Ecrire sa propre histoire

Autobiographie et soin de soi-même

Des récits italiens du Grand-Duché à l'autothérapie

par Claudio Cicotti*

Le 22 avril dernier, sur le nouveau Campus Belval de l'Université du Luxembourg, nous nous sommes posé une question: écrire sur soi est-il du pur hédonisme ou cela peut-il vraiment nous aider à vivre mieux? La journée d'études s'intitulait: «Autobiographie et soin de soi-même. Des récits des Italiens au Grand-Duché à l'autothérapie» et nous avons tenté de répondre à cette question à travers l'intervention de plusieurs spécialistes de l'écriture autobiographique qui travaillent dans différents contextes internationaux: psychologues, anthropologues, érudits, écrivains, acteurs.

Mais cela ne nous a pas suffi: alors nous avons invité des personnes ordinaires afin qu'elles nous offrent (ou qu'elles nous «rendent») leur expérience autobiographique. Il s'agit d'un groupe d'étudiants de tout âge qui ont fréquenté les ateliers d'écriture autobiographique organisés à l'Université du Luxembourg ces dernières années. Et il était fondamental de les écouter parce que l'écriture de soi ne se pense pas et ne se théorise pas, elle se fait. Seuls ceux qui ont vécu cette expérience peuvent comprendre ce que je veux dire.

Ecrire sur soi

Ecrire sur soi signifie mettre de l'ordre dans son vécu en créant une caisse de résonance avec ses propres souvenirs. C'est une révélation étrange qui s'est ouverte à moi il y a des années dans le cadre d'une série de projets de recherche sur la production écrite d'Italiens ou de personnes d'origine italienne au Luxembourg et dans la Grande Région. Je me suis simplement rendu compte que des personnes de n'importe quel pays d'immigration, de tout âge, de toute formation culturelle et de tout niveau social développaient des caractéristiques semblables, une fois qu'elles avaient entrepris ou terminé un parcours autobiographique. Il m'a semblé qu'elles développaient une nouvelle position vis-à-vis du monde, une nouvelle disponibilité à s'ouvrir et à interagir avec les autres: j'irais même jusqu'à parler d'un nouvel équilibre intérieur. Je me suis mis très prudemment et peut-être avec scepticisme à étudier ce phénomène en commençant par le Pacte autobiographique de Philippe Lejeune, pour arriver à la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari (Italie) fondée par le Pr. Duccio Demetrio de l'Université Bicocca de Milan. Un monde d'études fascinant et pratiquement inexploré s'est ouvert à moi. Aujourd'hui le projet «Autobiographical Genre, Migration and Identity's (re)construction in Luxembourg» (AMIL) et les divers ateliers d'écriture autobiographique de l'Université du Luxembourg marquent d'autres lignes de recherche et de didactique, novatrices, dans notre faculté. Au fond, il existe certainement une raison si l'écriture autobiographique est de plus en plus utilisée dans des contextes sociaux difficiles, tels que les hôpitaux, les prisons, les centres d'accueil, etc.

Une production de sens

N'est-il pas vrai que l'écriture elle-même structure et fatalement organise son propre message? Trouver la force et les énergies nécessaires pour traduire un élément désordonné, présent dans nos souvenirs, en un sujet, un autre élément en un verbe et un autre encore en un complément, cela signifie organiser sa propre pensée qui est, par nature, magmatique et contradictoire. Cette opération se transforme en une «production de sens» bénéfique pour tous. Le bénéfice obtenu est celui de la personne qui apporte la lumière dans l'obscurité, l'ordre et l'intelligibilité dans le chaos. Nos peurs naissent des anfractuosités ténébreuses de nos vécus, lieux de mémoire où nous préférons ne pas nous aventurer de crainte d'y être à nouveau entraînés. Mais se souvenir est une chose et faire des marques en est une autre. Car l'écriture est une graphie (l'étymologie première du grec graphéin,«écriture», est «faire des entailles, égratigner»), à savoir un signe indélébile que nous laissons sur une superficie rocheuse, une contamination symbolique et rationnelle. Nous apporterons donc un sens nouveau à nos vécus car l'écriture autobiographique est toujours additionnelle: toute chose vécue que nous voudrons écrire, même la plus banale, se chargera inévitablement d'une importance une fois écrite et aura un poids nouveau, parce qu'elle sera transformée en signes et en symbolisations.

Mais en symbolisations compréhensibles, au sein de cette convention qu'est la langue, invention rationnelle et très humaine qui apaise la nature en la privant de son incompréhensibilité humaine. Or tout cela, on ne peut le découvrir qu'en écrivant son histoire personnelle, parce que l'autobiographie est une pratique, je dirais plutôt un exercice davantage manuel que de l'esprit. Cette pratique rencontre souvent la méfiance, liée à de vieux schémas de jugement selon lesquels la rédaction d'une autobiographie devrait s'appuyer sur de très solides justifications: les autobiographes devraient être uniquement des personnes importantes ou avoir fait des choses exceptionnelles. Sinon, l'autobiographie ne serait qu'un simple exercice narcissique à plaindre.

J'ignore ce qui se passe réellement avec l'écriture de soi, je crois que quelque chose de magique flotte autour de l'autobiographe. Au cours de la journée du 22 avril, le Pr. Gianluca Palmieri de l'Université de Parme a soutenu que l'écriture de sa propre histoire mettait en contact celui qui écrit avec son préconscient, plus qu'avec son subconscient. J'ai alors pensé à Luigi Pirandello, merveilleux écrivain-philosophe, prix Nobel, qui disait qu'il recevait ses personnages tous les dimanches matin... évidemment dans une dimension de préconscient. Ces derniers lui racontaient fébrilement ...