



# Vous souhaitez transmettre l'histoire de votre vie, mais comment l'écrire ?

À l'heure de la retraite, vous souhaitez revisiter votre parcours, témoigner de ce qui a compté pour vous. Mais comment prendre la plume ? *Le Pèlerin* a demandé à l'organisme Aleph-Écriture, expert dans la formation à l'écriture personnelle, de vous accompagner dans la réalisation du récit de votre vie. Voici notre proposition.

**Catherine Lalanne :** Pour faire le récit de sa vie, faut-il avoir vécu une vie extraordinaire ?

**Mathieu Rousseau :** L'extraordinaire, c'est l'ordinaire ; chaque vie est unique et l'atelier d'écriture permet d'en saisir la richesse. Retracer son histoire, ce n'est pas s'y enfermer, c'est aussi se nourrir des destinées qui nous ont précédé, formé, nourri. Écrire sa vie, c'est s'inscrire dans une longue chaîne, c'est à la fois s'enraciner et transmettre, retrouver son terreau initial et donner appui aux générations futures. Les familles se dispersent, les maisons ancestrales sont vendues, l'écrit est un sol qui demeure.

**CL :** Pour rédiger un récit fondateur, il faut savoir écrire. Tout le monde ne naît pas auteur !

**M.R. :** C'est là que l'atelier d'écriture joue son rôle. Face au vide angoissant de la page blanche, nos formateurs proposent des mises en situation d'écriture très concrètes qui libèrent l'imaginaire. La lecture et l'écoute des écrits des autres stagiaires est aussi un accélérateur. On n'est plus seul, face à l'infini, mais encadré par un « formateur » bienveillant, stimulé par les autres participants, porté par l'énergie du groupe.

**CL :** Ces petits exercices d'écriture ne font pas un récit !

**M.R. :** C'est la somme de ces écrits qui va permettre de structurer le récit, de trouver son fil conducteur. Nos

formateurs proposent de travailler à partir d'un carnet. Entre deux sessions, les participants collectent des souvenirs, des associations d'idées, des bribes de dialogues, qui nourriront leur écriture en atelier. Ce geste quotidien va faire progressivement de chacun un auteur.

**CL :** Faut-il obligatoirement rédiger un récit chronologique complet ? Peut-on s'appuyer sur des photographies, des lettres, des documents familiaux ?

**M.R. :** Aucun genre n'est imposé. Les histoires et les personnalités des participants sont variées. Au fil des ateliers, chacun va progressivement trouver sa voix et son fil rouge. On peut juxtaposer des fragments, mêler la prose et la poésie, dialoguer avec des photographies, des lieux, des recettes de cuisine... Il n'y a aucune obligation d'écrire long, de manière linéaire. Trente pages denses de dialogue sont aussi fortes qu'un récit chronologique.

**CL :** Aleph-Écriture s'engage-t-il à mener chaque participant au bout de son récit ?

**M.R. :** Oui, et c'est notre fierté. Avant d'inscrire un

candidat, nous testons sa motivation à s'engager sur un parcours d'écriture long – une année environ. Et si un membre du groupe n'a pas terminé son récit à la fin du stage, nos formateurs l'aideront à le conclure.

**CL :** Écrire ensemble ça veut dire être physiquement ensemble ?

**M.R. :** Ce n'est pas nécessaire. Pour vos lecteurs, nous avons imaginé trois scénarios. Soit un regroupement mensuel régulier dans la ville la plus proche de leur domicile, soit, s'ils préfèrent s'extraire du quotidien, trois stages d'une semaine dans un lieu privilégié, l'abbaye de Saint-Jacut-de-la-mer, en Bretagne, soit enfin, s'ils sont loin des sites de formation, de participer à des groupes d'écriture à distance, via internet.

**CL :** 1980 euros c'est une somme !

**M.R. :** On n'est pas obligé de payer en une seule fois, on peut fractionner le paiement en neuf règlements. Souvent les enfants désireux de recueillir le témoignage de leurs parents participent collectivement au financement. L'inscription à un atelier d'écriture n'est pas une dépense égoïste : on s'offre un voyage mais on écrit pour transmettre et partager.

**CL :** Ce montant inclut une offre originale de notre groupe Bayard.

**M.R. :** Oui, car les participants seront accompagnés de la rédaction à la publication. Nos formateurs encadrent et stimulent l'écriture, votre hebdomadaire et votre groupe de presse garantissent la mise en forme des textes et l'édition des six premiers exemplaires. C'est une offre complète et très originale. Aleph-Écriture sait faire naître un manuscrit, Bayard sait le relire et le publier. L'association de nos deux savoir-faire est un gage de sérieux et de réussite.

**CL :** Alors, c'est parti ! À vos plumes !



**MATHIEU ROUSSEAU**

dirige Aleph-Écriture, une école d'écriture créée en 1985. Passionné de formation, il a élaboré avec son équipe, ce parcours *Écrire et publier son histoire de vie* pour les lecteurs de *Pèlerin*.

**CATHERINE LALANNE**

Rédactrice en chef au *Pèlerin*, elle a créé la collection *L'atelier de l'enfance* aux éditions Bayard. Membre de groupes d'écriture, elle contribue à des recueils collectifs de mémoire familiale publiés aux éditions Bleu autour.



**À VOUS D'ÉCRIRE !**  
RENDEZ-VOUS  
PAGE 83  
POUR DÉCOUVRIR  
NOTRE PROPOSITION  
DÉTAILLÉE.