raison pour laquelle, bien souvent, on ne cherche pas véritablement à se relire – ou qu'on évite de le faire autant que possible. Parfois même, cette démarche paraît déplacée. C'est le cas lorsque, assumant pleinement sa fonction de séparation, l'écriture joue comme un exutoire : ici, écrire dégage, débarrasse. Quand quelque chose pèse ou encombre, ce peut être un réel soulagement que de le jeter sur le papier, de lui donner une existence matérielle distanciée. L'altérité à laquelle me confronte la chose écrite est alors celle de l'excrément qu'on n'estime pas devoir reconnaître. La mise à distance dans l'écriture (cette séparation en mode mineur) figure l'impossible rupture (la vraie séparation) entre moi et mon expérience pénible. Et dans cette perspective, l'apaisement et la clarification provient justement de l'abandon, et aucune réparation n'est escomptée.

Pour autant, le rejet de sa production par le scripteur n'est pas la seule attitude possible, surtout dans les cas où il a délibérément pris la plume dans l'idée que cet acte serait porteur d'intelligibilité. Or cet effet ne peut se manifester que si, après s'être dessaisi, il effectue un travail de reprise. Si une démarche d'appropriation a lieu, s'il se trouve voire se retrouve en s'étant écrit, c'est que quelque chose lui échappait, dont il avait accepté ou plutôt orchestré la perte ; le moment de l'écriture constitue cette perte, dont la lecture opère ensuite la récupération.

### **La lecture comme réparation**

Mais est-il si aisé de dissocier les démarches d'écriture et de lecture ? La première est toute infiltrée de la seconde. Quelle que soit la force de l'énergie qui soutient l'impulsion graphique, il y a un moment où elle s'arrête. La main stoppe avant de reprendre son élan, et dans cet intervalle il est rare que l'oeil ne vienne pas se poser sur les signes déjà tracés. Et cette prise de contact, c'est une lecture, si furtive soit-elle. Ce qui explique une bizarrerie du langage commun : pourquoi, lorsqu'à proprement parler on *lit* pour la première fois un texte qu'on vient d'écrire, dit-on qu'on procède à une *relecture* ? Pourquoi, si ce n'est qu'une lecture a en fait déjà eu lieu, insensiblement ?

La cristallisation de la pensée dans la matière verbale a déjà été reconnue par un regard, fût-il distrait. Et l'espèce d' « attention flottante » ainsi prodiguée au déjà écrit n'est pas pour rien dans la formalisation du encore à écrire. Le contact, par la lecture, avec les façons de dire pour lesquelles on a précédemment opté sert de point d'appui pour un nouvel essor ; et en offrant au scripteur la conscience légère de ses choix d'écriture, ce contact lui permet de perpétuer son geste d'invention. C'est une sorte de pause intersticielle, insérée entre les moments d'écriture proprement dite, et qui en assure la continuation.

Une vue qui entre en résonance avec les échos étymologiques du terme « lecture », dont le radical, du latin « lego », parle de lien, de collecte, de mise en rapport. C'est le même radical qui donne « religio » par l'intermédiaire du composé « relego », qui signifie « rassembler, recueillir ». Dans cette perspective, la lecture apparaît comme un acte de recueillement, le mouvement dans lequel le sujet reprend contact avec le reflet écrit de lui-même pour pouvoir poursuivre dans la voie de l'écriture séparatrice.

Ainsi, cette lecture qui ne s'avoue pas commence à remettre en rapport ce qui avait été séparé par l'écriture. Là où l'une inscrivait une distance entre le sujet de l'expérience et l'objet qu'il devenait en tombant dans le langage, l'autre instaure un pont entre les deux rives. Ce processus est toujours plus ou moins sourdement à l'oeuvre dans toute démarche d'écriture ; il passe inaperçu, on a juste l'idée qu'on écrit. Mais qu'arrive-t-il lorsqu'on se trouve consciemment lecteur des mots qu'on a écrits (ou simplement dits, comme dans le cas de figure que j'évoquais pour commencer) ?

Alors s'ouvre la possibilité, au-delà du trouble initial, de faire face à cet autre qui est aussi le même. Alors la lecture, réparant la séparation, se révèle comme acte religieux : se relire, c'est se relier. « C'est moi qui ai écrit ça ? » Oui, pour le meilleur et pour le pire. Mais avant même tout jugement intellectuel ou esthétique sur le texte considéré, il y a déjà un pas à franchir, celui de la reconnaissance de cet effet, de cet enfant : oui ces mots sont les miens, cette expérience est la mienne. Ce découpage, cet étiquetage du monde sont miens ; cette tournure, cette rhétorique sont miennes. Est mien l'univers que cet attirail linguistique, grammatical et conceptuel permet de faire surgir. Si on y prête attention, il y a là matière à perplexité. Un étonnement

(premier pas, dit-on, tout philosophique) peut naître devant cette image sur papier de l'être qui m'est le plus familier. Il a pour condition la lecture, c'est-à-dire le geste de collecte ou, pourquoi pas de collage.

### **La réparation comme maintien de la séparation**

Dans ce sens-là s'opère, via la chose écrite, la réparation d'une séparation. Mais comme pour la réparation d'un objet cassé, il ne s'agit pas de revenir à un état antérieur : dans notre monde de consommation, choisir de réparer revient à accepter (bon gré mal gré, certes) l'accident qui confère irrémédiablement une histoire à l'objet mis à mal. On prend acte de l'altération (de cette forme d'altérité qui affecte l'objet dans la dégradation, en l'occurrence) et on y réagit par un effort pour faire prévaloir la continuité d'une identité.

