

MATHIEU SIMONET

L'ÉCRITURE-MÉDICAMENT

DOCUMENT

- §1 La littérature est-elle comestible ? Peut-elle être bénéfique ? Nuisible ? Ces questions me travaillent depuis toujours. Mon père se les posait avant moi, notamment dans les années 1970, à travers une correspondance qu'il entretenait avec Jean Cayrol (poète, éditeur au Seuil, scénariste de *Nuit et brouillard*).
- §2 Mon père, qui n'a jamais publié, mais dont la littérature a structuré la vie, s'interrogerait paradoxalement sur les méfaits de l'écriture sur son équilibre mental. Dans un courrier, archivé à l'Institut Mémoires de l'édition contemporaine (IMEC), mon père annonce à Jean Cayrol qu'il n'écrira plus, et ce, pour ne pas prendre le risque de retourner à l'hôpital psychiatrique. Six mois plus tard, dans un nouveau courrier, il revient sur sa décision : Jean Cayrol l'a convaincu de ne pas abandonner l'écriture.
- §3 En 2008, René de Ceccatty, éditeur au Seuil, m'a appelé pour m'annoncer que mon premier roman serait publié dans la maison d'édition qui aurait pu être celle de mon père. Depuis, mon père est systématiquement hospitalisé en psychiatrie dans les quelques jours qui suivent la publication de chacun de mes livres.
- §4 La littérature peut-elle faire du bien ? du mal ? À titre personnel, il me semble évident qu'elle a un effet positif. Cela me semble parfois tellement évident que j'ai le sentiment, en exprimant cette opinion, d'enfoncer une porte ouverte. Pourtant, ce postulat n'est peut-être pas si évident qu'il y paraît. En effet, sur quoi repose-t-il ? Sur pas grand-chose. Ma position est d'abord et avant tout

fondée sur un préjugé : l'écriture, la lecture guérissent ; elles m'ont guéri. Je l'affirme sans preuve, avec fougue (je constate parfois la même hystérie chez des fanatiques religieux. Je suis un fanatique *littéreux*, tendance *soft*. Je crois, de manière religieuse, inconditionnelle en l'écriture. Je cherche des arguments pour envelopper ma croyance. Pas pour la fonder). Je crois, sans avancer la moindre preuve, que je serais devenu fou sans l'écriture. Je constate, sans avoir mis en place un protocole rigoureux, que l'écriture agit sur moi comme une pommade sur la peau, qui adoucirait les brûlures. Je prétends que la lecture de *Journal de deuil* de Roland Barthes a agi sur moi comme un antidépresseur après la mort de maman.

55 Voilà où en était mon analyse (au contenu presque vide) lorsque j'ai décidé, sur un coup de tête, de mener une résidence d'écriture à l'Hôpital Sainte-Anne où avait été hospitalisé mon père l'année de ma naissance. Par erreur, j'ai frappé à la mauvaise porte : j'ai contacté le siège de l'Assistance publique-Hôpitaux de Paris (AP-HP). Mon interlocutrice m'a expliqué que l'Hôpital Sainte-Anne ne faisait pas partie de l'AP-HP, qui disposait de 37 hôpitaux, dont plusieurs comportent des services psychiatriques ; et là, il y a eu un déclic, c'est plus fort que moi : lorsque mon cerveau perçoit une possibilité de relier des choses, des êtres, des lieux, il y a un signal qui surgit dans mon cerveau, je ne réfléchis plus, je fonce :

Trente-sept hôpitaux... Ce serait intéressant de les relier entre eux.

- Vous ne vouliez pas écrire sur la psychiatrie ?
- Si... Mais j'ai changé d'avis. J'aimerais mettre en place un dispositif d'écriture collaborative qui relierait 1000 patients de 37 hôpitaux.
- Pourquoi 1000 ?
- Parce que c'est beau.

56 Mon interlocutrice n'avait pas de préjugés. Elle m'a dit : « Pourquoi pas. » C'est ainsi que naissent tous mes projets. Sur un coup de tête. Sans réflexion. Je lance des dés, et parfois il se passe quelque chose.

57 Depuis plus de dix ans, je crée ainsi des dispositifs d'« autobiographie collective ». J'ai par exemple décidé de me séparer de tous mes journaux intimes, écrits entre 1984 et 2004 (l'un a été transformé en robe de mariée, un autre a été caché dans le palais de l'Élysée, un troisième a été plongé dans la Seine par un policier de la brigade fluviale, qui en a fait un reportage photo). En tout, 100 carnets ont ainsi été revisités, détruits, embellis par toutes celles, tous ceux qui étaient touchés par ce projet. Ce dispositif a été le point de départ de mon roman *Les carnets blancs* publié au Seuil (celui pour lequel René de Ceccatty m'avait appelé en 2008).

58 Dans ce roman, je ne raconte pas de manière exhaustive la manière dont chacun de mes journaux intimes a été transformé (cela serait fastidieux) : mes dispositifs sont des prétextes à interagir de manière intime et ludique avec des proches ou anonymes. De cette interaction naissent des histoires. Je suis un chasseur d'histoires. J'observe, je suis à l'affût des récits, des coïncidences qui

surgissent au creux de mes dispositifs. Et ce sont ces histoires que j'embarque, que je raconte dans mes livres. Tout est donc une affaire de malentendus : mes dispositifs semblent être pensés, ils sont intuitifs ; mes livres semblent être des photographies de mes dispositifs, ils ne sont que des coups de projecteurs sur des microdétails, parfois sortis de leur contexte.

