

n° 2 nouveau

Le magazine de l'écriture créative

octobre - novembre
décembre 2024

La machine à
écrire

La machine à écrire

Plus de
30 exercices
pratiques

Créer son cocon
d'écriture

Des échauffements
pour libérer
sa plume

CYRIL DION

Pour une résistance poétique

DOSSIER

Quand la nature
nous inspire

« Écrire, c'est sortir du chemin. »

Bérengère Cournut

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



ATELIER #1

PEINDRE AVEC LES MOTS

**EMMANUELLE
JAY**

Art-thérapeute et
psychanalyste, Emmanuelle
Jay est également spécialiste
de l'écriture créative et
thérapeutique, et autrice
d'*Ateliers d'écriture créative*,
éditions Pyramyd.
Pour la suivre sur Instagram :
[@_emmanuellejay_](#)

L'écriture a ce pouvoir de nous faire imaginer paysages, personnages et situations dans un frémissement qui émane à la lecture. Cette immersion, favorisée par les qualités esthétiques du récit, nourrit ce sentiment d'évasion que tout lecteur recherche : le temps s'arrête, les perceptions s'activent, la pensée s'emballa. C'est l'amour de la peinture qui m'a incitée à développer des outils stylistiques d'écriture afin que chacun et chacune puissent expérimenter les techniques du pinceau littéraire.

PAR EMMANUELLE JAY

« *Sable à perte de vue, entre les dernières collines et la mer – la mer – dans l'air froid d'un après-midi presque terminé, et béni par le vent qui souffle toujours au nord. La plage. Et la mer.* » Cet incipit du roman *Océan mer* d'Alessandro Baricco me donne l'impression d'être face à un tableau. J'ai toujours aimé flâner dans les musées. J'y ai longuement observé sentiments et émotions pourtant à peine visibles dans le face-à-face avec la toile. Sur le visage des spectateurs : sourires, moues de dégoût, décontraction ou tensions musculaires, mélancolie, surprise, admiration. J'y ai même consacré un court-métrage, *Dans les yeux de Mona Lisa*, inspiré du syndrome de Stendhal dans lequel j'observe à travers la caméra les expressions des visiteurs du musée du Louvre qui font face à La Joconde. « *Un tableau ne vit que par celui qui le regarde* », écrit Pablo Picasso. Et puis il y a eu cette expérience récente au musée des Beaux-Arts de Lille, dans une salle qui propose aux visiteurs de s'allonger devant une toile et, bercés par la musique, de se laisser transporter. Dans une situation comme celle-ci – qui me rappelle celle de la lecture –, le corps est immobilisé et détendu, c'est l'esprit qui entre en mouvement pour amorcer un voyage intérieur.

“Les mots sont comme des couleurs, en les associant nous les faisons vibrer singulièrement.”

Dans l'atelier du peintre-écrivain

Il faut tout d'abord s'imaginer dans l'atelier d'un peintre avant de confectionner son propre laboratoire d'écriture : un lieu propice aux expérimentations dans lequel on n'écrit pas forcément assis au bureau. Dans cet atelier du peintre-écrivain peuvent également se trouver : plusieurs carnets vierges aux différents formats, des stylos dont certains offrent des encres de couleur, un petit autel créé sur mesure pour convoquer l'inspiration. Il peut lui-même contenir parfums, collages, mantras, pages arrachées, mots d'encouragements... Il s'agit de faire de son bureau un véritable antre de l'écriture.

Des pots de peinture-mots

Les mots sont comme des couleurs, en les associant d'une certaine manière plutôt que d'une autre, nous les faisons vibrer singulièrement. Imaginons des pots de peintures-mots. Dans un bocal en verre sont placés des petits bouts de papier sur lesquels sont écrits des mots d'un vocabulaire spécifique : “mots doux à mon oreille”, “mots qui évoquent une saison”, “mots rares”, “nuances de bleu”, “liste de verbes”. Pour mettre en route l'écriture ou relancer les processus, il nous suffit de piocher... L'imagination, la mémoire, la libre association feront le reste.