La lecture par celui qui l'a écrit d'un texte relatant son expérience est susceptible de la même analyse. Le passage par la forme écrite qui fait de moi un autre est un moment de séparation que le lecteur sanctionne et dépasse sans l'effacer. Qu'il déclare « Je n'ai pas pu écrire ça ! » ou « Effectivement c'est bien ce que je voulais dire ! », le geste fait pour restaurer la fêlure lui permet de consolider le sentiment de son identité. Rejet ou adoption, il y a en tout cas rétablissement d'une relation entre deux bords d'une même fracture, puisque le lecteur ne peut pas ne pas reconnaître au moins être l'auteur du texte.

Pourtant, s'il y a un enjeu à reconnaître qu'il est bien le même, c'est qu'en même temps il ne l'est pas. Le personnage A auquel la démarche d'écriture a donné forme durable, et le personnage B qui procède à la reconnaissance du personnage A par l'intermédiaire de cette forme ne sont pas exactement superposables. Quelle est donc cette identité qui se trouve ainsi « réparée » ?

On ne se trouve pas en situation d'écrire puis de lire son expérience sans l'avoir au moins un peu cherché. Qu'on se lance délibérément dans une aventure littéraire d'introspection ou que, plus banalement, on participe à une formation comme celle que je mentionnais au début de mon propos, la démarche entreprise vise une compréhension et une transformation de soi. Quand les ateliers d'écriture posent généralement un objectif cathartique et/ou une perspective esthétique, il s'agit plutôt ici de favoriser ou de consolider chez le sujet qui s'écrit et se lit une intelligence de lui-

même par le biais des représentations dont il offre une formulation. Comment cette intelligence est-elle produite ? Par la prise de conscience de l'espace qui existe entre lui et ses représentations ; cet espace qui est pour lui une marge de manoeuvre, la possibilité d'un changement délibéré.

En effet, grâce aux mouvements complémentaires de lâchage et de reprise que constituent successivement écriture et lecture, un certain nombre des présupposés qui régissent sa perception du monde peuvent lui devenir visibles ; ils deviennent pour lui des objets qu'il peut soumettre à sa réflexion. Après avoir été exprimés par l'écriture puis reconnus dans la lecture, ces éléments implicites désormais explicités ne sont pas purement et simplement réintégrés par une sorte d'appropriation spontanée : la mise en mots les fait exister comme des corps étrangers, maintient leur altérité (leur caractère étranger, non immédiatement propre) face au sujet. La réparation rapproche et met en relation, mais le « mal » a été fait.

Ce qui a été séparé reste toujours un tant soit peu disjoint, comme les bords d'une assiette cassée resteront toujours un point de fragilité malgré la meilleure colle et le plus habile bricoleur. A cette différence près que dans notre cas, il est difficile d'établir quelle intégrité initiale a été séparée. L'assiette existait comme entité avant d'être brisée. Qu'en est-il de l'expérience vécue qu'il s'agit de clarifier par l'écriture ? A quel titre existe-t-elle avant d'être dite ? Dans quelle mesure est-elle « expérience », c'est-à-dire constitution consciente du sujet par lui-même ? Cette expérience n'a pas vraiment en tant que telle de perfection première que la mise en mots viendrait altérer. Il n'y a donc pas ici d'état antérieur à restaurer.

Même si le retour en arrière n'est qu'un vœu pieux (ce caractère de second temps, d'irréversible après-coup est inscrit dans la définition de la *réparation*), du moins témoigne-t-il d'une intention restauratrice. Or pour celui qui cherche à comprendre sa situation grâce à l'écriture, ce positionnement rétrospectif n'a aucun sens : ce qu'il a lâché, il n'entend pas le récupérer en l'état. Et en réalité, entend-il véritablement le récupérer ? Est-ce par ce biais qu'il sortira plus lucide et plus solide de cette démarche de formulation ?

Il ne portait pas en lui un objet – son expérience – qu'il s'agissait de cracher, d'examiner puis de ravalier après s'être assuré de sa nature. Car la conscience de soi qui se gagne dans la démarche d'écriture-lecture concerne le sujet et non l'objet.

Ecrire permet à celui qui a vécu quelque chose d'objectiver ce qui s'est passé pour lui ; cette objectivation lui permet ensuite d'adopter une position distanciée de lecteur. Dès lors, cette prise de recul est certes l'occasion de porter un regard plus analytique sur la situation ; mais c'est surtout l'occasion de s'identifier à ce regard distant et distinct.

En étant son propre lecteur, le sujet rapporte et relie à lui-même ce que les mots lui disent ; dans un mouvement centripète, il s'approprie les données de son expérience déposées dans l'extériorité du texte. Si c'était là le seul résultat, il n'y gagnerait que de s'identifier à une certaine image de lui-même, en une clôture sur le passé peu propice à sa transformation. Mais cette posture de lecteur le conduit au-delà : elle lui permet de s'identifier comme source de cette image et de voir comment la représentation qui se déroule devant ses yeux a été orchestrée par une instance productrice qui est lui-même. Il se saisit auteur non seulement du texte, mais à travers lui du monde dans lequel il vit et dont le texte tient lieu littérairement. Auteur, avec la part de liberté que ce statut implique : loin d'être assujéti à la vision du monde que lui expose son écrit, il découvre qu'il ne s'y réduit pas puisqu'il pourrait en produire une autre.

C'est ainsi que la démarche d'écriture-lecture offre la possibilité d'un changement : grâce au jeu qu'elle laisse subsister entre une phase de séparation qui fait exister l'expérience objectivement et une phase de réparation qui fait exister, subjectivement, l'auteur du texte comme l'auteur de sa vie.