- §9 J'ai également demandé à une quarantaine de volontaires de tenir la main à un inconnu pendant l'exposition *Intense proximité* au palais de Tokyo (point de départ d'un article pour *Le magazine littéraire*), j'ai interrogé une cinquantaine d'artistes sur leur rapport au deuil et à la mort sans les informer que ma mère était morte quinze jours plus tôt (ces interviews formeront un des matériaux de mon roman *La maternité* publié au Seuil), je collecte actuellement le maximum de rêves faits pendant la nuit (par exemple auprès des détenus de la maison d'arrêt de Villepinte).
- §10 Hier, lors d'un dîner, un ami me demandait pourquoi je mettais en place ces dispositifs, qui chaque fois naissent de malentendus et d'intuitions ; je lui ai donné deux réponses.
- §11 Mes familles maternelle et paternelle se détestaient (l'une était bourgeoise, l'autre était pied-noire ; dans la famille de maman, on me trouvait plouc, dans la famille de mon père, on me trouvait snob). De cette blessure, de cette difficulté à trouver ma place, j'ai développé un goût, une dépendance, un besoin ludique et irrésistible de relier des gens que tout (ou quelque chose) oppose.
- §12 Et il y a une seconde raison, liée à mon premier livre (pas le premier *publié*, mais le premier à avoir été écrit parmi ceux qui sont aujourd'hui publiés) : en 2002, j'ai écrit un roman sur mon adolescence, *Les corps fermés* (qui sera publié dix ans plus tard, aux Éditions Émotocourt). Dans ce récit, j'évoque notamment une de mes amies d'enfance ; je lui avais donné un pseudo et avais transformé son physique. Je pensais qu'elle serait touchée par le livre, fière d'être un personnage d'inspiration, rassurée de ne pas être totalement identifiable.
- §13 J'avais tout faux. Cette amie (appelée « Perrine » dans mon roman), qui a été ma toute première lectrice, m'a annoncé qu'elle ne me reverrait plus jamais, car elle « savait » maintenant ce que je pensais d'elle ; on est effectivement restés brouillés pendant dix ans.
- §14 Cette expérience m'a confirmé que ce qu'un auteur met dans un livre n'a pas forcément d'importance pour un lecteur, du moins pas autant que ce que le lecteur découvre dans un roman. Parfois, ce qui compte, c'est moins le lien entre l'auteur et le livre, que l'espace qui surgit entre le livre et le lecteur. C'est cet espace qui compte au final, cette zone dont le lecteur est un acteur de premier plan. C'est lui qui va donner de la chair aux mots écrits. C'est lui qui va savoir pourquoi tel passage lui fait peur. Pourquoi tel passage le touche. Pourquoi tel passage a été écrit pour lui et uniquement pour lui. Et qu'importe s'il se trompe, qu'importe si cet univers qui surgit sous ses yeux a été ou non pensé par l'auteur.

- §15 Il existe dans la littérature une dimension supplémentaire, créée par le lecteur, qui rend en partie vaine la recherche des intentions de l'auteur. Contrairement à un essai, à un article journalistique, l'œuvre littéraire (même si cela pose d'énormes problèmes de frontières) ouvre un champ protéiforme dans lequel le lecteur peut se créer des vêtements sur mesure que l'auteur n'a lui-même jamais imaginés.
- §16 Et c'est pourquoi, même si le personnage de Perrine me semblait particulièrement positif, il n'y avait rien d'illogique, rien d'anormal à ce que l'amie dont je m'étais inspiré ait une interprétation diamétralement opposée à la mienne à propos de son personnage. Pour elle, l'auteur (moi) n'avait aucune sympathie pour Perrine ; il la moquait, il la méprisait. Pour moi, Perrine était flamboyante ; je l'admirais.
- §17 La lecture que je faisais de mon propre livre avait la même valeur que la lecture de Perrine. Un livre (dans le royaume de la littérature) ne divulgue aucune vérité objective ; il n'offre que des possibilités de connecter notre intimité à une histoire. C'est par le lecteur qu'un roman atteint pleinement son statut d'œuvre en 3D. Et l'écrivain n'a aucune prise lorsque son livre, tel un animal, se déploie dans le cerveau du lecteur, recréant des scènes, bousculant les vases, affichant des vérités qui n'ont, pour certains, aucun sens.
- §18 Lorsque Perrine m'a annoncé sa décision de ne plus jamais me revoir, j'ai décidé de créer un jeu dans lequel les « personnages » seraient consentants. Le principe est le suivant : deux personnes qui ne se connaissent pas se rencontrent. La première écrit un texte sur l'autre. Ce texte est ensuite donné à deux comédiens, qui s'en inspirent pour faire une improvisation.
- §19 Depuis 2002, j'ai organisé une vingtaine de fois ce jeu ; chaque fois, entre 15 et 40 personnes y participent. Chacun doit avoir un rôle (personnage d'inspiration, écrivain, comédien, lecteur, photographe, etc.) : tout le monde doit pouvoir créer en s'inspirant des autres.
- §20 La première fois que j'ai organisé ce jeu (c'était en avril 2002, entre les deux tours de la présidentielle), j'ai réalisé que ce qui m'intéressait dans la création, ce qui m'inspirait, c'était avant tout d'être un chef d'orchestre de l'intime (de pousser les autres à écrire, à créer).
- §21 Mon travail consiste tout autant à animer des projets d'« autobiographie collective » qu'à les exploiter pour mon propre intérêt (il y a parfois une forme de schizophrénie dans cette démarche : je me retrouve en conflit d'intérêts avec moi-même).
- §22 Je ne sais plus quand, pour la première fois, j'ai utilisé cette expression d'« autobiographie collective ». Peut-être fin 2009 ou début 2010, à l'occasion d'une interview pour Arte qui me demandait de résumer ma démarche, lors de la sortie en librairie des *Carnets blancs*. Puis ces deux mots sont devenus ma « marque de fabrique », une manière de résumer mon travail. Cette formule était ambiguë, car elle n'était pas totalement pensée. Or certains journalistes ou universitaires voulaient en savoir plus. On me demandait de développer ce qui n'était pas pensé.