La toile d'écriture

Nous allons maintenant envisager la feuille blanche, sans lignage, comme une toile prête à être peinte. Écrire sur du papier non ligné, choisir sa police lorsque l'on travaille sur ordinateur sont des petits détails à ne pas négliger. La structure graphique du texte fait partie de la création littéraire, elle offre un espace de jeu et de liberté nouvelle.

DES PISTES POUR EXPLORER L'ÉCRITURE PICTURALE

L'écriture picturale met l'accent sur l'esthétique du texte par le travail de la couleur, de la texture des mots (sonorité, rythme et connotation) et celui de leurs agencements dans l'espace de la feuille. Pour vous lancer, voici quelques pistes :

- 1. Être attentif à la façon de nommer les couleurs.** De nombreux poètes contemporains ont revisité le nuancier pour en proposer une version poétique et personnelle : *Antidictionnaire des couleurs* de Pierre Mabillet, *Couleurs primitives* de Jeanne Cherhal. Consulter un nuancier avant d'écrire permet de redécouvrir et d'utiliser les noms les moins connus des couleurs (azur, charbon, glaise, amarante, vénitien, tourterelle, etc.). Chaque couleur ouvre également une fenêtre sur l'imaginaire.
- 2. Donner de la voix pour trouver le bon rythme.** La musicalité du texte contribue à la sensation picturale. Se relire à haute voix aide à développer une autre sensibilité. Écrire à l'oreille, affiner le phrasé, jouer avec les sonorités tels un chanteur, un slammeur ou un rappeur produit échos et résonances chez le lecteur.
- 3. Explorer la texture sensorielle des mots.** Il y a les mots doux, les mots rugueux, les mots sensibles, les mots costauds. Il y a les mots que l'on aime et ceux que l'on aime moins. Et puis, il y a les mots qui nous manquent... et qui nous poussent à dire autrement. Faire des listes de mots s'apparente au travail de l'esquisse des peintres.
- 4. Utiliser des mots à connotation.** Au Japon, les kigo sont des mots qui évoquent l'idée d'une saison. Fraises pour l'été, châtaignes pour l'automne, givre pour l'hiver, etc. Ils sont utilisés dans les haïkus. Selon le type de récit, la connotation recherchée peut être différente : mots qui évoquent l'épouvante, la tendresse, l'enfance... Une nouvelle manière d'aborder le champ lexical.
- 5. Ne jamais faire fi de la structure visuelle sur la page.** S'autoriser à écrire au gré de l'inspiration, ou encore expérimenter l'écriture en suivant des formes : la spirale, les vagues, etc.

QUAND LA PLUME SE FAIT PINCEAU

Offrez-vous un temps pour écrire, découvrir votre style et développer votre créativité. Ici, vous pouvez expérimenter l'écriture librement, écrire quelques lignes ou plus... si affinité. Les mots sont une matière malléable, l'écriture un terrain de jeu..

PAR : EMMANUELLE JAY



Flashez ce code
pour partager
vos écrits et réflexions
sur cet exercice

1 Un peu de stylistique

Voici quelques nuances de bleu : **Acier - Azur - Canard - Ciel - Givré - Céleste - Électrique - Indigo - Lavande - Marine - Paon - Nuit - Outremer - Paon - Pastel - Persan - Saphir - Pétrole - Roi - Turquoise.**

Un mot vous parle ? Choisissez-le et écrivez librement un texte ou un poème à partir de cette nuance.

2 Une touche de créativité

Voici un jeu créatif en deux temps. Premièrement, à l'aide d'un calque, tracez des motifs qui vous inspirent (vous pouvez tout simplement décalquer depuis un livre). Deuxièmement, écrivez des phrases ou des mots autour des motifs tracés. Le dessin et le texte doivent interagir.

3 Une expérience à réaliser

Je vous propose d'écrire en position allongée (de préférence sur le dos, votre ordinateur ou carnet posé sur vos genoux repliés). Après un court temps de méditation, laissez venir le texte. Il peut s'agir de notes, d'observations, d'explorations à partir d'une visualisation apparue pendant la méditation.