

# À la folie

**Atelier d'écriture corporelle animé  
par Valéry Meynadier**



**BANCAL LIVRE**

# Consignes

## Atelier d'écriture - juin 2023

### Sur le thème de la folie

La folie comme pulsion. La folie comme liberté.

Essayer de simuler la folie, n'est pas fou qui veut.

Soit en étant fou, soit en engageant un dialogue entre le fou et le psy.

Le propos d'un fou est désordonné, décousu, irrationnel, absurde, libre.

La langue sort de sa cage, libérer la langue !

Comme un funambule, rester sur la ligne de démarcation raison/folie.

*Valéry Meynadier, autrice, art-thérapeute et psychoboxeuse, affiche une longue et riche expérience d'ateliers pour des publics variés. Au cours de ses ateliers, Valéry transmet les savoir-faire littéraires et révèle la créativité de chacun grâce à son approche d'écriture corporelle, mêlant le plaisir des mots aux sensations physiques.*

# Un déclic

Floriane Cornard

Comme un courant électrique  
Le disjoncteur aurait-il sauté ?  
C'est la nuit noire  
Une minute qui trébuche de l'autre côté  
« Quel côté ? »  
Existe-t-il des polarités ?  
Allongée sur son lit, elle pense dormir  
Mirador !  
« Elle ne dort pas ! »  
Elle est étendue dans les draps  
Où est-elle accueillie par d'autres contre-bas ?  
A-t-elle été appelée ?  
Poids du sommeil envolé  
Ça démarre dans son épaule  
Vers un autre pôle ?  
Dualité qu'elle veut nommer  
« Mais qu'est-ce que c'est ? »  
Ça se répand dans tout son bras  
De manière vive, ardente  
Evidente ?  
Comme si il n'y avait plus qu'à  
« Qu'à quoi ? »  
C'est sans appel  
Bras qui se soulève  
Ça pulse, ça vient  
« N'attends pas demain ! »  
Est-elle saisie d'une présence ?  
La présence d'une absence ?  
Elle ne sait pas  
Elle sent son bras qui s'allonge  
Il s'étend maintenant vers le ciel  
Un mouvement opère

Tressaillement  
Egarement  
Son corps est-il pris d'assaut ?  
« Saute ! »  
Ça se fond, se confond  
« Mais tu perds la raison ! »

Qui est-elle ?  
Qui est-elle seule dans son sommeil ?  
Qu'est ce qui s'agite ?  
Qu'est ce qui la quitte ?  
Qui s'invite ?  
Les mouvements s'arrondissent  
Sur sa peau lisse  
Elle s'enlise  
Une musique fredonne  
Que fredonne son corps ?  
Corps à corps  
Ou corps qui se met en désaccord ?  
Son corps l'emporte  
« Porte, là ! »  
Ça y est  
Elle est passée de l'autre côté  
Une pulsion qui la reconnaît  
Puis c'est la jambe qui bat la cadence  
« Danse, danse, danse ! »  
Seule, sans sommeil, son corps vacille  
Soubresauts périlleux  
Elle ouvre les yeux  
Non elle ne dort pas  
Son bras est toujours tendu vers le haut  
Du plafond tout à coup elle se voit  
Son corps se lève  
« Élève-toi ! »  
Il n'y a plus de poids  
Ces nuits-là, son corps parfois l'emporte  
Elle y veille dans une danse sans effort  
« Formidable ! »

Danse folie devenue maitresse  
Tressaillement  
Firmament  
Courant électrique  
Un déclic  
« J'ai dit clic ? »

# Arti-folie

Maya Huguenin

Arche, archi-fort, archi-flou, archi-fou mais surtout arti-chaud.

Je sépare les feuilles, une à une et je passe ma langue sur la partie charnue qui charrie ma salive, goutte à goutte, jusqu'à ce que ça se floutte.

Et je glousse, de rire, de dire le fou-rire dans le fou mouvement du temps.

Assise sur le rebord de l'assiette, les déchets s'amoncellent aussi vite qu'une contemplation.

Ça me donne envie de plonger, les dents en avant et de croquer le cœur saignant, mais sans éclaboussure. Car il ne faudrait surtout pas tâcher de s'appliquer à faire semblant.

Le goût inodore martèle mon palais de princesse, celui avec lequel j'habite le cœur. On y revient toujours plus fort, au cœur de l'arche, de l'archi-fort, de l'archi-flou, de l'archi-fou. C'est fou.

Je n'arrive jamais à satiété, quoi que j'ingurgite, quoi que je goûte. C'est fou.