- §23 Lors d'un colloque sur l'autofiction en 2012 au château de Cerisy-la-Salle, j'ai essayé de conceptualiser cette notion d'autobiographie collective.
- §24 En simplifiant, il s'agit d'un dispositif collectif (dont je suis le chef d'orchestre, mais également un des acteurs et spectateurs), basé sur l'intime et le hasard, dont l'enjeu est paradoxal (tout le monde peut y participer : il n'y a pas d'enjeu de pouvoir ou de hiérarchie ; il existe néanmoins un enjeu symbolique fort).
- §25 Ce dispositif peut parfois être considéré comme une œuvre en soi ; il peut également former un matériau dans lequel chacun (y compris moi) peut puiser, afin de créer une œuvre autonome.
- §26 Au moment où j'ai commencé à rendre des comptes sur cette notion d'autobiographie collective, j'ai découvert que je n'étais pas le premier à utiliser cette expression, ce double mot. Dans une thèse de littérature soutenue en 1995, Najiba Regaieg utilise par exemple à plusieurs reprises ces termes. En 2001, l'artiste plasticien Antoine Perrot convoque également ces deux mots, a priori antagonistes, pour parler de son travail. Aujourd'hui, en littérature, on pense d'abord au roman *Les années* d'Annie Ernaux, publié en 2008, qui incarne avec force une forme d'autobiographie collective.
- §27 Il est difficile de savoir si chacun d'entre nous a eu l'idée, sans l'aide des autres, d'associer ces deux mots (ce qui n'aurait rien de surprenant), ou si certains parmi nous (y compris moi) ont « volé » l'expression après l'avoir lue (peut-être même inconsciemment). Ce qui est certain, c'est que cette notion d'autobiographie collective n'a pas le même sens lorsqu'elle est utilisée par Najiba Regaieg, Antoine Perrot, Annie Ernaux, moi ou un autre.
- §28 De manière synthétique, c'est donc l'envie symbolique de rapprocher mes familles paternelle et maternelle (de réconcilier les opposés) et la rupture avec « Perrine » (expérience ayant conduit à la création d'un jeu collectif, dans lequel les « personnages » sont consentants) qui sont à l'origine de cette notion d'autobiographie collective, telle que je l'emploie aujourd'hui.
- §29 C'est dans ce contexte que j'ai pris rendez-vous, à l'été 2013, avec le pôle Culture et bien-être de l'AP-HP. Mon idée première était de demander à 1000 patients des 37 hôpitaux d'écrire les rêves qu'ils faisaient pendant la nuit : je voulais que les hôpitaux deviennent des fabriques à rêves, que ces rêves soient lus à l'autre bout du monde.
- §30 Assez vite, ce projet a été abandonné pour deux raisons : premièrement, parce qu'on avait peur que les patients fassent des cauchemars (cet argument me semblait peu pertinent) ; deuxièmement, à cause de la difficulté pratique, pour des patients, d'écrire leurs rêves au réveil (et ce, du fait des soins qui leur sont prodigués, tôt le matin).
- §31 Après quelques échanges avec le pôle Culture et bien-être (et le centre intermédiathèque de l'AP-HP, qui avait été associé au projet), il a été décidé de faire écrire les patients non pas à propos des rêves qu'ils font pendant la nuit, mais à propos de leur adolescence.

