

Bibliothérapie : un projet ? Une recherche ? ... tout simplement une façon de Lire aux éclats¹ ?

*Sa lecture terminée, un lecteur ne redevient pas vierge comme un fichier effacé. Il est lui-même complété de phrases ; mais alors, avec quelle fascination ! Des écharpes qui vont dans le vent et qu'il suivrait au bout du monde.*²

Pourquoi lire ? Charles Dantzig

La lecture, acte solitaire s'il en est, est un temps de rencontre. Rencontre... avec qui? Avec quoi ? La lecture, une rencontre avec le texte ? Avec l'auteur ? Et si la lecture représentait une rencontre avec soi...

En effet, qu'est-ce qui nous émeut dans la lecture d'un texte ? Pourquoi l'émotion naît-elle de la lecture de certains textes, et pas d'autres ? Pourquoi certains textes sont des « chefs d'œuvres » incontournables pour certains, et n'éveillent rien chez d'autres lecteurs ? **La lecture est un acte personnel, et nous formulons l'hypothèse que la lecture nous permet de nous rencontrer, de nous découvrir, de nous connaître, et certainement d'être transformé.**

Lire est une façon de se mettre à l'abri, dans un cocon de mots, d'histoire, d'images rêvées et de poésie. Lire est une façon de se faire plaisir, de s'occuper de soi, de se consoler. « *Il n'y a peut-être pas de jours de notre enfance que nous ayons si pleinement vécus que ceux que nous avons cru laisser sans les vivre, ceux que nous avons passés avec un livre préféré* »³. Lire est une activité individuelle, mais c'est de surcroît une activité subjective. De la subjectivité émerge de la lecture, une forme d'appropriation du texte, une lecture individuelle émerge de l'intimité entre le lecteur et le texte. Ce caractère individuel de la lecture rend celle-ci forcément multiple, en fonction du lecteur, du moment dans la vie du lecteur où il rencontre le texte (on ne lit pas de la même façon un texte à l'adolescence et au seuil du grand âge, de même on ne rencontre pas un texte de la même façon avant ou après l'expérience de l'enfance, avant ou après le deuil d'un très proche, ...)

« *Que se passe-t-il lorsque nous lisons ? Que se produit-il lorsque nous interprétons un texte ? [...] toute lecture implique un phénomène d'interprétation, l'acte d'interprétation est inhérent à la lecture et [...] l'interprétation est en soi une thérapie...* »⁴

Quand j'évoque le groupe de réflexion autour de la bibliothérapie auquel je participe depuis plusieurs mois, une question revient fréquemment : que faites-vous dans ce groupe ? Si lire n'est pas une activité qui se partage, nous pouvons cependant parler a posteriori de nos lectures, conseiller un ouvrage. Comme pour les rêves et leur interprétation, nous pouvons avoir une parole sur nos lectures. C'est l'interprétation dont parle Ouaknin.

¹ OUAKNIN Marc Alain. *Lire aux éclats. Eloge de la caresse*. Editions Seuil. 1994.

² DANTZIG Charles. *Pourquoi lire*. Editions Grasset. 2010. Page 31. Souligné par nous.

³ PROUST Marcel. *Sur la lecture*. Préface à la traduction par Proust du livre de John Ruskin : *Sésame et les lys* ; troisième édition, Paris, Société du Mercure de France, 1906

⁴ OUAKNIN Marc Alain. *Bibliothérapie*. Points Seuil. 1994. Page 21.

Concrètement, nos rencontres autour de lectures communes, de textes partagés, nous permettent d'entreprendre une véritable interprétation du texte, au sens où Ouaknin l'envisage, une véritable lecture aux éclats. Chacun apporte sa propre lecture du texte, alimentant ainsi l'imaginaire de l'autre avec son propre imaginaire. « *Le lecteur n'entre pas dans un texte déjà façonné avant lui, dont les sens sont figés et qu'il ne ferait que parcourir passivement, les significations venant à lui sûrement, sans ambiguïté. Non : la lecture est toujours singulière, créatrice de sens multiples ; lecture plurielle*⁵ ».

Il ne s'agit pas d'un groupe de thérapie, nous ne sommes pas en thérapie. Nous sommes lecteurs, et à ce titre « impressionné » par le texte. Nous essayons de comprendre en quoi un texte nous touche, nous émeut, nous transforme. « *On lit sans ordre, sans raison. La lecture ne peut se commander. Personne ne peut en décider à votre place. Il en va de la lecture comme d'un amour ou du beau temps : personne ni vous n'y pouvez rien. On lit avec ce qu'on est. On lit ce qu'on est. Lire c'est s'apprendre soi-même à la maternelle du sang, c'est apprendre qui l'on est d'une connaissance inoubliable, par soi seul inventée* »⁶.

