

La machine à écrire

Plus de 30 propositions et exercices pour progresser

La poésie,
la liberté de réinventer la langue

Écrire juste pour soi
avec Régine Detambel

« Mon écriture doit se nourrir d'une vie quotidienne à hauteur d'homme. »
Alexandre Lacroix

Écrire au rythme du vers libre

La scène poétique, plus vivante que jamais ?



se lancer • s'amuser • progresser • s'inspirer

Le feu

Pour une écriture "ultra-vivante"

PAR EMMANUELLE JAY

Art-thérapeute et psychanalyste, EMMANUELLE JAY est spécialiste de l'écriture créative et thérapeutique. Elle a publié *Ateliers d'écriture créative* (Éditions Pyramyd) et *L'Écriture thérapeutique* (Érès éditions). Pour la suivre sur Instagram @_emmanuellejay_

De 1938 à 1948, Gaston Bachelard consacre une série d'ouvrages philosophiques aux quatre éléments : la terre, l'eau, le feu et l'air.

En relisant ces méditations littéraires et psychanalytiques, j'ai eu envie de m'emparer à mon tour de ces symboles millénaires pour questionner la pratique de l'écriture.

La série *Écrire avec les éléments* explore quatre dimensions de l'écriture créative à travers les éléments naturels pour mettre en lumière les facettes les plus essentielles du geste d'écrire : l'ancrage (la terre), la fluidité (l'eau), l'intensité (le feu) et le souffle (l'air).

Allongée sur le canapé, je lis *La Psychanalyse du feu* de Gaston Bachelard. Mes yeux s'arrêtent sur une phrase courte qui m'uppercute : « *Le feu est l'ultra-vivant.* » Je repense à toutes les fois où j'ai eu l'impression de me consumer par passion, de m'embraser par enthousiasme, de crépiter de plaisir. Si je m'intéresse à la création – et donc à l'écriture comme acte de création –, le feu s'impose aussi. L'élan créatif peut naître d'une étincelle pour devenir tout feu tout flamme : écriture frénétique. La création littéraire ressemble à la foudre – frustration, coupe radicale dans un texte – ou aux braises lorsque l'on reprend d'anciens écrits extraits sous les cendres. Écrire avec le feu, c'est donc écrire depuis ces points d'incandescence. Les mots ne viennent pas seulement de la réflexion, mais d'un engagement plus profond – émotion, désir, colère, joie, urgence à dire : autant de petits feux intérieurs qu'il faut entretenir.

La double nature du feu : passion et discipline

Le feu fascine parce qu'il est double. Il réchauffe et il brûle, il nourrit et il détruit. Cette ambivalence traverse aussi le processus de création littéraire. La passion tout d'abord est ce qui met le texte en mouvement. Elle nous entraîne parfois

jusqu'à l'excès, consommant l'écriture qui devient confuse ou débordante. À l'inverse, la discipline agit comme un foyer contenu. Elle canalise la flamme, lui donne un rythme, la maintient en haleine. En nous imposant un cadre, une régularité, une attention patiente au texte, nous nourrissons le feu de la cheminée créative. Écrire avec le feu, c'est donc apprendre à tenir ensemble deux forces contraires : nourrir l'intensité sans la laisser tout ravager, entretenir la flamme sans la laisser s'éteindre.

Écrire en étoile : le centre et les éclats

Poursuivant ma lecture de *La Psychanalyse du feu*, je suis interpellée par cette image : « *La rêverie travaille en étoile. Elle revient à son centre pour lancer de nouveaux rayons.* » Écrire en étoile, c'est accepter que l'écriture ne progresse pas toujours en ligne droite. Le feu invite à une pensée rayonnante faite d'élan successifs, d'éclats, puis de retours. C'est autour d'un centre que le texte s'organise, non par accumulation, mais par irradiation. Chaque phrase peut alors devenir un rayon, une tentative, une exploration. Et plus l'écrivain·e revient à sa source première, plus les éclats peuvent se multiplier sans que le texte se disloque. Écrire en étoile, c'est cultiver une flamme centrale autour de laquelle les mots peuvent graviter sans jamais perdre leur chaleur ni leur nécessité.

La primauté du rêve

Pour Bachelard, rêver devant le feu n'est pas s'éloigner du réel, mais entrer dans une relation plus vive avec lui. Que se passe-t-il si l'on contemple une première version de son texte comme on se délecterait devant un feu ? On ne cherche pas d'abord à corriger, à analyser, à juger. On regarde, on laisse venir les images et les résonances. Le texte devient un foyer de rêverie : certaines phrases attirent le regard, d'autres vacillent, d'autres encore menacent de s'éteindre ou crépitent d'une énergie inattendue. En accordant cette place à la contemplation, l'écrivain·e accepte de ne pas tout comprendre immédiatement. Le rêve précède la maîtrise, il permet de ressentir le texte avant de le travailler.