Alors je replonge, les mains en arrière, avec un mouvement de salto à raz, pour jeter les dedans du dîner.

Je les jette sans avant-pensées, parce que je ne sais jamais quand c'est assez.

Depuis quand d'ailleurs y a-t-il assez de quand pour savoir ? Est-ce que quelqu'un s'est posé la raison ? Est-ce que quelqu'un a digéré la question ?

Sinon, les poils du dedans le diront...

# Avaler la lune

Julien

À peine je me lève que j'inspire en dedans. Je remets mes boyaux à leur place, à peu près. J'enfile à la patte et je laisse s'échoir sur le sol, sur le mur. Le sel est dur quand je frotte mes gencives. Je remets mon sourire à l'endroit et je rince à l'acide. La nuit a été douce comme l'était ma maman. Dans les champs je prie à en perdre haleine. Je cherche les questions à mes réponses. Parfois j'ai mal et je gratte jusqu'au sang. De temps en temps s'éclairent les atolls. Nu jusqu'au coude, je m'astreins et détache, les boursoufflures de nos âmes titubantes. Dans ma chorale un tissu sur la tête. L'air est chaud et les sons inaudibles. Mais qui donc tape sur le plateau ? Les vaches broutent sur mes pieds esseulés. Je leur avais pourtant formellement interdit. Ça n'écoute rien une vache, j'en étais sûr. Elles sont de mèche avec les poules. J'aurais dû me fier à leur regard douteux. J'avais aussi raison de ne pas croire aux châteaux de sable. Ni même au marchand d'armes. Faut pas croire tout c'qu'on dit, surtout sur les boulevards. La rue est volatile et se met à voler. Ça me perturbe un peu je dois l'avouer. Heureusement que je suis sûr de moi. En tout cas suffisamment pour avaler la lune. Faites "ahhh ahhh". Ouvrez bien grand. Je dégueule ces couverts en bambou. C'est clairement à deux doigts de me rendre fou.

# Vacances méritées

Jade Mroueh

Psychologue : Toc, toc... Toc, toc !!!

Fou : Doc, doc ! Ben rentre ! C'est mon cabinet, viens Monsieur, installez-toi ici là-bas. Tenez, prends mon lit, moi je vais m'allonger dans la chaise.

P : Bonjour Monsieur... Comment vous sentez-vous depuis la semaine dernière ?

F : Oh ben ! Ben, ben... (réfléchit), bain douche, bateau bouche et poule mouche quoi, et vous, comment tu te sens depuis la semaine prochaine ? L'œuf ou le bœuf ? Mi-figue ou mi-cuit ? Sucré ou alcoolisé ? Bien ou bien ? (silence) Dieu chie dans les détails et mieux mie meut des bétails. Parfois en tout cas.

P : Vous avez changé vos meubles de place ?

F : Non, ils sont nés comme ça, hier justement, ça va être leur naissance, mais ils sont trop immatures pour le savoir en ce moment. Ils sont nouveaux bientôt. Les guitares droites passent sans note dire. Les chaussures foulent la foule, 36, 41 et demi, cinquante soixante vingt-trois dix. Le bec enfumé, les oiseaux lourds peuvent s'envoler, sans même voler, c'est un effet spécial, espèce d'épices, Dieu pisse aussi dans les détails de l'émail dentaire et la bave verte sur le visage. Folle ville est là. Milkshake au colacho et heure triste, c'est moins cher tous les jours du matin. Boucle d'oreille sur le nez et sac à dos sur l'estomac. Pantalon court et minijupe longue. Ils sont là les meubles, tu les vois pas doc ? C'est toi qui es toc toc, ta fille vit sur tik tok. Ma côte fêlée sous les cocotiers. Mon côté fêlé c'est ton préféré. On se selfise avant tes vacances méritées ? Moi je reste là.

P : Sors de moi !

# De Charybde en Scylla

Didier Truffaut

Une année avait passé et aujourd'hui, ils se sentaient plus forts. Faisant désormais partis du paysage, ils étaient loin des brimades infligées par leur statut de petits nouveaux quand, l'an dernier, ils avaient pour la première fois franchi les portes du collège.

C'était presque en terrain conquis qu'ils avaient abordé ce premier trimestre bientôt achevé. Fiers de leur rôle d'anciens, ils pouvaient maintenant se moquer de l'allure timorée des petits de sixième.

Quelques semaines après la rentrée, elle, jeune professeure de français vacataire, était venue suppléer l'absence de leur enseignante malade.