- §32 Concrètement, le projet consistait à distribuer 1000 carnets dans les 37 hôpitaux, de demander aux patients d’y écrire un texte sur leur adolescence, puis de transmettre ces carnets à des collégiens ou des lycéens pour qu’ils écrivent un texte en écho à celui qu’ils avaient lu.
- §33 La société Clairefontaine acceptait (sans aucune contrepartie) de mettre à notre disposition les 1000 carnets ; le conseil régional d’Île-de-France finançait mon intervention en m’attribuant une bourse de 20 000 € et en accordant une subvention de 5000 € de frais de fonctionnement ; l’AP-HP accordait également une subvention de 5000 € de frais de fonctionnement et mettait à ma disposition une stagiaire à mi-temps ; le centre intermédiathèque de l’AP-HP (qui centralise les 20 médiathèques existantes) m’apportait son concours en mobilisant son personnel. Le projet était piloté par le pôle Culture et bien-être de l’AP-HP, ce qui me permettait d’avoir accès, relativement facilement, à la plupart des interlocuteurs que je souhaitais rencontrer dans les hôpitaux (référents culturels, responsables de communication, médecins, infirmiers, cadres de santé, etc.).
- §34 La première étape de ce projet a consisté à en définir les fondamentaux, notamment sur un plan financier et humain, mais aussi juridique. Très vite, je me suis rendu compte que je me trouvais à l’endroit exact où convergeaient mes contradictions (je suis avocat et écrivain ; j’explique parfois que je suis dans la maîtrise lorsque je suis avocat, et dans l’abandon lorsque je suis écrivain). Jamais je ne m’étais senti autant à l’intersection de ces deux identités. Je me souviens en particulier d’une réunion à laquelle assistaient la direction juridique de l’AP-HP, la direction de la communication, le centre intermédiathèque et le pôle Culture et bien-être.
- §35 J’avais l’impression d’avoir convoqué tout ce beau monde pour un jeu qu’ils prenaient au sérieux (je voulais qu’on joue à la marelle ; ils voulaient qu’on parle contrat). Ils envisageaient des situations ubuesques comme seuls les juristes peuvent les imaginer : « Mais que se passera-t-il si un collégien publie, sans l’autorisation du patient, le récit d’adolescence de ce dernier ? » « Et si les carnets brûlent, qui sera responsable ? »
- §36 J’ai pris la parole ; je sentais qu’il fallait que je me positionne en avocat pour que ce projet ne soit pas enterré dans un carton ou déformé à l’extrême par un tour de passe-passe juridique. J’ai expliqué que la question n’était pas tant de savoir si ce projet comportait ou non un risque (tout projet comporte un risque et je sais à quel point les juristes sont forts pour anticiper les catastrophes qui pourraient survenir). Ce qui compte, c’est de gérer ce risque.
- §37 En pratique, l’hypothèse d’un récit de patient publié sans son accord par un collégien ou un lycéen me semblait peu probable, et les risques encourus relativement peu graves.
- §38 En tout état de cause, je proposais d’être le seul responsable si cela survenait (je pressentais en effet que personne d’autre n’accepterait de prendre ce risque : il me semblait qu’il existait une règle implicite selon laquelle chaque agent de l’AP-HP devait veiller à ne pas faire prendre de risque à l’institution.

Si tel était le cas, cette règle avait paradoxalement pour effet de créer du mal-être auprès des patients, ou plus exactement avait potentiellement pour effet de les priver de la possibilité de projets susceptibles de générer du bien-être).

- §39 Même si j'acceptais de porter ce risque, je voyais bien que je n'étais pas totalement pris au sérieux en tant qu'avocat : j'étais assis à cette table en ma qualité d'écrivain, ce qui me privait symboliquement de mon autre casquette (de ma robe). Des détails auxquels je n'étais pas habitué (un ton, un sourire, etc.) témoignaient que je n'étais pas crédible lorsque je parlais droit.
- §40 Il fallait que je manœuvre de manière plus ou moins habile, car je voulais tout à la fois être pris au sérieux en tant qu'écrivain et en tant qu'avocat. C'était mon identité qui était en jeu. L'œuvre se jouait en partie autour de cette table de réunion. Nous étions sur scène et j'étais le seul à m'en rendre compte.
- §41 Un point juridique qui me semblait important (pour lequel je me suis battu, au point de ralentir de quelques semaines le projet) concernait les autorisations qui allaient être signées par les patients. Je comprenais que l'institution souhaite faire signer des demandes d'autorisation aux participants. Néanmoins, cela bousculait mes habitudes. Paradoxalement, je ne fais jamais rien signer lorsque je mets en place mes projets d'écriture collaborative. J'ai le sentiment que ces documents juridiques, à la terminologie parfois obscure, ne jouent pas leur rôle premier : informer l'interlocuteur sur ce que nous envisageons vraiment de faire. En outre, je ne sais jamais ce que je vais faire des textes, images ou autres créations produits à la suite d'un dispositif d'autobiographie collective. Dès lors, il me semble plus sain de n'avoir aucun droit, de n'avoir aucune autorisation, et au fur et à mesure de mes envies, de mes idées, d'interroger celles et ceux qui sont concernés, même si cela prend parfois plus de temps (et m'expose au risque de ne pas obtenir leur blanc-seing).
- §42 À l'AP-HP, je comprenais que je ne pourrais pas fonctionner ainsi. Il fallait que j'accepte que des demandes d'autorisation soient transmises aux patients. Encore fallait-il s'entendre sur le contenu de ces autorisations.
- §43 Or, le contenu du modèle qui m'était soumis me posait deux problèmes : d'une part, je ne le trouvais pas suffisamment clair pour un non-juriste (je voulais le simplifier même si, à la marge, on pouvait perdre telle ou telle précision – qui ne me semblait pas avoir un intérêt juridique substantiel) ; d'autre part, je souhaitais supprimer de la demande d'autorisation la possibilité qui m'était offerte d'utiliser des textes écrits par des patients pour les intégrer dans un de mes romans. De manière un peu irrationnelle (je ne savais pas si j'étais guidé par le bon sens, par l'éthique, par la morale, par une forme d'hystérie, par un goût de la performance juridique), je souhaitais ne pas bénéficier de ce privilège. En gros, je voulais être obligé, si je décidais de publier dans un de mes romans un extrait de texte d'un patient, de devoir retrousser mes manches (devoir retrouver ce patient pour obtenir, le cas échéant, son autorisation).

