

Prendre soin de la joie

L'atelier d'écriture est une belle métaphore de la vie: au plus de contraintes tu reçois, au plus ta créativité peut se déployer.

"Qu'est-ce qui vous apporte le plus de joie?", je lis et relis cette question, reçois cette après-midi alors que je suis un atelier d'écriture créative avec Anne-Marie Jobin, l'auteur de "La vie faite à la main", édition du Roseau. Censée déclencher mon talent d'auteure, la question m'agace dans un premier temps. En tout cas, je ne suis pas emballée par l'exercice.

L'envie d'abandonner mon cahier et mon stylo est grande. Mais, bon, je me suis inscrite, c'est trop bête. Allez, qu'est-ce qui ne me plaît pas au juste? Une petite voix intérieure dit: *c'est trop difficile de répondre à cette question!* Le plus de joie! Si encore Anne-Marie avait demandé ce qui m'apporte le plus de peine!

Ca, c'est sûr que c'est facile. Je commence tout à coup à me prendre au jeu. Et le silence appliqué des autres écrivantes m'incite à poursuivre, malgré le rejet initial. Clairement, lister les points négatifs, c'est fait les doigts dans le nez, pardonnez l'expression! Le triste constat fait, je commence à chercher ce qui m'apporte le plus de joie dans la vie.

Et je commence à m'ajuster intérieurement à cette consigne: la joie, tu as vécu ça, toi? Euh...Oui. Souviens-toi, allez, sois plus précise. C'était quand, où, avec qui, pourquoi, comment? Ouh la la, ce n'est quand même pas une enquête policière! Et me voilà en train de dialoguer avec une espèce de fliquette qui ne me revient pas du tout...

Bon, ok, c'est moi, enfin, une facette de moi. C'est pas tout ça, je reviens à la consigne: qu'est-ce qui m'a porté de la joie! Et puis me reviennent en mémoire des images, des sensations, des moments précis de ma vie, des mo-

ments de joie intense. Ca vibre en moi quand j'y pense, maintenant. Qu'est-ce que ces moments avaient en commun? Et puis, là, j'y suis: je prends alors conscience que **rien du dehors ne motivait cette joie.** Elle venait de l'intérieur et c'était mystérieux car rien ne pouvait l'expliquer.

Alors, j'ai écrit ça dans mon cahier, c'était tout simple mais c'était très important de faire cette mise au point. Je me suis rendue compte que la peur du manque ne pouvait pas faire le poids face à cette joie, face à ce plein de joie. J'ai réalisé que c'était ma nature, qu'il y avait un soleil qui brille là, au creux, et personne ne peut m'en priver.

J'avais envie de vous raconter cela parce que je trouve que ça donne une bonne idée de l'importance d'une contrainte dans un atelier d'écriture. Bon, je n'irai pas jusqu'à dire que j'ai signé ce jour là un chef d'oeuvre littéraire, soyons franche. Ceci écrit, tu ne vas pas à un atelier d'écriture "que" pour écrire, c'est-à-dire produire des textes, et des beaux surtout, hein!

Quand tu es d'accord de jouer le jeu, c'est-à-dire de te plier à la consigne, alors tu vis une expérience intime, puissante, nourricière... En fait, bizarrement, plus la contrainte est précise et plus elle te donne de la liberté; au plus vaste l'espace de créativité dont tu vas jouir sera grand.

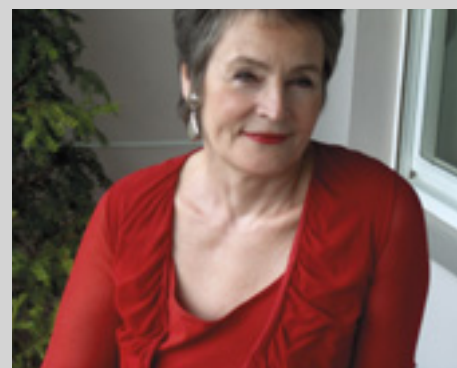
C'est un cadeau d'expérimenter cela car, dans la vie de tous les jours, tu se sens plus fort. Fort dans le sens souple. Ok, voilà un obstacle, mais **comme un art martial, le geste d'écrire** "sous la contrainte" entraîne à l'accueillir, à danser avec, à l'observer d'un point de vue différent.

Derrière le visage de ce qui dans un premier temps immobilise, il y a l'appel à vivre davantage de fluidité, davantage de joie; à regarder le lumineux caché dans le noir. Finalement, un atelier d'écriture, c'est une belle métaphore de la vie: au plus je me donne à la page blanche, au plus je reçois ce que je deviens. Et dans ce cas, ne me demandez pas qui est l'auteur!

Pour conclure, si vous souhaitez entrer en écriture et en créativité vous aussi, vous trouverez dans les pages ci-après le programme complet de la saison 2008-2009 de *L'Atelier des Mots*, véritable laboratoire du vivant, lieu de ressourcement et d'humanité, pour la joie de créer, tout simplement.

N'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus,...écrivez-nous!

Patricia Le Hardy



"Moi quand je regarde par la fenêtre je vois que le béton est en fleur."

Sur mes deux oreilles, Grand Corps Malade
A écouter sur www.vivretoutssimplement.be

Prochaine édition: **Etre uni** (DÉCEMBRE-JANVIER-FÉVRIER)

Vivre, tout simplement est un trimestriel produit en partenariat avec des auteurs, thérapeutes, conférenciers, animateurs et participants aux activités organisées par l'asbl *L'Atelier des Mots*.

L'asbl *L'Atelier des Mots* et la rédaction remercient chaleureusement les partenaires qui ont contribué à la réalisation de ce numéro, notamment la maison d'édition Jouvence et le photographe Michel Roggo pour les illustrations extraites du livre *Philosophies* écrit par Jacques de Coulon.



Editeur ■ L'asbl L'Atelier des Mots
Siège social ■ 4 Square Baron Bouvier
1060 Bruxelles
Tél. ■ + 32 (2) 537 83 82
Courriel ■ vivretoutssimplement@skynet.be

Rédaction ■ Patricia Le Hardy
Préresse ■ Alain Druart
Illustration ■ Yves Druart
Site ■ www.vivretoutssimplement.be ■ www.latelierdesmots.com
Abonnement à Vivre, tout simplement ■ 15 € l'an
N° de compte ■ 001 497 55 47 08
Cotisation à l'asbl L'Atelier des Mots ■ 40 € donnant lieu à des réductions sur les activités organisées pendant l'année.

Avec le soutien de:



162 chambres confortables et des salles convertibles jusqu'à 200 personnes,
un restaurant gastronomique "Le Chevalier de Luxembourg" et un bar "Le Knight Club"
COUNTY HOUSE HOTEL ****
Square des Nègres 2-4 - 1190 Bruxelles
t. 02 275 44 20 - f. 02 275 31 22 - www.bestwestern.be/countymotel