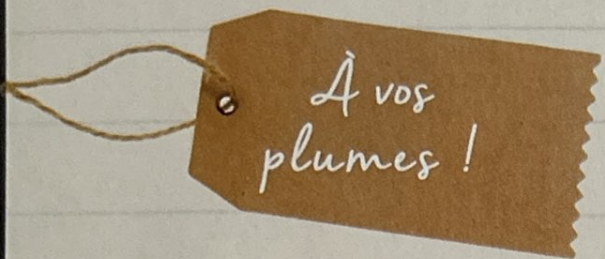
Régénérer son écriture

Une dernière phrase de *La Psychanalyse du feu* me sort de ma lecture : « *Par le feu, tout change. Quand on veut que tout change, on appelle le feu.* » Régénérer son écriture, ce n'est pas repartir de zéro ni brûler ce qui a été écrit. C'est reconnaître que toute création est un passage qui conduit à la transformation.

DES PISTES POUR ENFLAMMER VOTRE ÉCRITURE

Préparez-vous à écrire dans la position que vous préférez. Fermez un instant les yeux. Imaginez une flamme - petite et rayonnante. Sentez sa chaleur. Visualisez des mots autour de la flamme puis écrivez-les sur votre feuille. Nourrissez-les d'autres mots en tissant une arborescence. N'en éteignez aucun. Laissez le feu de mots monter.

- **Hana-bi** : en japonais, *hana-bi* signifie "feu d'artifice"
- littéralement *fleurs de feu*. Écrivez par éclats brefs sans chercher la continuité : une phrase, une image, une impression sensible. Entre chaque fragment, laissez des blancs, changez de couleur, déjouez les lignes. Composez un texte-livre avec des mots qui éclatent comme dans un feu d'artifice.
- **Attiser l'étincelle** : parcourez un texte que vous avez écrit. Trouvez la phrase la plus intense. Écrivez-la sur une nouvelle feuille et poursuivez l'écriture sans chercher à organiser votre pensée. Suivez le feu intérieur qui vous anime.
- **Les mots comme des allumettes** : choisissez des mots que vous aimez bien. Disons, une bonne dizaine. Associez-les par deux. Avec chaque paire de mots, commencez par frotter un mot contre l'autre. Que cela vous évoque-t-il ? "Chocolat" et "tendresse" qui s'entrechoquent m'évoque le goût d'un chocolat chaud sur les pistes de ski lorsque j'étais enfant.
- **Quand l'eau prend feu** : avec l'alcool, l'eau devient inflammable. Écrivez à partir de cette image paradoxale : une flamme invisible, des vapeurs qui montent, une chaleur qui surgit là où l'on attendait la fraîcheur. Laissez votre texte explorer les états troubles, les ambivalences, les métamorphoses. ☺



À vos
plumes !

ÉCRIRE AVEC LE FEU

C'est le moment pour vous d'expérimenter trois façons d'écrire en jouant avec le feu. Écoutez votre cœur, de quel bois se chauffe-t-il ? Laissez la flamme guider votre plume et vos mots produire des étincelles.

PAR EMMANUELLE JAY

Un peu d'introspection

Écrivez une lettre à votre feu intérieur. Adressez-vous directement à lui. Prenez de ses nouvelles, faites le point.

Une touche de créativité

Écoutez la chanson *Allumer le feu* de Johnny Hallyday. Fermez les yeux et notez quelques phrases à la volée. Si vous ne pouvez pas l'écouter, voici quelques fragments : *Sortir le loup de sa cage... Revenir à l'état sauvage... Battre le sang dans nos veines... Lâcher le lion dans l'arène.* Choisissez une phrase que vous avez relevée dans la chanson ou dans ces extraits et écrivez un court texte dont ce fragment sera le titre.

Une expérience à réaliser

Prenez une feuille blanche, une bougie et de quoi l'allumer. Passez la feuille au-dessus de la flamme, laissez le feu la lécher brièvement. Des traces apparaissent. Éteignez la bougie. Que racontent ces marques ? Un paysage brûlé, un souvenir ancien, une image qui vient de se former ? Écrivez à partir de ces empreintes. Laissez vos mots épouser le mouvement de la flamme, et l'encre entrer en dialogue avec le feu.