- §44 Par ailleurs (et de manière plus pragmatique), je savais que dans certains services de gériatrie (dans lesquels il fallait obtenir la signature d'un tuteur), les patients ne participeraient pas au projet si un usage *commercial* de leurs textes était envisagé (par exemple si un de ces textes était intégré à un livre payant).
- §45 Je me suis donc battu pour supprimer cette clause, qui était paradoxalement à mon avantage (je sentais que je commençais à agacer la direction juridique). Finalement, on a accédé à ma demande : les documents contractuels présentés aux patients ne m'autoriseraient pas à publier un de leurs textes sur un support payant ; leur usage ne pourrait donc être fait que dans un cadre gratuit (par exemple sur Internet).
- §46 L'architecture du projet ayant été posée sur le papier (sur un contrat), il a fallu passer à la deuxième étape : prendre rendez-vous dans les différents hôpitaux. Dans chaque établissement, un « ambassadeur » avait été trouvé (généralement le responsable de la médiathèque ou le référent culturel ou le responsable de la communication). Cet « ambassadeur » sondait dans son établissement un ou plusieurs services intéressés et montait une réunion avec une dizaine de personnes pour que je puisse leur présenter mon projet.
- §47 Compte tenu de la diversité des hôpitaux, les problématiques étaient relativement diverses selon les services. (Comment faire participer des patients qui n'ont pas l'usage de leurs mains ? de leur tête ? Comment présenter le projet à des patients en fin de vie ? à des patients souffrant de problèmes psychiatriques ? Fallait-il faire participer des enfants ? des adolescents ?)
- §48 À la suite de chaque réunion, « l'ambassadeur » se chargeait de comptabiliser le nombre de carnets dont il pourrait avoir besoin (l'idée n'était pas de balancer au hasard 1000 carnets dans les 37 hôpitaux, mais d'identifier précisément, service par service, les commandes).
- §49 Ces réunions préparatoires étaient extrêmement jubilatoires. Elles me permettaient de rencontrer des hommes et des femmes passionnants ; j'avais de vrais coups de cœur pour certains médecins, bibliothécaires, infirmiers, aides-soignants, etc.
- §50 L'accueil n'était pourtant pas toujours chaleureux.
- §51 En simplifiant, il y avait ceux qui étaient acquis à mon projet et ceux qui le trouvaient suspect.
- §52 Je me souviens d'un hôpital en banlieue : une femme me demandait avec un air sévère les « garanties thérapeutiques » que je pouvais apporter. « Aucune. » Je sentais que ma réponse choquait. La choquait. « Donc si un patient pète les plombs après avoir écrit sur son adolescence, vous n'avez pas de plan B ? Ce sera à nous de gérer le problème ?
— Oui. »
- §53 Sa colère froide me poussait à répondre de manière miniature, sans émotion ; je ne voulais pas entrer sur son terrain.

- §54 Un vieux monsieur, un médecin, a alors pris la parole ; il a expliqué : « C'est tout le débat : ce type de projet est-il avant tout culturel ou thérapeutique ? Selon moi, il est culturel ; on ne peut pas l'encadrer comme un projet thérapeutique. Soit on y croit, soit on n'y croit pas ; moi, j'y crois. »
- §55 Je n'ai jamais eu l'occasion de remercier ce vieux monsieur ; je ne me souviens pas de son nom. Je sais juste qu'il m'a fait un bien fou à cet instant.
- §56 Je ne dis pas que toutes les réserves qui étaient faites sur mon projet me hérissaient. Au contraire. Mais j'identifiais assez facilement ceux qui voulaient me mettre des bâtons dans les roues (je me souviens d'une femme qui m'avait dit de manière péremptoire : « Votre projet n'est pas éthique ! ») et ceux qui pensaient que ce projet était positif, qui ne remettaient pas en cause ma bienveillance, qui cherchaient simplement à améliorer le dispositif (dans un service d'addictologie, un médecin avait des réflexions très fines : il disait par exemple qu'il ne fallait pas, devant des patients souffrant de graphomanie, mettre en avant l'existence des 1000 carnets ; il disait également que pour certains patients, il n'était pas opportun de les laisser communiquer avec moi, de leur transmettre mon adresse électronique, car ils pourraient être tentés de me manipuler, pour modifier leur protocole de soins). Toutes ces réflexions me semblaient pertinentes. Ils étaient médecins, ils connaissaient leurs patients, je n'avais aucune raison de ne pas prendre au sérieux leurs réserves.
- §57 Certains trouvaient mon projet trop ambitieux : pourquoi ne pas le limiter à quelques dizaines de patients ? « Parce que ce serait symboliquement moins intéressant. »
- §58 Je sentais le malentendu avec mes interlocuteurs : ils étaient dans un esprit « projet » (« Si on n'arrive pas à faire écrire 1000 patients, ce sera un échec ») ; j'étais dans un esprit « laboratoire » (« Ce qui compte, ce n'est pas tant de réussir à faire écrire 1000 patients que de mettre en place ce dispositif, et ce, pour voir ce qui va se passer »).
- §59 En tout état de cause, 1000 carnets, 1000 patients, c'était finalement une goutte d'eau au sein de l'énorme ville (pays ?) que constitue l'AP-HP : aujourd'hui encore, je suis incapable de donner le nombre exact d'hôpitaux que cette institution comporte (on m'avait annoncé le chiffre de 37, j'en ai vite compté 42, et à l'heure où j'écris cet article – l'été 2015 –, le site de l'AP-HP annonce parfois qu'il y a 38 hôpitaux, parfois 39 ; il y a quelque chose de romanesque à imaginer qu'un écrivain souhaite compter les hôpitaux et qu'il se rende compte qu'il en manque ou qu'il y en a en trop).
- §60 En simplifiant, on peut dire qu'il y a une quarantaine d'hôpitaux à l'AP-HP, que 100 000 personnes y travaillent, et qu'un million de patients y sont reçus chaque année.
- §61 Ces chiffres me donnaient le vertige (un double vertige) : faire écrire 1000 patients, cela semblait énorme ; toucher 0,1 % des patients annuels, cela semblait ridicule, ou tout au moins anecdotique.

