

Québec français



## Éloge de la distraction

Jacques Garneau

---

Number 91, Fall 1993

Littérature et folie

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/44515ac>

[See table of contents](#)

---

Publisher(s)

Les Publications Québec français

ISSN

0316-2052 (print)

1923-5119 (digital)

[Explore this journal](#)

---

Cite this article

Garneau, J. (1993). Éloge de la distraction. *Québec français*, (91), 79–82.

# ÉLOGE

par Jacques GARNEAU \*

## DE LA DISTRACTION

**L**

### le lecteur distrait

Aussi curieusement que cela puisse paraître, un lecteur attentif est souvent un lecteur distrait : en ce sens qu'il oublie la réalité environnante. La distraction peut se produire n'importe où, n'importe quand. Dans le métro, le lecteur déraile vers l'ailleurs. En autobus, une lectrice oublie de s'arrêter chez elle. Le lecteur est passé tout droit dans le livre ; la lectrice est en dehors du réel. D'ailleurs, ne dit-on pas qu'un livre est captivant, par le fait qu'il nous tient en captivité ? Les lecteurs font toujours du pouce avec le livre : ils s'embarquent pour aller ailleurs.

Cet état « d'absence » chez le lecteur attentif, on le retrouve chez tous les « imagineurs », qu'ils aient ou non des ailes pour s'envoler. Le prisonnier, par exemple, le vivra dans son rêve

éveillé. Le psychotique le trouvera dans son délire. C'est un moment d'oubli, parfois euphorisant, bien qu'il existe des cauchemars éveillés. On qualifie même certains lapsus de la langue écrite comme des erreurs de distraction.

De plus, la distraction est souvent perçue comme un moment privilégié de détente, de bien-être : un dérivatif, une diversion de l'esprit. La distraction nous donne un second souffle dans le dur métier de vivre ; elle est devenue ce qu'on appelle le « loisir » et dont notre civilisation actuelle voudrait bien se faire la marraine.

Dans ces rares moments de loisir que la vie nous réserve, certains se mettent à chanter, à siffler sans raison apparente. D'autres ont fait de la lecture, de l'écriture, le loisir du noble oubli. Mais, comme dit la chanson :

« L'oubli est un affreux voleur » et la raison a tôt fait de nous ramener les deux pieds sur le plancher des vacheries. La distraction nous permettra toujours de fuir notre insoutenable légèreté de l'être. Le distrait est un rêveur !

En effet, le rêve, de nuit comme de jour, s'apparente à la distraction en ce sens qu'il est un instant, plus ou moins prolongé, d'oubli et de détente naturelle hors de la réalité : le rêveur est un distrait.

### L'écriture malgré tout

J'anime des ateliers d'écriture depuis plus de 15 ans. Mais je voudrais m'attarder aujourd'hui à deux expériences assez singulières, qui ont abouti chacune à la publication d'un livre. Le premier est un livre de témoignages de détenus sur l'écriture carcérale. Il s'intitule *Écrire en prison*<sup>1</sup>. Le

second, publié en 1989, est un recueil de textes de psychotiques et il s'intitule *Écrire à la folie!*<sup>2</sup>. J'en ai au moins deux autres dans mes tiroirs, puisque, actuellement je travaille aussi avec des décrocheurs. Vous aurez donc compris que je vous parlerai de gens marginaux.

Je vous ferai grâce des circonstances particulières qui m'ont amené à aller animer des ateliers d'écriture avec les détenus, puis avec des psychotiques. Je vous dirai seulement que je n'ai jamais été interné ni en prison, ni en institution psychiatrique. Je vous ferai grâce également de mes peurs à l'approche de ces clientèles : cela relève du roman policier : peur de l'attentat, de l'émeute, d'une prise d'otage (j'ai su depuis que l'écrivain était une proie sans valeur !), peur de la violence carcérale, dans le premier cas. Peur de la crise de folie, de l'agression, peur de la folie elle-même, dans l'autre rencontre.

Mes préjugés, dans le deux cas, étaient tenaces. Les détenus, pour moi, étaient tous « des agressifs, des tueurs, des voleurs, des violeurs, des bandits ». En outre, l'autre expérience ne me sécurisait pas davantage. Le langage psychiatrique m'annonçait des « maniaque-dépressifs, des schizophrènes, des névrosés, des paranoïaques psychotiques ». Passons donc sur cette poétique du langage !

