

Lorsque Louise nous a parlé de lire un de nos textes à l'occasion des vingt ans du Centre, j'ai tout de suite pensé partager ce que cet atelier m'apportait. La question est simple mais la réponse n'est pas si facile !

L'atelier d'écriture, qu'est-ce que l'atelier d'écriture pour moi ?

J'y suis arrivée par hasard, les hasards de la vie, de la maladie et de l'envie d'écrire, oh pas la mienne, celle de ma sœur. Ma sœur a toujours, autant que je m'en souviens, eu envie d'écrire, plus jeune elle écrivait des poèmes, ensuite elle tenait un journal intime, elle a écrit de courts textes et de longues lettres. Contrairement à moi qui avais du mal à lire et encore plus à écrire, elle, elle pouvait lire en toutes circonstances, en voiture, en train, peu importe le sens de la marche, en marchant dans la rue. Régulièrement elle me parle des livres qu'elle a envie d'écrire, elle a déjà le titre, les titres, le sujet et parfois même l'intrigue de façon plus ou moins détaillée. J'ai essayé de la motiver en faisant un dessin pour la couverture de "Talanamanga, le caméléon bleu", une intrigue policière inspirée d'un voyage que nous avons fait à Madagascar. Mais cela n'a pas encore marché. Je ne désespère pas ...

A force de la pousser à écrire, le jour où je me suis retrouvée avec ce cancer et que cet atelier était proposé, je me suis dit pourquoi pas ? Pourquoi ne pas essayer ? Cette idée m'a à la fois tentée et parue étrange. Moi qui suis nulle en orthographe, qui n'ai jamais beaucoup lu ! Qui n'ai pas beaucoup de références littéraires ! J'y suis allée en étant persuadée que je n'y resterai pas longtemps, que je me retrouverai tétanisée devant une page blanche, est-ce pour éviter cela que je prends des pages à petit carreaux ? Et puis me voilà ...

Atelier, je tiens à ce terme, lorsqu'on me parle de mon cours d'écriture, je réagis immédiatement : "pas un cours", un atelier. Je ne suis pas là pour apprendre. Je suis là pour partager, sans doute pour ne pas me sentir toute seule devant la maladie, l'angoisse, avec ce corps qui me fait défaut. Dans un atelier je crée, je réalise, je répare, en toute humilité, pour moi, avec moi, je laisse l'angoisse se dissoudre dans mes mots, dans mes souvenirs, dans mes interprétations. Mettre sur papier ce que je ressens, ce que je vis, me libère. Mais pas seulement ; j'écoute aussi le texte des autres, je suis souvent surprise par la diversité de ceux-ci, à partir d'une même lecture, chacun part dans sa direction, parfois certains textes semblent se rejoindre, se répondre, puis repartir chacun de son côté. Il n'y a pas de jugement, juste des émotions. Des émotions partagées, ou pas ! Je me surprends moi-même en lisant mon texte à avoir la voix qui vacille, à ressentir un poids que je n'ai pas senti en l'écrivant. Juste sur cette phrase qui me semblait si légère et anodine. Cette émotion et ces larmes me surprennent plus qu'elles ne me gênent. Pas ici, pas à cet atelier, ici, c'est une parenthèse, un lieu où je n'ai rien à prouver, c'est un lieu rempli de bienveillance, où je peux laisser ma carapace de côté, peut-être est-elle encore pendue au portemanteau à l'entrée.

*Emmanuelle Pariat*

## Texte pour « Psychisme et Cancer » - vingtième anniversaire.

« Il y a une association qui s'appelle Psychisme et cancer » - disait mon oncologue lors d'une consultation de suivi. « Je ne la connais pas mais elle est basée à Paris. Peut-être ça peut être utile pour vous. Vous avez toujours besoin d'être soutenue. »

Je consulte le site web. Intéressant - mais loin - vers Porte d'Italie. Bon, il y a un atelier d'écriture. Moi, qui avais écrit des poèmes - en ma langue maternelle - l'anglais - depuis ma maladie. Ça peut être pas mal cet atelier. J'appelle pour plus d'info. Je prends un rendez-vous.

9.30 h un mardi matin en juin, je franchis la porte. Je discute avec Louise. J'aime écrire. J'écris les poèmes. J'ai beaucoup plus d'émotions à faire sortir qu'avant ma maladie. D'écrire m'aide beaucoup. L'atelier peut accessoirement m'aider à améliorer mon écriture en français.