- §62 Mon projet se situait sur un plan symbolique ; en ce sens, il n'était pas sérieux, du moins pas rationnel, mais autour de moi ce projet était pris au sérieux. J'aimais (je trouvais romanesque) d'être toujours à la frontière entre le jeu et la démarche professionnelle, entre la farce poétique et le projet institutionnel.
- §63 Je me laissais porter par la machine, les yeux fermés pour voir jusqu'où elle me mènerait. Et je les ouvrais dès que je sentais que la machine voulait m'enterrer, me mettre sur le coin de la route. J'étais écrivain, un grain de sable au creux de la machine.
- §64 Dernière remarque sur cette phase préparatoire : en décembre 2014, un de mes amis, qui s'intéresse au marketing, m'avait donné un conseil : « Tu devrais faire remplir un questionnaire aux patients ; si à la fin de ton projet, tu es capable de dire que x% des patients trouvent que cette expérience est positive, cette information intéressera les journalistes, et ils parleront plus facilement de cette initiative. »
- §65 Pour chacun de mes projets, j'aime suivre les pistes qu'on me propose ; j'aime que le réel intègre l'autobiographie collective. J'aime agir comme dans un jeu, de manière mi-sérieuse (ce serait utile que des journalistes s'intéressent à mon projet) et de manière mi-ludique (j'intègre la communication comme un enfant qui s'emparerait d'un arc pour jouer aux cow-boys et aux Indiens).
- §66 Une fois qu'un dispositif d'autobiographie collective est lancé, je suis attentif à toutes les propositions qu'on me fait, j'essaye de les attraper, je sais que je n'aurais pas le temps de toutes les exploiter, ce n'est pas grave, ce sont comme des balles en mousse qui sont projetées vers moi, j'essaye d'en attraper le plus possible, et une fois que je les ai attrapées, j'essaye d'en abandonner le moins possible, je les envoie à d'autres interlocuteurs et avec un peu de chance certaines balles (pourquoi celles-ci ? pourquoi pas d'autres ?) seront mises en avant lors de la clôture du projet.
- §67 C'est ce qui s'est passé avec cette idée de questionnaire. D'un côté, j'en ai parlé à Isabelle Blondiaux (psychiatre et auteure, qui m'avait été présentée par René de Ceccatty lorsque j'écrivais *La maternité* ; à l'époque, Isabelle m'avait fait lire un de ses mémoires, *La littérature peut-elle soigner ?* Avec son autorisation, j'avais intégré à mon manuscrit certains extraits de ce mémoire – des extraits qui ne permettaient pas d'en comprendre le sens, mais que je trouvais jolis, sur un plan littéraire, comme le ferait un artiste lorsqu'il réalise un collage).
- §68 Isabelle a accepté de m'aider (« de manière littéraire », disait-elle) à mettre en place un questionnaire relativement simple, sans prétention scientifique (nous ne disposions ni d'un budget ni d'un emploi du temps qui l'auraient permis).
- §69 En parallèle, le pôle Culture et bien-être m'a expliqué que cela faisait partie de l'ADN de leur mission d'analyser la portée des dispositifs culturels mis en place.
- §70 En gros, tout le monde était intéressé, pour des raisons différentes, à intégrer, de manière accessoire, ce questionnaire au dispositif.

- §71 Les questions posées (grâce à l'aide précieuse d'Isabelle) étaient les suivantes :
- 1) *Écrire sur mon adolescence :*
 - *m'a donné du plaisir ? (Oui / Non / Ne sais pas) ;*
 - *a ravivé des moments heureux ? (Oui / Non / Ne sais pas) ;*
 - *a ravivé des moments malheureux ? (Oui / Non / Ne sais pas).*
 - 2) *Cette expérience d'écriture est globalement :*
 - *très positive ;*
 - *positive ;*
 - *neutre ;*
 - *négative ;*
 - *très négative.*
- §72 Les patients pouvaient par ailleurs mentionner leur sexe, leur âge, leur profession et laisser des commentaires libres.
- §73 Cette (longue) phase préparatoire terminée, les premières enveloppes ont pu être distribuées aux patients ; chaque enveloppe comportait un carnet, un stylo, une notice explicative, un questionnaire et une demande de consentement.
- §74 Dans les mois qui ont suivi, diverses histoires humaines ont surgi, non seulement dans les récits qui nous étaient retournés (une patiente raconte qu'à l'adolescence, elle s'est mêlée à la foule qui insultait une femme tondue ; elle a senti une main se poser sur son épaule, c'était son ancienne institutrice : soudain, elle a eu honte), mais également dans la manière dont les uns et les autres s'emparaient du dispositif (une femme m'a envoyé un courriel pour m'expliquer qu'elle n'avait plus l'usage de ses bras ; elle me demandait l'autorisation d'écrire son adolescence sur son ordinateur et non sur un carnet / dans un service de médecine nucléaire, on s'interrogerait sur la radioactivité des carnets que certains patients toucheraient, et sur le risque de les transmettre à des collégiens / dans un service du sud de la France, accueillant des adolescents souffrant d'« obésité morbide », je découvrais des adolescents pleins de vie, qui m'ont applaudi lorsqu'ils ont compris que j'avais fait un aller-retour en train dans la journée pour eux ; j'en avais les larmes aux yeux / dans un service de soins palliatifs, un garçon de 20 ans avait mis son carnet au-dessus de son lit. Il est décédé quelques jours plus tard ; son carnet était vide).
- §75 Il y avait des centaines d'histoires, d'anecdotes, d'histoire dans l'histoire, qui me bouleversaient.
- §76 À compter de mai 2014, nous avons commencé à organiser des lectures musicales à partir des récits d'adolescence reçus (pendant trente minutes, devant des patients, des soignants, des visiteurs extérieurs, on lisait quelques textes de patients ; entre chaque texte, un chanteur ou un musicien intervenait : un pianiste, une harpiste, le chanteur Joseph d'Anvers). Le comédien Manuel Blanc intervenait également régulièrement.
- §77 Le réalisateur Christophe Béguin a décidé de faire un film entre des patients souffrant de la drépanocytose, la « maladie de la douleur » (« Ce service est celui qui consomme le plus de morphine de tout l'hôpital », m'avait-on dit) et