### Écrire en prison

Je voudrais d'abord vous situer le phénomène de l'écriture dans le contexte carcéral. Lorsque le détenu se retrouve en dedans, la vue, l'ouïe, l'odorat... les sens même perdent leurs... sens ! L'œil ne voit que des murs gris, sales ; la vue est obstruée par les fenêtres à barreaux, l'horizon se limite à la cour intérieure, aux cellules d'en face, aux gardiens habillés de kaki et aux autres prisonniers (chemise et pantalon vert foncé... vert

garage !). « Un garde rôde dans sa cage ronde, le museau de son canon pointé vers des hommes prisonniers d'hommes<sup>3</sup> ». L'œil est donc en panne, l'œil devient fou sans horizon visible. Les yeux sont paralysés, estropiés ; la prison rend presque aveugle, en tout cas, elle rapetisse le regard, ratatine la vue, bride la vision.

C'est aussi l'oreille qui se brise aux « bruits des bottes, des portes métalliques, électriques, exposant son tympan fluide aux blessures » (J. Lanctôt, *Affaires courantes*, 1982, p. 18). Sans parler de l'odeur de l'humidité dans « cet espace caverneux [ou] le fer cogne contre le fer... une cacophonie infernale s'élève, une musique macabre qui attaque les fondations même du corps et de l'esprit » (*Écrire en prison*, p. 13). Le temps et l'espace se mesure à la peine : ce qui ne donne pas même un sens à la quotidienneté de l'aube et du crépuscule.

Cette négation du corps, cette atrophie de l'espace, tous ces manques à voir, à sentir, à toucher, font partie de la « bouche d'ombre » (Victor Hugo). Et puis, il y a le silence, lancinant et pénible, le long et lent silence qui s'installe à travers les cris et le dressage.

Il y a donc deux choses essentielles à reconstruire à l'intérieur, de l'intérieur : détruire le temps et l'espace carcéral pour reconstruire le monde, son monde. Ceux qui n'y arrivent pas deviennent fous, se suicident ou tentent de s'évader. Or, l'évasion étant très risquée pour leur propre survie, les détenus doivent tuer le temps et l'espace interdit. Ils doivent s'évader autrement.

On serait porté à croire que la lecture et l'écriture, par la suite, deviendront la porte de salut, le seuil de l'évasion. Il n'en est rien ! (au début en tout cas). Ce que le détenu doit développer, le plus vite possible, c'est le rêve éveillé : ou, pour reprendre les mots du début de ce texte, développer

l'état de distraction. Comme le lecteur attentif en arrive à oublier la réalité environnante, le détenu doit faire éclater, dans sa tête, les murs de la prison qui l'étouffent. Car la solitude de la prison est aliénante. C'est la solitude du manque, de la privation, de la suppression, de l'absence, de l'insuffisance, de la restriction, de l'interdiction, de la frustration, de l'empêchement et de l'attente de quelque chose ou de quelqu'un.

En prison, il faut à tout prix meubler sa solitude, la remplir, occuper son temps : pour durer. C'est pourquoi le prisonnier doit s'occuper à faire (dans le sens de construire) de ses nombreux temps en cellule, une création qui lui sera personnelle : combler le silence et le vide. Le rêve éveillé permet d'assumer l'insupportable vide. Même dans l'inaction le détenu peut agir par la pensée et l'imagination. Le rêve éveillé, comme l'écriture d'ailleurs, permet une certaine présence des êtres et des choses. Il s'agit « d'écouter le rêve<sup>4</sup> ».

Avoir la tête dans les nuages, s'installer dans une perpétuelle songerie. Le rêve éveillé permet au détenu de passer du quotidien à l'imaginaire, dans les souvenirs, les images mentales, avec des personnages, d'une réalité certaine pour celui qui la vit. Ces représentations filmiques sont faites d'images, de mots, de visages, de personnes, d'objets, de paysages, de musiques, de parfums... Le rêve éveillé fait surgir aussi bien le passé (nos souvenirs) que l'avenir (nos espérances).

Le rêve éveillé permet donc de voyager dans le temps et dans l'espace. On n'est plus là, on est dans la lune, c'est un état de déconcentration de la réalité et d'ouverture aux visions intérieures. Voilà pour le contexte carcéral.



## Écrire à la folie

« Le délire, ce n'est pas la folie, écrivait Julien Bigras, le délire ça sert à se sortir de la folie <sup>5</sup> ».