Assis au fond de la salle, il ne connaissait pas son prénom et avait à peine retenu son nom de famille, mais, dès le premier regard, il avait eu envie de la baptiser Esther. Tout empreint de littérature classique et de tragédie racinienne, il voulait ainsi célébrer la pure beauté marquée par une profonde tristesse que cachait cette femme sous son masque de ferveur. Il enrageait que son enseignement ne soit qu'éphémère et, bientôt rétablie, la vieille revêche chargée de leur remettre avec austérité son savoir ferait son retour pour supplanter celle qu'il commençait déjà à idolâtrer. Lorsqu'à son entrée dans la salle de classe, elle avait jeté sur le dossier de chaise son immuable imper kaki, sa prestance élancée et raffinée l'avait subjugué. Tel un uniforme, son habillement se composait toujours d'un ample chemisier de soie aux premiers boutons ostensiblement ouverts, bouffant sur un pantalon de flanelle souple porté haut la taille et dont la ligne finale se resserrait sur des escarpins noirs brillants.

Esther rayonnait de la fougue des débutants et son inexpérience dans le métier lui faisait accomplir des prouesses de transmission. Tout en large sourire, son éloquence savait ensorceler l'auditoire de cette classe réputée difficile. Passant dans ses cheveux noirs et soyeux, sa longue et fine main aux ongles légèrement nacrés, elle s'asseyait alors, véhémence et intense, sur le bord du bureau, quand elle sentait l'attention de son auditoire se relâcher. Lui, il trouvait cette posture si moderne et si inattendue de la part d'une prof, qu'il mourrait d'envie d'applaudir une telle audace. Esther mimait les personnages des extraits étudiés afin de mieux leur faire comprendre ce qui se tramait. Lui, il regardait s'aviver ce chemisier de soie beige, ouvert sur la gorge aux os saillants et à la peau hâlée. Les plis du tissu retombant avec élégance sur les hanches s'accordaient au long sautoir de fines chaînes dorées qui, telle la parure d'une antique déesse, habillait Esther d'un plastron hypnotique et solaire. De son bras virevoltant dans les airs, Esther battait la mesure de sa lecture. Les pages de



*L'Odyssée*, ainsi brandies semblaient s'effeuiller le long de sa manche, transformant l'étoffe du corsage en feuille de papier bouillonnante de passion.

Il se prenait à rêver à la vie de cette femme en dehors de l'estrade de la salle de classe.

Ce jour-là, quand les élèves sont arrivés pour leur cours, la silhouette d'Esther se décrochait du tableau noir. Soutenue par le rebord du bureau, penchée en avant, le dos courbé et les épaules rentrées, elle ressemblait à une longue poupée désarticulée. On aurait pu d'abord la croire en pleine concentration, mais ses cheveux en broussaille qui cachaient son visage étaient les signes visibles d'une enveloppante détresse. Il n'y aurait pas, comme à l'accoutumée, d'entrée théâtrale et fracassante ni de geste grandiose pour jeter l'imperméable. La gabardine avait d'ailleurs été remplacée par une immonde pelure foncée aux poils synthétiques ébouriffés, qui laissait croire qu'un enfant avait égaré sur la chaise sa vieille peluche usée. La maîtresse de cérémonie trônait déjà sur sa scène, mais, comme une reine déchue, sans panache ; elle attendait avec lassitude que ses sujets regagnent leur place.

Presque au ralenti, elle s'est redressée en s'aidant de ses bras dont les mains reposaient sur l'aplatissement de la table. L'air hagard, elle fixait le vide.

Les élèves muets ne reconnaissaient en rien leur professeure mais leur étonnement hésitait entre inquiétude et curiosité. En effet, dans le fond de la salle, assise à l'angle du mur, une femme âgée, lunettes en écaille verte tombantes sur la pointe du nez et mise en plis soigneusement structurée, était repliée sur d'épaisses aiguilles à tricoter desquelles tombait une lourde pelote de laine beige. On aurait presque cru voir une énorme mante religieuse qui triturait les chairs d'une molle victime.

Comme si la vieille dame tirait d'invisibles ficelles, face à elle, Esther s'est soudain animée, bougeant sa tête de droite et de gauche, d'avant en arrière. Réveillée d'un long sommeil, elle se redressa, resserrant d'abord ses maxillaires, ouvrit la bouche, les yeux pensifs et lointains.

Avec lenteur, elle reprit *L'Odyssée*.