Je joins les autres amateurs de l'écriture. Est-ce que j'ai les skills nécessaires ? Est-ce que je réussirai à exprimer toutes mes émotions en français ? Est-ce que mon français écrit va être compréhensible ?

A la fin de la séance je me suis dit, bon, est-ce pour moi cet atelier ? Je ne me suis pas sentie super à l'aise. En plus, je n'avais pas compris qu'il s'agit de participer régulièrement. Est-ce que je peux soutenir le rythme ? C'est loin. Il faut me lever tôt - lève-tôt je ne suis pas - et surtout pas depuis ma maladie - le besoin de sommeil est énorme. Prendre mon vélo pour aller à la gare, prendre le train de Versailles à Montparnasse, après prendre le métro, être bousculée entre les « commutants » qui font ça tous les jours - ça me donne du stress rien que de penser aux éventuels coups de stress ou de fatigue ; est-ce que tout va fonctionner correctement ? Et s'il y a une grève, un délai, un retard ? Et si j'ai trop de travail, des déplacements professionnels en plus ? Trop de stress, il faut me protéger. Est-ce que moi, je vais résister ? Est-ce que je continue ? Bon, j'ai tout l'été pour réfléchir. La prochaine séance est en septembre.

Septembre venu je me suis dit, bon j'y vais. Pourquoi pas. C'est un énorme effort mais bon, quelque chose de bien peut venir - mon premier texte n'était pas trop décevant. Je me suis sentie bien après. Le groupe était sympa. Il y avait une bonne ambiance grâce à Louise.

Et j'ai trouvé ma place. Ma place de m'exprimer - en français, à l'écrit - le calme règne, les pensées viennent - ou bloquent - n'importe - une inspiration d'une sorte ou d'une autre finit par sortir. Je lis mon texte - fière ou pas - c'est ce que ma tête a sorti ce jour-là - librement. Aucun jugement - ni sur mes capacités en français écrit, ni sur les idées qu'on se trouve sur la page. J'ai trouvé une capacité à faire rire, être légère tout en étant profonde des pensées. Une émotion, des émotions qui sortent. Qui ont besoin de sortir. Je ne les avais pas ignorées mais j'ignorais l'importance de les mettre sur papier et de les faire sortir.

Je sors de l'atelier à 13h. Le long trajet en sens inverse - métro, train, vélo - mais ma tête a changé - je me sens plus légère qu'à l'aller. Épuisée. Vraiment épuisée. Mais un bon épuisement. Un épuisement qui soulage. Quelque chose s'est passée. Un genre de magie. Une douleur intérieure et psychique, très profonde, qui arrive à s'exprimer en mots. Une douleur ignorée, négligée. Important de soigner cette douleur, de ne plus l'ignorer.

Je fais mon meilleur pour aller les semaines suivantes en m'arrangeant avec le travail. J'ai réalisé que le temps donné pour moi-même a une importance centrale dans ma récupération. Même fatigue avant d'y aller, ça fait tellement du bien que le résultat vaut l'effort. Une bonne fatigue. Une très bonne fatigue. Événements familiaux douloureux suivaient au fil des mois - l'atelier aide à parler de ça, à évacuer ça qui se trouve à l'intérieur. Une nouvelle façon de me comprendre, de faire connaissance avec moi-même. L'atelier offre aussi un espace de compréhension mutuel - une petite boule de « mutual understanding » - où les mots ont bien leur place centrale mais en même temps les mots n'ont pas besoin d'être exprimés tellement des sentiments de chacune et l'autre sont similaires. Mes textes sont parsemés avec des mots anglais quand je ne trouve pas la

bonne façon de m'exprimer en français - peu importe - ça donne un charme d'une sorte. En tout cas l'atelier est un moment de plaisir, il offre un moment d'oublier la situation et le contexte qui nous a amenés là - sans oublier tout ce qui pèse sur nous, il offre une espace d'entre-aide naturelle.

Wow! Merci pour cet atelier. Merci à Louise. Merci aux autres participantes. Merci à l'association Psychisme et Cancer d'exister. Pour nous. Pour nous aider. Pour nous soulager. Pour nous aider à sentir bien. Et merci à moi-même pour avoir écouté moi-même et me donner le temps pour moi-même pour aider moi-même à surmonter les rudes épreuves de la maladie d'un côté psychique. Quel soutien à cette étrange étape de la maladie après la fin des traitements. Quelle chance! Quel bonheur! De dire merci ce n'est pas assez.