Avancer sur ce chemin est une façon de mieux se connaître soi-même, mais nous gardons comme hypothèse de travail le fait de pouvoir utiliser la bibliothérapie dans nos pratiques respectives de thérapeutes. **Travailler sur soi et élaborer une praxéologie clinique à mettre en place dans le futur, voilà les questions qui cimentent nos rencontres.** Nous ne souhaitons pas utiliser la bibliothérapie comme acte dans le cadre de nos pratiques cliniques. Nous sommes d'accord sur le fait qu'une lecture ne se prescrit pas. Nous préférons envisager la lecture dans l'activité clinique comme Freud envisageait le rêve dans l'activité psychanalytique : le sujet nous parle de ses lectures, présentes ou anciennes, des émotions nées lors de ces lectures, des questions ou des sentiments qui en ont émergées, tout comme l'analysant raconte ses souvenirs de rêve. Lecteur, rêveur...le sujet se cache derrière ces deux occurrences... et sûrement derrière bien d'autres encore. Nos lectures pourraient donc être des rencontres avec le sujet que nous sommes, rencontres parcellaires mais néanmoins enrichissantes pour soi-même.

A titre d'exemple, voici comment s'est déroulée la première année de rencontre. Nous avons commencé par la lecture du *Parfum* de Patrick Suskind. Pourquoi ce livre ? Tout simplement parce que l'une d'entre nous l'avait suggéré... Une autre d'entre nous n'avait jamais réussi à le lire, commençant et abandonnant avant la fin... C'est donc *Le parfum* qui fut choisi. Véritable entrée en matière sur le questionnement de l'identité et de l'individualité : comment Grenouille, le héros du roman, dépourvu d'odeur corporelle personnelle, existe-il aux yeux des autres ?

Puis au travers d'un roman d'Irvin Yalom, *La méthode Schopenhauer*, nous avons abordé la question de la mort. Ce roman nous a amené à des lectures connexes, notamment *Du néant de la vie* de Schopenhauer. A partir de la lecture d'un roman, nous avons donc abordé une œuvre philosophique donnant une vision de la mortalité.

Nous nous sommes rendu compte que nos lectures étaient traversées par un même

⁵ OUAKNIN Marc Alain. *Lire aux éclats*. Points Seuil. 1992. Page 139.

⁶ BOBIN Christian. *La part manquante*. Editions Gallimard. 1989. Page 23.

thème, ou plus simplement qu'elles illustraient nos préoccupations du moment. Après l'approche philosophique de la mort selon Schopenhauer, nous nous sommes plongées dans la lecture des *Mots pour le dire* de Marie Cardinal. Initialement retenu comme un témoignage sur le temps de l'analyse, sur cette expérience individuelle dont si peu de choses peuvent être dites, transmises à un tiers, et qui représentaient le sujet de ce livre. Mais la mort y est très présente aussi: la narratrice est morte à elle-même au début de son récit, avant sa décision d'entreprendre une analyse. La question de l'identité, de l'individualité et de l'existence à laquelle nous confrontait le personnage de Jean-Baptiste Grenouille dans *Le parfum* réapparaît dans *les mots pour le dire*. Etions-nous en train de tourner autour d'un même pot de questions personnelles ?

Chacune d'entre nous proposait des lectures, citaient des ouvrages qui pouvaient étayer nos réflexions communes. Et à chacune de faire son choix dans cet éventail de propositions.

Nous en sommes ainsi arrivées à lire *L'origine de la violence* de Fabrice Humbert, roman qui traite de la filiation, des secrets de famille, de la démarche introspective chez un jeune professeur. Transition entre nos questionnements premiers, à savoir la subjectivité et la mort, questionnements qui nous sont apparus au fil de nos lectures, presque à notre insu, et ce qui constituera la seconde partie de nos lectures, à savoir une réflexion sur la lecture et l'action que l'acte de lire peut avoir sur chacun d'entre nous. *L'origine de la violence* situe une grande partie de son histoire dans les camps de concentration de l'Allemagne nazie. De là, *Le liseur* de Bernard Schlink nous rapprochait de ce temps historiquement obscur, siècle de l'histoire du roman. Mais une autre approche se dessine là: comment la lecture peut-elle transformer une vie ? Et le dernier ouvrage que nous avons abordé ensemble était *Grâce et dénuement* d'Alice Ferney, magnifique roman dont l'action se déroule au sein d'une famille gitane, mais dont la question centrale reste la même: que peut apporter à un individu l'acte de lire, l'alphabétisation ?

Le fil rouge de toutes ces lectures reste malgré tout *Bibliothérapie, lire c'est Guérir*, admirable ouvrage de Marc Alain Ouaknin. Il est sans conteste le texte de référence dans notre démarche. Nous abordons la bibliothérapie comme une démarche personnelle, le fait de butiner au gré de nos lectures des éléments qui nous apaisent, qui nous réconfortent, mais aussi qui nous remuent, qui nous bousculent, nous bouleversent. Nous en revenons à ce que nous annonçons en guise d'introduction, la lecture est une rencontre...

Magali Bonhomme
Psychologue clinicienne
Docteur en psychologie
magali.bonhomme@yahoo.fr