

ALEPH-ÉCRITURE

Dans chaque numéro, une école ou un atelier d'écriture nous ouvre ses portes. Pour commencer, nous avons visité l'école d'écriture Aleph. Son approche exigeante et bienveillante ainsi que la qualité de ses formations ont fait la réputation de cette école historique fondée en 1985.

PAR AGATHE LEBELLE, CARINE CHAUFFOUR ET IRIS MALUSKI

Ce matin-là, nous poussons la porte d'un bel immeuble de cinq étages à deux pas de la gare Saint-Lazare. Nous avons rendez-vous avec Delphine Tranier-Brard, directrice pédagogique des ateliers Aleph, et Louise Muller, directrice de la communication. Les locaux sont spacieux et propices à la création. En plus des salles d'atelier, l'école dispose d'une terrasse avec vue imprenable sur les toits de Paris, d'une bibliothèque et d'un salon où sont exposés des travaux de participants... « Dans cette école, on apprend avant tout à prendre

confiance dans ses textes et dans son écriture. On apprend aussi à se relire, à transformer un regard qui peut être très critique et inhibant en une énergie de réécriture », explique la directrice pédagogique.

Qu'est-ce qui fait le succès de cette école qui accueille plus de mille participants par an ? « Sans doute notre expertise du processus d'écriture créative, de toutes ses étapes et de ses freins, qui permet d'accompagner tant les écrivains les plus débutants que les auteurs déjà publiés », poursuit Delphine Tranier-Brard. De l'atelier découverte de quelques heures au programme "la fabrique du manuscrit" qui se déroule sur un à trois ans, le catalogue des formations est pensé pour accompagner les personnes précisément là où elles en ont besoin.

Si l'on en croit Anne-Marie qui participe depuis un an à des ateliers, le succès de l'école tient également au climat de confiance instauré par les animateurs. « On écoute la proposition d'écriture et on se lance. Il faut trouver l'inspiration tout de suite. C'est difficile, mais tant mieux ! Cela permet de sortir de ses habitudes, des choses trop personnelles. Puis chacun lit son texte. J'ai d'abord pensé que cela prendrait trop de temps. Au contraire. C'est très intéressant de voir comment chacun approche un même sujet. » Partager sa production devant les autres est loin d'être aisé. La prise de parole doit être particulièrement délicate sur un texte tout juste sorti de l'œuf. Il ne s'agit pas d'éva-

L'école en bref

Fondé en 1985 et devenu centre de formation à l'écriture littéraire et professionnelle en 1991, Aleph accueille tous les publics, débutants en écriture, professionnels de l'écrit ou artistes auteurs : ateliers d'écriture thématiques, cycles de création littéraire, accompagnement de manuscrits, formation à l'écriture professionnelle, ainsi que formation à l'animation d'ateliers d'écriture littéraire. Aleph a par ailleurs développé des antennes à Lyon et à Bordeaux et propose une multitude d'ateliers en ligne. Plus de renseignements sur aleph-ecriture.fr

luer, de critiquer un texte ou de le juger à l'aune de ses goûts ou de sa manière d'écrire. « L'animateur souligne ce qui dans le texte est réussi, va toucher le lecteur et ce qui va le laisser au bord du chemin. On demande rapidement aux participants de prendre part à ces retours, de parler de ce que le texte ouvre en eux. Ces retours pluriels témoignent de la place donnée à la subjectivité du lecteur dans le texte, qui est le propre de la littérature », explique Delphine Tranier-Brard. Anne-Marie poursuit : « Comme on a tous nos difficultés à écrire, on accepte très bien les défauts des autres, donc personne ne juge. J'ai beaucoup aimé l'approche de l'animatrice, Annette Targowla. Ses conseils étaient judicieux et ses retours bienveillants, sans être complaisants. Les commentaires du genre "Ton texte est formidable" ont peu d'intérêt, la critique doit être constructive. Ce jour-là, chacun écoutait avec un réel intérêt. » L'école, qui a son propre cursus de formation à l'animation d'ateliers, est reconnue pour le professionnalisme de ses animateurs qui constituent un véritable "corps pédagogique" partageant la même expertise, la même éthique, la même rigueur, la même bienveillance. « Nos animateurs se réunissent régulièrement pour échanger, s'entraider et renouveler leurs pratiques », se réjouit Louise Muller.

Depuis quelques années, l'école s'est lancée dans l'organisation de séjours d'écriture dans des lieux atypiques, empreints de sérénité et près de la nature, afin de créer des bulles d'écriture loin de chez soi. Ces propositions ont tout de suite rencontré un vif succès, plus de quarante séjours sont programmés entre avril et octobre 2024.

Pour encourager plus largement encore la pratique de l'écriture, les ateliers Aleph se sont dotés en 2013 de leur propre revue littéraire, *L'Inventaire*, où sont publiés des appels à écriture mensuels; des interviews d'écrivains, d'animateurs d'ateliers d'écriture et d'éditeurs; des concours, notamment celui que nous vous proposons dans ce numéro en page 9.