*Écrit par Kate Ogden,  
entre le Finistère et Versailles  
en septembre 2018*

## Le passeur

Alors que je ne m'étais rendue compte de rien, je m'éveillai un matin d'hiver glacial dans la barque délirante d'un nocher !

Elle voguait et tanguait contre vents et marées malmenant, dans sa danse folle, tous les sinistrés vers leur inénarrable Hadès !

Ce Charon, ce passeur aux yeux de vertige vide, au cœur de pierre tombale, restait sourd à toute revendication de ma part et de celle de mes compagnons d'infortune !

Une lame de fond d'une violence inattendue me saisit au foie, signifiant ainsi que nous étions arrivés à mauvais port.

Je me sentis immédiatement couler en apnée psychique, descendant irrémédiablement vers les ténèbres sans fonds ! Et je m'égarai, toute chosifiée devenue, dans cette noire solitude !

Pourtant, l'obscurité des abysses n'arriva guère à me terrifier ! Tant la lancinante douleur de cet enfer envahit mon corps tout entier et occupa mon esprit interloqué.

Un poisson à crocs, effrayant et hideux, présenta en béance une gueule armée de dents acérées. Elles étaient toutes semblables et faites en poignards pour lacérer les chairs humaines !

Ce soldat fou à la laideur improbable, m'entraîna dans les profondeurs de son habitat et ne desserra plus son étreinte. La douleur de ma chair ainsi ensanglantée, traumatisée et handicapée, me fit perdre le sens du temps, de l'être, du désir, de la vie même ...

Et puis un jour, la douleur tut enfin son assourdissante logorrhée pour laisser place à un murmure saccadé, syncopé. Elle m'accorda enfin ce léger silence après un puissant vacarme de souffrance ! Transformée en proie n'intéressant plus les mâchoires du monstre, je sentis, bien plus tard, mon étau se desserrer.

Et doucement, lentement, je remontai ainsi, bien trop légère encore à la surface de l'eau, allant m'échouer sur une plage de sable fin, ignorante d'un avenir et ivre de fatigue. Je restai longtemps allongée sur le ventre, ma joue droite posée à même le sable chaud. J'étais prise d'étourdissements étranges qui m'empêchaient de me redresser ! Finalement après un temps suspendu par Chronos, j'ai pu me mettre à genou comme implorant les cieux. Et puis, j'ai pu me redresser et tenir debout, faiblement tout d'abord, mais aussi fièrement que possible quelque temps plus tard. Vers la vie ...

Je ne comprenais plus le sens des choses, comme étrangère à mon temps, décalée ! Je me demandais s'il existait une place, un tout petit rien même pour un être revenant d'un monde anéanti, sans espoir ?

Alors contre toute attente, je sentis une main douce et ferme se poser sur mon épaule. Je tournai la tête incrédule encore. Sans mots de trop, une personne sereine me proposa de la suivre pour partager des travaux singuliers. C'est ainsi que faiblement j'emboitai son pas, certaine de découvrir enfin, le salut.

Je me retrouvai bientôt assise autour d'une table où il était question de l'écrire et du dire.

Merveilleuse expérience. Puis encore, autour d'une bonne table, où il était question cette fois-ci, du plaisir et du goût. Un tourbillon d'échanges conviviaux à souhait !

Ce partage de l'écrire et cet autre du goût, me redonnèrent un semblant de place dans la société. Ma place. Celle que j'avais eue peut-être dans ma famille mais celle aussi que je voulais avoir. Celle enfin que j'ai pu prendre grâce à ces médiations. Comme ça, singulièrement, et en partage ! J'ai vécu et compris la douleur, la maladie comme une épreuve de l'extrême. J'ai suivi cette main douce et ferme posée sur mon épaule et elle m'a aidée à me reconstruire. Je vais laisser désormais ma place dans ce lieu chaleureux et accueillant, à d'autres âmes en souffrance et aller seule maintenant, rebâtir un futur en édifice.

Cette main sur mon épaule, douce et ferme venue en sauveur, que je salue et remercie du fond du cœur, est celle de l'univers unique et réparateur de toute l'équipe de Psychisme et Cancer.

Équipe d'une bienveillance discrète et indispensable pour retrouver l'estime de soi et pour se reconstruire.  
Équipe que personne ne pourra jamais oublier, ni remplacer !...

*Sylvie Antony*  
*Paris, le 17 juin 2018*