

Recueil de moments forts de l'existence : trame de vie : la puissance de l'écriture et du groupe

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **L'Émilie : magazine socio-culturelles**

Band (Jahr): **[90] (2002)**

Heft 1459

PDF erstellt am: **21.09.2024**

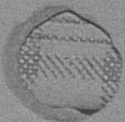
Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-282309>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Recueil de moments forts de l'existence

Trame de vie: la puissance de l'écriture et du groupe

Trame de vie est le fruit d'une démarche originale : cinq femmes ont décidé de faire partager au travers de l'écriture des moments forts de leur existence. Initialement, elles se sont rencontrées dans le cadre du CEFIL (Centre d'études intégrées du Léman) à un moment difficile de leur vie. Perte d'un emploi, rupture familiale ou sociale ont été le dénominateur commun justifiant leur participation à des cours de formation financés par la Ville de Lausanne dans le cadre du projet CIFEA (Communauté d'intérêt pour la formation élémentaire des adultes). Ces femmes ont toutes suivi des cours d'informatique, et, en tant que formatrice au CEFIL, Marie-Laure Kaiser leur a proposé de participer à des ateliers «femmes». Ces rencontres hebdomadaires visaient à traiter des thèmes qui les concernaient, tels que la présentation de leurs droits ou des questions de santé. De cette expérience est née l'idée d'écrire un recueil qui rassemble des fragments d'histoires de vie. De par leur brièveté, ces textes sont d'autant plus percutants et sensibles. Cette démarche d'écriture a permis de favoriser une conscience citoyenne, de valoriser les ressources des femmes et de donner espoir comme en témoigne ci-après, Sylvia, une des participantes.

«Pendant des mois, écrire a été un fil conducteur et nos rencontres des points de repère. Cela faisait déjà plus de cinq ans que j'avais quitté la vie active à la suite d'une rupture de vie, de graves dépressions, la perte de mon emploi, d'hospitalisations. Tout cela n'ayant qu'accentué mon isolement. Je vivais dans une grande solitude, m'occupant avec des habitudes de vie, la lecture et quelques hobbies solitaires. Mon engagement dans des activités régulières au CEFIL a été le point de départ d'un changement dû à ma confrontation avec le monde extérieur. Enfin j'osais affronter mes peurs !

Mots-colères et mots-espoir

L'écriture m'a permis de reprendre confiance en moi, de me retrouver, de replonger dans un passé douloureux et de le transcrire avec des mots-douleur, des mots-colères, des mots-tristesses, mais aussi des mots-espoirs, des mots-tendresses. J'ai dû d'abord faire face à mes résistances : la peur de l'opinion d'autrui et un manque de confiance et d'estime de moi important. Mais à la suite de mes craintes, à la peur du ridicule et du jugement, est venue se greffer l'envie. L'envie de m'investir dans cette activité gratifiante, de dépasser l'autocritique aussi. Il y a eu la difficulté, puis l'apaisement du partage de nos textes lus à haute voix, dans la confiance gagnée au fur et à mesure.

L'apprentissage du travail de groupe a été long mais il m'a permis de me confronter au regard d'autrui, ceci dans une ambiance imprégnée de respect et de confiance, chacune ayant peu à peu pris sa place (et moi difficilement la mienne). Pour la première fois, depuis de longues années, j'osais m'investir dans une activité exigeante, demandant constance, régularité et persévérance. J'en manquais, mais la confiance venant, j'ai appris à mieux m'affirmer dans le dialogue et dans l'affrontement parfois aussi. L'enrichissement de découvrir d'autres vies, des histoires dans lesquelles il m'arrivait de me retrouver, l'épa-



nouissement de chacune dans sa progression, nos ressources ainsi dévoilées, tout cela a contribué au fait que malgré l'envie, je n'ai pas abandonné. J'ai persévéré et fait preuve de ténacité, et j'en suis heureuse.

«J'aime l'énergie que l'écriture dégage»

Cette aventure de l'écriture s'est avérée très fructueuse. La femme timorée, qui se dévalorisait, s'est épanouie et ouverte à la vie. J'ai découvert, par ce biais, le moyen de créer un pont entre mon monde intérieur, intime et l'extérieur ainsi qu'une capacité à transposer mes émotions, mes sentiments et mes expériences de vie en mots. Aujourd'hui, je pratique l'écriture dans ma vie quotidienne et j'ai trouvé là un moyen d'expression qui m'est cher. J'aime la trajectoire qu'emprunte une pensée, une idée dans mon esprit avant que je ne puisse la traduire en mots. J'aime l'énergie que l'écriture dégage, quand, spontanément, elle se déverse. J'ai besoin de me laisser séduire et emporter par le rythme des mots : l'écriture est comme une danse, une valse solitaire, les mots sont des notes de musique sur une partition, le premier apport d'un texte étant pour moi sa sonorité.

Enfin, je me sens plus forte et j'assume beaucoup mieux les coups de la vie. Je suis plus positive aussi. Cela est dû, entre autres choses, je le sais, à l'apport de cette magnifique expérience. Elle m'a permis de me réapproprier mon passé et m'a donné l'envie de faire des projets, d'aller toujours de l'avant.»

Trames de vie a été édité par Indigo et Côté-femmes Editions, en collaboration avec les Editions Charles Léopold Mayer, collection Paroles de femmes. Ce livre est disponible dans les librairies suivantes : Basta à Lausanne, La Fontaine à Vevey et Couvaloup à Morges.