**“Il faut trouver
l’inspiration tout
de suite. C’est
difficile, mais
tant mieux !”**



BERTHELARD

Quand le corps se met à écrire

RENCONTRE

Catherine Berthelard anime chez Aleph-Écriture des ateliers qui alternent mouvements du corps et écriture. Le corps célébré, à l'écoute de ses sensations, s'éprouve pour mieux emplir l'espace de sa poésie.

PROPOS RECUEILLIS PAR CARINE CHAUFFOUR

Pourquoi avez-vous choisi d'allier corps et écriture pour vos ateliers ?

J'anime des ateliers d'écriture depuis une trentaine d'années mais, depuis environ quinze ans, je pratique le yoga, la méditation, la danse et je rêvais de mêler écriture et pratique corporelle ; j'avais le sentiment que le corps manquait à l'écriture et que l'écriture manquait à ma pratique corporelle. Pour moi, le geste ne semblait vraiment complet qu'en les mêlant. Ce

que montrent les neurosciences, c'est qu'écrire donne de la valeur à ce qui a été éprouvé et mis en scène. Il y a une dizaine d'années, j'ai demandé à d'autres praticiens de s'associer à moi pour animer des ateliers ; je suis favorable à la cocreation, à ce qu'une personne mène le corps et l'autre l'écriture, car cela crée un mouvement et presque une chorégraphie.

Comment se passe un atelier ?

Tout commence par le corps ; dans les ateliers d'Aleph, l'inspiration vient de la mémoire, de l'imaginaire. J'avais envie de proposer d'autres expériences. Aller d'abord dans le mouvement pour que l'écriture trouve un autre chemin que celui qu'elle trouverait si on restait assis à sa table de travail. Je travaille en alternance : après le mouvement, il y a un temps d'écriture,

puis de retour au mouvement. Je fais le pari de l'aller-retour car je pense que les grands temps ne créeraient pas la même circulation des mots. Je suis une grande adepte du carnet, dont l'approche est manuelle et interdisciplinaire. Les neurosciences confirment que l'écriture à la main a des vertus. Cela convoquerait des zones du cerveau que l'ordinateur ne sollicite pas. On sait que le geste d'écrire permet à notre cerveau d'être plus en éveil. Ainsi, on le nourrit deux fois, par l'imaginaire et par le corps. C'est une grande chance!

C'est une énergie finalement?

Oui, cela connecte à des émotions, aux sens, à des ressentis que le mental ne perçoit pas. Dans les phrases longues, je mets les mots en mouvement dans l'espace, ils prennent de la force ; quelque chose dans le mental se libère. Cela déverrouille des images. Tenir son stylo, ce n'est pas être complètement en lien dans l'espace. Je propose donc de marcher et de dire des fragments. Ce sont alors des mots de l'éprouvé qui se disent, pas des concepts ou des idées, mais des ressentis profonds. Être en conscience de son corps et de ses mots, c'est aller chercher les mots du corps. Il est fonctionnel mais malmené car il n'est pas assez célébré, l'atelier propose donc une célébration du corps : l'incarnation où vont pouvoir se déposer les mots qui vont ensuite être écrits et mis en scène, restitués. Je mets les mots dans mon corps qui devient alors une onde, un véhicule du mystère. On va être au plus près de ce que la personne a à écrire, via la musique, la respiration, des éléments qui sont plus en connexion avec des nécessités intérieures, moins stylistiques. Ainsi, on ouvre un nouveau filon, une aventure. Avec les carnets, c'est pareil ; quand on écrit dehors, le monde s'ouvre et nous propose une autre source d'inspiration. Le corps, lui aussi, nous propose une autre source d'inspiration.

Quel est le public qui participe aux ateliers?

Des gens qui ont envie de retrouver du corps, pour renouveler une inspiration, en complément d'une autre recherche d'écriture. Pour d'autres, c'est une première fois. Ce qui les intéresse, c'est d'entrer par le corps, à la recherche de l'ici et maintenant.

Dans les stages sur trois jours "Carnets du corps", on utilise le carnet et on propose une écriture très fragmentaire, ouverte au graphisme, au dessin, c'est encore une autre approche.

La poésie est essentielle dans vos ateliers et semble être parfaitement adaptée au mouvement, justement...

Oui, c'est un genre libre qui va bien avec les sensations : la poésie est le lieu de la liberté. On est au plus près de la sensation pour écrire son expérience intérieure d'un paysage, par exemple. On peut, durant les ateliers, partir sur un bateau, car le dehors est propice à la poésie. J'aime beaucoup la poésie du quotidien, très simple et intériorisée.

En cela, je suis proche de Perec : la poésie est une histoire de regard. Écouter, ressentir, se mettre à l'écoute de soi, à l'écoute poétique du monde. Il y a une notion de vagabondage : on peut faire des haïkus, de la prose ; proposer des choses contemporaines très particulières. Encore une fois, le carnet est un outil formidable. Sans être un journal intime, il nous permet de collecter des images, des sensations, de suspendre le temps. C'est une façon d'être au monde.

Pour connaître les dates des prochains ateliers de Catherine Berthelard, consultez le site d'Aleph-Écriture (aleph-ecriture.fr)