« Nous avons laissé, euh... Ulysse... attaché au mat du bateau afin d'échapper à l'envoutant chant des sirènes... »

Nous allons voir aujourd'hui comment il se confronta à Charybde et Scylla... Vous vous souvenez... comment Ulysse avait été mis en garde par Circé... euh... d'éviter l'île du soleil... Arrivé à l'endroit décrit par la magicienne, le roi d'Ithaque se retrouve face à deux écueils : être englouti par le tourbillon de Charybde... ou euh... dévorer par Scylla... qui sévit sur son rocher... Le dilemme est grand... et nous renvoie, euh... à nos propres peurs et euh... errements....

Connaissez-vous cette expression... : tomber de Charybde en Scylla ?... Eh bien... euh...

En effet... c'est cela..., oui... tomber de Charybde en Scy...lla... de Charybde... en... Scylla... de Cha...rybde... en euh... Scylla... mais au final... qu'est-ce que cela veut dire... ? »

Les adolescents écoutaient les propos hachés, attendaient dociles mais anxieux. Un invisible vent glacé semblait s'être engouffré dans les interstices de la pièce pétrifiant le discours en répétitive scorie.

Esther s'était tue et marmonnait comme perdue dans un monde intérieur. Elle s'était mise à gretter et s'était ensuite enlacée comme pour se protéger et se réchauffer.

« Il fait froid, si froid... j'ai froid... de Charybde... en Scylla... vraiment froid... » Les autres face à elles n'existaient plus. Son corps se vidait de son charisme et semblait se ratatiner.

Sans que les élèves l'entendent ou la voient, la vieille dame faisait face à la jeune femme blême qui répétait d'une petite voix tremblante : « Oui... c'est ça, euh... de Charybde... en Scylla... ».

D'un geste tendre, elle rapprocha vers elle Esther à la raideur statufiée, déposa sur ses épaules contractées le manteau en fausse fourrure. Esther eut une réaction de frisson immédiatement suivie par une fugace expression de paix, posant sa joue droite sur les poils hérissés.

La vieille dame tira la chaise, pour s'y asseoir tout en accompagnant du geste la jeune femme sur ses genoux. La maigre silhouette longiligne, blottie dans son armure d'angoisse s'était recroquevillée en posture foétale. La tête contre le sein de la vieille dame, elle prit alors son pouce dans sa bouche tout en marmonnant la litanie *froid, Charybde et Scylla*. Le doute avait saisi Esther tel une folie qui la désagrégeait.

La vieille dame d'un air bienveillant et rassurant balayait du regard les élèves sidérés.

Les minutes écoulées avant le retentissement de la sonnerie s'allongeaient comme des heures.

Sur la table, un indécent rayon de soleil outrageait d'une balafre blafarde le livre resté ouvert. Les deux femmes informes derrière l'incandescente lumière n'étaient plus qu'une masse chimérique et insondable.

Lui, l'admirateur éperdu, était brisé, brisé de chagrin et de désespoir du spectacle offert par son idole. Face à lui, un corps ravagé et transformé, un corps qui ne savait plus comment il s'appelait, dépouille d'une beauté qui soudain régressait dans le néant d'elle-même. La réalité de cette femme rêvée lui échappait à tout jamais et il jalousait la mère détentriche du lourd secret qu'elle portait. Le fantasme premier s'effilochoit et se remplaçait par son infernale version cauchemardesque. De diva littéraire, Esther mutait en une cendrillon déliquescence dont la sénilité prématurée

n'était que le souterrain envers d'une existence profondément majestueuse et romanesque. Un monde intérieur terrifiant la dominait, auquel nul n'avait accès.

La cloche sonna libérant les élèves terrorisés par le spectacle. Certains, le regard mouillé, quittèrent la salle en jetant cependant un œil furtif sur l'inattendue et iconoclaste piéta...

S'ils n'osèrent d'abord presque pas en parler, ils se demandèrent vite ensuite quelles seraient les conséquences d'une telle scène sur la carrière de leur professeure : « Une folle ne peut pas enseigner ! C'est certain elle va être internée. Le directeur va pas accepter ça ! Et la vieille t'as vu, elle semblait habituée... j'ai vraiment eu peur qu'elle s'en prenne à nous... Moi, je l'ai vue, elle me fixait avec des yeux exorbités et méchants ! Avec une tarée, on sait jamais à quoi s'en tenir... »

La remplaçante aux cheveux gras et au visage inexpressif qui, deux jours plus tard, avaient pris place sur l'estrade leur sembla bien fade... mais si rassurante. Ce qui était arrivé à sa prédécesseure ne les préoccupa bientôt plus. Le trimestre allait se terminer, il fallait avancer dans le programme. Maintenant, la cour de grands leur appartenait vraiment : ils avaient assisté à la faiblesse de l'adulte et l'expérience les avait fait vieillir. Ils avaient grandi, leur enseignante, elle, avait préféré retrouver les limbes de l'enfance.