des élèves d'un collège du Pré-Saint-Gervais, à qui des carnets de patients avaient été confiés.

- §78 En octobre 2014, j'ai été invité à l'Université de Montréal pour présenter ce projet dans le cadre d'un colloque sur *Langage du souci et éthique du care dans les textes et les arts contemporains*.
- §79 Cette invitation m'a obligé à synthétiser (de manière non littéraire) ce que je pouvais dire de cette expérience. J'avais quelques chiffres : sur les 1000 carnets Clairefontaine, environ 95 % avaient été commandés dans les différents services ; parmi les carnets commandés, presque 50 % avaient effectivement été distribués (450) ; parmi les carnets distribués, presque 50 % avaient été rendus par les patients (220) ; parmi les carnets rendus, 50 % comportaient un questionnaire rempli (110).
- §80 Ces chiffres, que certains considéraient comme décevants, apportaient selon moi des informations précieuses : si seule la moitié des carnets avaient été confiés à des patients, c'est parce que cette distribution s'avérait plus compliquée que prévu (il fallait, pour chaque patient, passer de quinze minutes à une heure pour lui expliquer le dispositif) ; si seule la moitié des carnets confiés à des patients nous étaient revenus, c'est parce que beaucoup ne voulaient pas s'en séparer (dimension qui, selon moi, faisait partie du dispositif).
- §81 En tout, nous avons donc pu analyser un peu plus de 100 questionnaires. Nous y apprenons que la grande majorité des patients (86 %) trouvent que cette expérience est globalement positive, mais que plus de la moitié (52 %) estiment qu'écrire sur leur adolescence leur a fait revivre une expérience douloureuse (preuve que cet exercice n'est pas anodin).
- §82 Indépendamment de ces chiffres, voici les conclusions (subjectives, parcellaires) que j'ai pu présenter à l'Université de Montréal.
- §83 J'y ai évoqué la lecture et l'écriture (mon expérience à l'AP-HP ne portait pas réellement sur la lecture, même si, par le biais de concerts littéraires et de lectures que je faisais, cet aspect m'intéressait aussi).
- §84 Ainsi, j'avais été frappé par une expérience dans un hôpital, qui recevait notamment des patients souffrant d'une maladie dégénérative ; j'y avais animé un atelier d'écriture. À la fin de cet atelier, un des participants m'avait expliqué qu'il adorait écrire et qu'il avait auto-édité son autobiographie. Ce participant était un homme d'une soixantaine d'années, bon vivant, riant facilement (il avait encore l'usage des muscles de son visage et de ceux d'un de ses doigts, lequel lui permettait d'écrire avec un clavier).
- §85 J'ai proposé de lire devant les autres le passage de son autobiographie qui concernait son adolescence ; il a accepté. Pendant ma lecture, il a fondu en larmes. Un peu plus tard, il m'a expliqué : « Depuis quarante ans, je rêve d'entendre un de mes textes, lu à haute voix ; personne ne m'avait jamais fait ce cadeau. »

- §86 J'ai interrogé une animatrice de l'hôpital; je lui ai demandé pourquoi elle n'avait jamais lu, devant les autres, un des textes de cet homme: « Parce que je n'ai jamais osé. »
- §87 Dans l'écriture autobiographique, il y a, d'un côté, une dimension intime qui apporte une charge émotionnelle (laquelle constitue, selon moi, une richesse); et de l'autre, la peur du risque que cette charge émotionnelle pourrait générer.
- §88 Face à ces deux dimensions, il y a deux attitudes possibles. Stimuler cette charge émotionnelle ou, au contraire, ne pas prendre le risque de la réveiller.
- §89 À l'Université de Montréal, j'ai également évoqué ma lecture du *Journal de deuil* de Roland Barthes. Si ce livre m'a fait autant de bien après la mort de ma mère, ce n'est pas simplement grâce à ses qualités littéraires, mais aussi parce qu'il fait partie de ces livres au sein desquels on se sent « chez soi » (un peu comme dans un appartement dont on se sentirait autorisé à bouger les meubles).
- §90 Ces livres intimes produisent, selon moi, un effet de « littérature augmentée »: ce qui est lu, ce n'est pas simplement les phrases écrites par l'auteur, mais également tout ce que le livre génère en plus, grâce au lecteur.
- §91 Ces œuvres agissent probablement comme des médicaments (ils ne sont efficaces que s'ils sont consommés en bonne quantité, au bon moment, et par le bon lecteur).
- §92 Le deuxième volet de mon intervention à l'Université du Montréal portait sur l'influence de l'écriture sur le bien-être.
- §93 Selon moi, et de manière synthétique, l'autobiographie collective a d'abord un effet libérateur: elle aide à rendre légitime l'acte d'écriture. En outre, elle renforce l'ego de celles et ceux qui y participent (beaucoup de patients m'ont spontanément indiqué qu'écrire à propos de leur adolescence avait renforcé leur confiance en soi).
- §94 Je crois que l'autobiographie collective produit en outre quatre effets « *kiss cool* »: un effet thérapeutique, un effet papillon, un effet magique et un effet politique.
- §95 L'effet thérapeutique de l'écriture a été démontré par certaines études (par exemple, j'ai lu que des prises de sang avaient été pratiquées auprès de certains participants, pour analyser les modifications biologiques générées par l'acte d'écriture).
- §96 L'autobiographie collective génère également un « effet papillon »: chez certains, elle stimule l'imagination pour trouver des prolongements à tel ou tel dispositif (par exemple, un architecte a proposé de poursuivre le projet mis en place à l'AP-HP, en intégrant le carnet d'un patient dans un de ses bâtiments). De même, une expérience a été menée auprès d'étudiants en arts plastiques: je leur ai distribué des carnets dans lesquels un récit d'adolescence avait été écrit. Ils avaient pour mission de lire ce récit, puis d'écrire à leur tour un texte à propos de leur adolescence. Dans la majorité des cas, j'ai constaté que les

