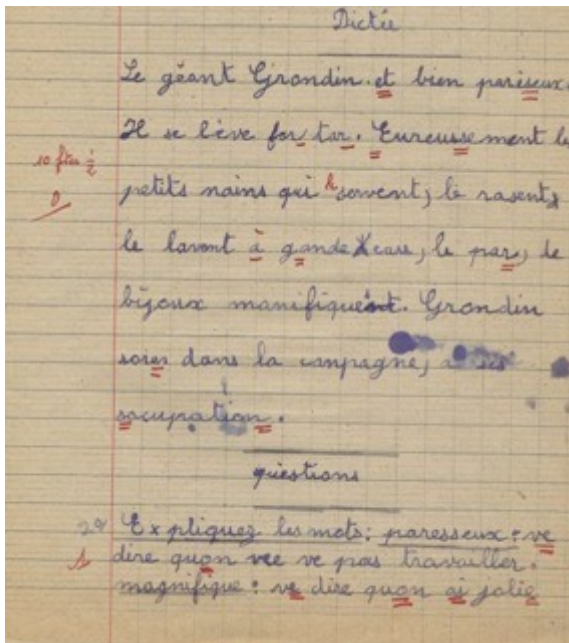


On peut tout dire au papier



Je suis entré en conflit affectif avec ma mère dès ma petite enfance.

Depuis le jour où je lui avais montré mon premier poème écrit phonétiquement.

Elle l'avait lu dédaigneusement, s'était empressée de souligner en rouge les multiples fautes d'orthographe et hâter de montrer aux amis, preuve à l'appui, quel cancre elle avait mis au monde.

Si vous voulez mieux vous comprendre écrivez-vous

Cette meurtrissure m'avait marqué à vie. À compté de ce jour, je n'ai plus écrit qu'en secret, que pour moi-même.

Je vous raconte cette anecdote parce qu'elle m'a appris une chose : **on peut tout dire au papier si on décide de ne pas le montrer.**

Si vous voulez mieux vous comprendre écrivez-vous, racontez-vous sur plusieurs pages. Choisissez un cahier plutôt qu'un écran, utilisez un crayon ou un stylo et lâchez-vous !

Nul besoin d'un coach pour vous accompagner...

Pour la petite histoire



Approchant la trentaine, j'ai commencé à écrire ce que j'avais sur le cœur concernant ma mère, j'ai pris modèle sur Hervé Bazin, auteur de [Vipère au poing](#), un roman très autobiographique.

Après avoir écrit une cinquantaine de pages venimeuses, je me suis senti plus léger.

J'éprouvais moins de rancœur. J'en voulais moins à ma mère.

C'est vrai que j'étais un très mauvais élève. Je lui pardonnais presque toutes ses rosseries, tout ce mal qu'elle m'avait fait.

J'ai froissé et brûlé mes feuillets et je suis passé à d'autres choses : vivre et à écrire.

Écrire pour mieux se comprendre

Écrire pour mieux se comprendre ne consiste pas à coucher sur le papier des idées préexistantes. Au contraire. Écrivez n'importe quoi à partir d'un mot, d'une phrase, d'une date, d'un chiffre qui vous monte souvent à la tête.

Une fois en action, vous verrez, la pensée suivra et s'allégera.

PS : Ne jetez pas votre brouillon après l'avoir lu et relu..., brûlez-le, ce sera bon pour votre planète