



# Le Livre

par François Busnel/



## BIBLIOTHÉRAPIE

La romancière Régine Detambel signe un merveilleux petit livre qui devrait être le point de départ d'une grande réflexion nationale sur la place du livre et de la lecture en France. Kinésithérapeute de formation, écrivain, Régine Detambel pratique depuis plusieurs années la bibliothérapie créative.

La bibliothérapie a mauvaise presse, chez nous. Venue des Etats-Unis et pratiquée à grand renfort de livres de psychologie ou de manuels de développement personnel, elle passe totalement à côté de sa mission. La raison en est simple et Régine Detambel l'explique clairement : un texte ne peut apaiser, soigner, faire vibrer celui qui le lit qu'à la condition de ne pas avoir été écrit intentionnellement. Tel est le paradoxe de la bibliothérapie. Telle est, surtout, la raison pour laquelle l'adjectif « créative » est adjoint à ce beau mot de « bibliothérapie ». La littérature n'est pas un remède et lui attribuer une visée utilitariste ou la prescrire comme d'autres prescrivent des pilules est une aberration. En revanche, les livres peuvent soigner la tristesse, l'ignorance, l'isolement, le désespoir, le besoin de sens lorsqu'ils proposent une nouvelle interprétation du monde. Quels livres ? Les romans. Ainsi Régine Detambel rappelle-t-elle l'exemple de Laure Adler, confiant que si elle ne s'est pas tuée après la mort de son enfant, c'est parce qu'elle tomba un beau jour sur *Barrage contre le Pacifique*, de Marguerite Duras.

**Un roman attend  
chacun de nous,  
quelque part : à  
nous de le trouver**

Un roman attend chacun de nous, quelque part. A nous de le trouver. La rencontre avec la fiction régénère, nous arrache à nos souffrances et ouvre des fenêtres dont nous ne soupçonnions même pas l'existence. Le roman, donc, et ses labyrinthes plutôt que l'essai et ses lignes droites. La pluralité des sens plutôt que la formule conceptuelle ou le conseil de vie. Régine Detambel montre à quel point la métaphore est efficace : elle est mystère et représentation verbale de nos maux. Ce n'est pas l'information que contient le roman qui peut nous aider, mais bien la manière dont cette information est délivrée, la façon dont une histoire est racontée. Dans les mots, gisent les principes actifs de la littérature. Ce vibrant éloge de la lecture est un véritable baume. C'est aussi une invitation jouissive à lire. Pour mieux vivre. ●

**Les livres prennent soin de nous, par Régine Detambel.**

*Actes Sud, 176 p., 16 €.*