étudiants ayant lu un texte intime avaient écrit un texte intime (au contraire, ceux ayant lu un texte banal avaient écrit un texte banal). J'en déduis (mais cela mériterait d'être vérifié) que le niveau d'intimité d'un texte autobiographique dépend moins de l'auteur qui l'écrit que de la nature du texte, qui aura été lu en amont.

- §97 L'autobiographie collective peut aussi produire un « effet magique ». Elle invite en effet à être attentif à un certain nombre de coïncidences (par exemple, au moment où j'orchestrais le tour du monde en 80 jours d'un de mes journaux intimes – ayant une couverture rouge –, j'ai découvert qu'un court-métrage, dont le titre est *Le carnet rouge*, avait été réalisé par... Mathieu Simonet, mon homonyme).
- §98 Enfin, il me semble que l'autobiographie collective peut avoir un effet politique. Elle permet (parce qu'elle dispose d'un « enjeu paradoxal » : une absence d'enjeu et un enjeu symbolique fort) de mobiliser autrement des individus et de produire des changements réels (et aléatoires) sur leur manière de travailler (par exemple, 200 salariés de l'AP-HP, de services et d'hôpitaux différents, se sont mobilisés bénévolement sur mon projet : cette interaction a généré diverses synergies).
- §99 Aujourd'hui, ce projet est officiellement terminé. Il dispose d'un site Internet : www.carnet37.com. Je cherche à le poursuivre en constituant un groupe de travail pluridisciplinaire (qui pourrait regrouper des artistes, des universitaires, des médecins, des économistes, etc.). L'ambition de ce groupe serait d'approfondir et de vulgariser l'effet de l'écriture sur le bien-être.
- §100 En attendant, je viens de terminer mon prochain roman, *Barbe rose*, un livre sur mon père, l'homme qui m'a notamment appris à écrire.

NOTICE BIOBIBLIOGRAPHIQUE

Mathieu Simonet est avocat et écrivain. Il est le cofondateur de l'agence GIBRALTAR, qui utilise les ressources de la créativité pour améliorer la performance des entreprises. Il est notamment l'auteur de trois romans autobiographiques publiés au Seuil (*Les carnets blancs*, 2010, *La maternité*, 2012, et *Barbe rose*, 2016). Il a coordonné le dossier consacré à l'écriture de soi pour *Le magazine littéraire* (avril 2013). Mathieu Simonet est vice-président de la Société des gens de lettres (SGDL), chargé des affaires juridiques. Il a été membre de la commission plénière de l'aide avant réalisation des films de court-métrage du Centre national du cinéma (CNC). En 2017, il a été artiste-chercheur associé aux Ateliers Médecis et a réalisé son premier documentaire (*Anne-Sarah K.*), consacré à son amie d'enfance à qui il a conseillé d'écrire un livre au moment où elle perdait la vue.

POUR CITER CET ARTICLE :

Mathieu Simonet (2018), « L'écriture-médicament. Document », dans *temps zéro*, n° 12 [en ligne]. URL : <http://tempszero.contemporain.info/document1604> [Site consulté le 8 avril 2018].

RÉSUMÉ

Depuis plus de quinze ans, l'avocat et écrivain Mathieu Simonet organise des dispositifs d'« autobiographie collective ». Il plaide pour une « littérature horizontale », dans laquelle tout le monde aurait sa place, où tout le monde aurait la légitimité d'écrire, un peu comme dans une boîte de nuit où tout le monde aurait le droit de danser. Il a par exemple proposé à 1000 patients de 37 hôpitaux de raconter leur adolescence dans des carnets, qui ont ensuite été confiés à des collégiens et des lycéens. À cette occasion, il s'est notamment intéressé à l'incidence de l'écriture sur le bien-être. Quelle est l'origine de ces dispositifs ? Quels sont leurs effets ? Comment aller plus loin ?

For more than 15 years, Mathieu Simonet has been organizing “collective autobiography” platforms. He champions a “horizontal literature”, a literature in which everyone would have their place, where everyone would have merit to write, as in a dance club where everyone has the right to dance. For instance, he asked a thousand patients from thirty-seven hospitals to write about their youth in notebooks, which were then entrusted to middle and high school children. In this case, he studied the impact of the writings on well-being. What are the origins of such platforms? What are the results? And, how can this approach be pursued further?