Je m'interroge encore sur les ressemblances et les différences entre l'imagination exaltée des poètes, le rêve éveillé des prisonniers et le délire des psychotiques. Dans tous les cas, on peut remplacer le mot délire par l'écriture (de même pour le rêve éveillé) un seul mot peut les réunir : l'imaginaire. Voilà donc posés les termes d'une équation à plusieurs inconnues, dont la plus cachée est souvent soi-même. Délire/rêve éveillé/imaginaire. Vous aurez compris qu'il s'agit moins d'une « formation » que d'une pratique de soi-même. D'ailleurs tout lecteur attentif ne cache-t-il pas en lui-même un certain goût d'écrire ?

Un psychotique m'a écrit ces mots : « Lorsque je commence à penser devant les images d'un autre [auteur], le soleil franchit, dans mon esprit, les monts de l'angoisse et traverse la couche difforme des ténèbres ».

J'ai retrouvé à peu près la même phrase dans un essai sur le symbolisme, écrit en 1904 par Tancrède de Visant : « Au toucher miraculeux du mot, des existences latentes ressuscitent, enfouies dans le tombeau de notre être et montant vers la lumière de l'esprit » (cité par Guy Michaud, *Message poétique du symbolisme*, Librairie Nizet, Paris, 1966.).

Ces deux phrases qui se répondent, indiquent les constructions qui s'opèrent en atelier d'écriture. Le psychotique développe un imaginaire intérieur dans lequel il s'enferme avec angoisse, comme dans une prison. En période de crise, le délire est constant, permanent, incessant. Le prisonnier vit l'espace carcéral comme un espace malade.

Dans la philosophie du centre clinique où je travaille avec les psychotiques, au 388 Saint-Vallier à Québec, les activités de

création jouent un rôle important : celui de « tenter de mobiliser l'angoisse du psychotique dans une activité concrète (de création), une activité qui soit investie à la place du délire [...] il produira des fictions qui donneront provisoirement un sens à sa vie, là où avant il élaborait un délire désarticulé <sup>6</sup> ».

Le défi de mes ateliers d'écriture, avec les prisonniers comme avec les psychotiques, témoigne de ce fait : investir l'écriture en lieu et place du rêve éveillé ou du délire, afin de vivre l'énergie parlante de l'imaginaire à travers des textes, des mots, des images verbales. L'écriture est cette traversée des images verbales, des fictions transitoires et des métaphores.

Dans cette traversée vers l'écriture, chaque texte prend une importance capitale (comme le dévoilement secret de son état, un secret d'État). Chaque texte est le sujet lui-même, dévoile une personne : **le texte est soi-même**, comme une naissance corporelle, personnelle, laborieuse, porteuse de nos rêves.

L'écriture, comme la lecture d'ailleurs, amène de « nouveaux référents », de « nouveaux repères d'identification [...] à la place de cette déchirure intérieure [...] à partir de quoi (le sujet) pourra construire quelque chose d'autre que la psychose <sup>7</sup> ».

L'écriture permet cette étonnante rencontre avec soi-même au plus profond du rêve ou du délire. L'écriture pose le texte hors du corps délirant. Un prisonnier me disait que le rêve éveillé pouvait correspondre à l'imagination passive. Même si on peut diriger le rêve, le film se déroule toujours trop vite. Tandis que l'écriture, comme la lecture, permet l'imagination active, l'organisation de la fiction. Et puis, disait-il, on peut toujours revenir sur son texte pour le changer, l'améliorer.

Écrire, c'est donc oser s'écouter au-dedans de soi, c'est oser parler de l'intérieur de soi, c'est rencontrer sa propre « voix », sa propre parole, c'est se lire, se dire, se laisser parler, se dévoiler au monde. Il n'y a pas d'école de formation pour le délire ou le rêve éveillé. La télévision a bien tenté de faire école, mais elle nous laisse encore un grand vide dans l'âme.

L'atelier est un espace de langages, chacun peut y trouver son territoire et son souffle. C'est se donner à soi-même « droit de parole », c'est découvrir le plaisir de « faire ». « Le plaisir du texte, écrit Roland Barthes, c'est le moment où mon corps n'a pas les mêmes idées que moi <sup>8</sup> ». Présenter son texte, c'est présenter quelqu'un. Chacun est son propre texte. L'écriture, c'est le faire naître. Le dire, c'est lui prêter sa voix, son souffle, pour le mettre au monde : c'est lui donner sa vie. Ainsi la lecture en atelier permet de réintroduire dans son propre corps le texte de ses propres mains.

Alors, on peut découvrir avec Claudel que « les mots ont une âme ».

## L'enfant distrait

En conclusion, je vous parlerai de l'enfant distrait. Occupés par le bruit des spectacles rock ou les défis du Super Nintendo, les « morceaux choisis » des jeunes ont maintenant d'autres noms : es joueurs de hockey et leurs cartes-photos. C'est une autre façon d'apprendre l'anglais et de jouer avec les mathématiques des moyennes et des records ! Les cartes plastifiées témoignent des éditions de luxe !