Pour lui, la silhouette d'Esther s'était dissipée, engloutie à jamais dans l'hideuse fourrure synthétique sombre et rêche. Comme une toison que l'on retourne et dont on voit l'envers, elle était retombée à l'état de sombre chrysalide. Elle n'avait peut-être jamais existé, ou bien tel un fragile papillon son passage n'avait duré que quelques jours. Esther avait changé ses fantasmes en désillusion, transformant le réel en folie.

# La folie

Francesca Familiari

Ce texte haut de sens que tu m'avais écrit : « je ne suis que de passage ». Au-delà de ces simples mots, ta mort m'envahit encore. Tu apparais dans mes nuits rêvées. Je retrouve ton regard, ton sourire et je ne comprends que mieux encore ce que ce mot « passage » - ou la folie de ne pas être sage - peut provoquer en moi. Comment tout cela continue à me traverser dans ma chair.

Tu deviens la nuit une apparition à mes yeux, par une mimique qui veut me dire « c'est bien », comme tu le faisais quand tu étais là sur ou dans ce monde. Tu n'es pourtant plus là, ou tu es partout avec moi. Comment comprendre que la différence devient une référence.

Par mots et monts, je te parle, je te fais des demandes imaginaires ou vraiment voulues. C'est comme si tu étais capable de m'entendre tout en étant dans un autre espace-temps. Certains de mes souhaits se sont exaucés. Comment tu fais pour que la vérité devienne vraie.

Comprendre que ma route me dicte mon chemin en éparpillant des petits indices, des cœurs ou des étoiles en papier... c'est bien toi, mon ange-messager. Tu restes dans ce que je ressens puisque tu es toujours là. Comment ne pas y croire à ces symboles qui nous unissent vers une autre vie ailleurs.

Se réveiller brusquement après t'avoir songé en dormant, me plonger dans une noce agitée. Je cristallise en moi ce que mes hallucinations nocturnes peuvent me dicter. Par les mots, je suis rassurée de savoir que tu dois me voir. Comment est-ce possible ?

Les autres absents de ma vie reviennent dans mes délires couchants, mis en scène dans des situations les plus incongrues. Est-ce mon inconscient psychotrope qui crée ma déraison, ou bien est-ce les raisons de ma vie ici. Me confier sur ce sentiment reste difficile à expliquer autour de moi, peu importe moi je l'explore en étant certaine. Comment suis-je devenue la reine dans la vérité de ma folie personnelle.

Tu m'as conduit vers une nouvelle vie, certains m'ont traitée de folle, de tarée, et si les fous et les tarés c'étaient eux. Je reste avec la certitude que tu m'as amenée exactement où je devais être. Comment as-tu fait pour le savoir ?

Que les discussions de ton vivant se transforment en un dialogue entre nous encore immuable. Que je reste dans des maux en moi, que l'on peut appeler « folie » ou « extra- divagance » peu importe. Je suis démentement bien-heureuse.

# Une folie douce

Christiane Fossois

Mes amis, le temps est venu pour vous confier que je suis amoureux.

J'aime à la folie de toutes mes forces, une folie si furieuse qu'elle m'en rend malade. Malade comme un fou ; je suis prêt à tout pour elle et je sens que je vais faire une folie, une folie douce qui apaisera mes tensions.

Je n'ai pas la folie des grandeurs bien que mon amour est bien plus grand que ma folie. Je vais enfin lui révéler ce que je cache depuis tant d'années. Va-t-elle être folle de joie, va-t-elle me prendre pour un fou, va-t-elle au contraire me suivre dans mon univers ?

Ce petit grain de folie qui loge dans ma tête va-t-il lui plaire ? Je fais des trucs de fou pour l'apercevoir caché derrière une poubelle, je la guette et dès qu'elle apparaît je suis en panique ma tête est en feu mon cœur s'emballe je sens que je vais m'évanouir. Je suis fou dites-vous... mais vous délirez.

Je suis simplement différent, je ressens des ondes qui n'appartiennent qu'à moi, je vis au milieu d'amis inexistantes pour vous et que vous ne rencontrerez jamais.

Je visite des lieux que vous rejetez. Je suis pourtant heureux dans mon monde, je suis apaisé même si tout n'est pas parfait. Même si. Même, m'aimerez-vous, m'aimera-t-elle malgré tout ?