À côté de ce matériel audio et visuel, nos textes écrits auront beau être ludiques, ils demeurent assez insignifiants. Faire naître une ville, par la cassette Sim City du Super Nintendo, requiert de la technique et de l'habileté, même si l'imagination reste limitée aux



quelques possibilités restreintes d'assemblage. Ici encore, semble-t-il, il faut se méfier du mystérieux éditeur qui aura caché quelques pièges dans le contrat.

L'atelier Nintendo fabrique beaucoup plus de jeunes disciples qu'un atelier d'écriture. Expérimenter ici, c'est sacrifier l'image, le geste, le mouvement, le défi et la fuite, l'habileté du « pitonnage » et la rapidité d'exécution. Pour ces jeunes, l'écriture est trop lente, son mouvement est intérieur, les verbes d'action ne bougent pas, les adjectifs sont superflus, les adverbes retardent, les compléments exaspèrent et le défi grammatical est insupportable ! Avec l'image, on découvre ; avec le texte, on cherche.

Cette génération télévisuelle s'intéresse peu à « voler la parole

de Dieu ». Mario Bros. a peu d'affinité avec Jos Montferrand ! La mégapole de Sim City n'a rien à voir avec le Plateau Mont-Royal ! C'est l'enfant ici qui est dieu et non un vieil auteur barbu, caché derrière un narrateur à la troisième personne du Saint-Esprit !

La déité, il ne faut plus, semble-t-il, la chercher dans les rayons poussiéreux des bibliothèques. Les dieux se voient au cinéma, à la télé ou sur une scène branchée sur vidéo. Pendant que les romans sont « vus » en feuilletons et que les chansons se « lisent » à travers les images d'un clip, le texte écrit ne semble pas offrir l'ouverture que l'écran lui réserve. Devant un tel déploiement d'images, la page couverture d'un livre ne vole plus la vedette ! Et, de plus, contrairement aux

auteurs, les dieux du stade ou des amphithéâtres, eux, font de l'argent ! Ils ont sans doute compris qu'ils ne deviendront pas immortels !

### Les ateliers d'écriture

Les ateliers d'écriture aident-ils à la formation des lecteurs ? Cet apprentissage influence-t-il le goût pour la lecture ? Je dirai simplement qu'avec les psychotiques nous avons, depuis sept ans, traversé la poésie française et québécoise. Que la fréquentation des textes d'auteurs en a amené plus d'un à lire les œuvres complètes. Quant aux prisonniers, deux pièces de théâtre se sont écrites à la suite des ateliers. De plus, comme ceux qui ont été libérés sont retournés à l'intérieur des murs, je sais qu'ils doivent se vautrer dans les livres pour croire encore que la vie est un roman et éviter le suicide.

Enfin, dans tout cela, je sais que tout le monde est un livre !

\* écrivain

### Notes


1. GARNEAU, Jacques, *Écrire en prison*, Éditions Nouvelle optique, Montréal, 1985, 114 p.
2. Collectif sous la direction de Jacques GARNEAU, *Écrire à la folie !*, Édition du GIFRIC, Québec, 1989, 228 p. (Collection « Nœud »).
3. *Écrire en prison*, p. 13.
4. DUFOUR, Roger, *Écouter le rêve*, Éditions Robert Laffont, Paris, 1978, 352 p. (Collection « Réponses »).
5. BIGRAS, Julien, « Le délire », *Aux frontières de la folie* nos 22-23, Éditions interprétation, 1978 et 1979, Montréal, p. 14.
6. APOLLON, W., D. BERGERON et L. CANTIN, *Traiter de la psychose*, Éditions du GIFRIC, Québec, 1990, p. 30, (Collection « Nœud »).
7. APOLLON, W., *op. cit.*, p. 114.
8. BARTHES, Roland, *Le plaisir du texte*, Seuil, Paris, 1973, p. 30.


*Andrée Lebailly*

## LES CONTES DU CHALIN

Des contes qui parlent des îles Saint-Pierre et Miquelon avec des accents vrais qui sauront émouvoir tous les enfants.







## CHRISTOPHE CARTIER DE LA NOISSETTE dit NOUNOURS

*d'Antonine Maillet*

L'histoire d'une belle amitié magnifiquement racontée par l'auteur de *Pélagie-la-Charrette*.

*La littérature d'aujourd'hui*

# LEMÉAC