



Portrait

Récit de vie

Revisiter ses souvenirs, se raconter... Une aventure qui séduit toujours plus de personnes. Rencontre à Lausanne avec Emmanuelle Ryser, recueilleuse de récits de vie.

Entretien réalisé par Viviane Béro Pinho, coordinatrice romande à Pro Senectute Suisse

Qu'est ce qu'un récit de vie ?

À la différence d'une biographie, réservée à une personne célèbre et souvent constituée à partir de divers documents, et de l'autobiographie, où l'auteur écrit « je », le récit de vie est un texte co-écrit. La recueilleuse écoute la personne et son histoire. L'écriture se fait pour elle et avec elle.

Comment cela se passe-t-il concrètement ?

Après avoir défini dans un contrat ce que la personne souhaite, je la rencontre à son domicile, entre cinq et dix fois. J'enregistre et retranscris nos entretiens. Puis je commence le travail d'écriture que je lui sou mets pour discuter des modifications. Les lecteurs doivent entendre la voix de la personne qui se raconte, pas la mienne.

Quel est le but du collectif D.I.R.E. (Définir Innover Recueillir Echanger), dont vous faites partie ?

Nous sommes cinq professionnelles du récit de vie et nous nous rencontrons dans une démarche d'intervision. L'idée est que nous puissions échanger pour nous perfectionner et donner de la visibilité à ce nouveau métier.

Pour quelles raisons le temps de se raconter rime plutôt avec vieillesse ?

D'abord, la perspective de la fin pose la question de la trace qu'on va laisser. Ensuite, les personnes âgées sont plus disponibles. Enfin, la vieillesse offre un temps pour le retour sur soi, en particulier lorsqu'on est moins mobile et que l'on reste davantage chez soi.

Le récit de vie permet-il de se redécouvrir soi-même ?

Oui, c'est une façon de mesurer tout ce qui a été réalisé, de se poser des questions qu'on ne s'était jamais posées, de se dire « ce que j'ai vécu était intéressant ». C'est une réflexion sur soi, sur « comment je suis devenu la personne que je suis ». C'est valorisant de revivre son parcours avec une personne extérieure à sa famille et c'est parfois un soulagement de se raconter.

Comment les enfants et les proches reçoivent-ils le récit de vie d'un parent ?

C'est toujours beaucoup d'émotion pour les enfants, l'impression de recevoir un cadeau précieux. D'ailleurs, la demande du récit de vie vient parfois des enfants eux-mêmes qui l'offrent à leurs parents ! Quand un père ou une mère raconte qui il est, c'est l'identité de chaque membre de la famille qui évolue. Cela permet de s'ancrer dans une filiation, de se sentir un maillon de la chaîne.

« Effectivement, se recentrer sur ce qui a été accompli permet de renverser l'image du vieillard qui ne peut plus réaliser certaines choses. C'est une façon de dire : j'ai été cette personne et je le suis encore. »

Et vous, comment êtes-vous touchée par ces rencontres ?

Ce qui me touche le plus, c'est cette force de vie. Le fait que les personnes aient traversé des moments difficiles et douloureux et qu'elles soient là, témoignant que l'on peut les surmonter. Elles m'ouvrent leur intimité et je m'engage à ne jamais utiliser leur histoire, ne jamais faire lire leurs textes à d'autres. La confiance est fondamentale.

Le fait de revisiter le passé peut-il influencer le présent ?

Effectivement, se recentrer sur ce qui a été accompli permet de renverser l'image du vieillard qui ne peut plus réaliser certaines choses. C'est une façon de dire « j'ai été cette personne et je le suis encore ». Souvent, cela redonne de l'allant pour vivre le présent. Pour moi, il s'agit de dessiner un portrait avec toutes les couches qui constituent une personne à un moment précis, avec ce qui est important pour elle et qui fait d'elle ce qu'elle est.

Y a-t-il des situations où vous devez refuser de recueillir un récit de vie ?

Cela ne m'est jamais arrivé, mais si j'étais instrumentalisée pour régler des comptes, pour venger ou faire éclater des secrets de famille, alors je refuserais. Il y a aussi un frein pour les personnes qui ont des troubles de la mémoire ou un début de démence. Il est toujours difficile d'évaluer si elles peuvent encore choisir en toute liberté de quoi elles veulent parler ou pas. En même temps, le témoignage, dans de telles circonstances, peut être salvateur pour les enfants.

Souvenir et identité sont-ils deux facettes d'une même médaille ?

Oui, parce que construire la trace que l'on a envie de laisser implique de trier dans ses souvenirs. Je citerai Gabriel Garcia Marquez qui dit : « La vie n'est pas ce qu'on a vécu, mais ce dont on se souvient et comment on s'en souvient. » Les questions « qui je suis » et « comment je veux qu'on se souvienne de moi » sont au cœur de mon métier. Je veux contribuer à redonner de l'importance à la petite histoire face la grande Histoire.

Un grand merci à Emmanuelle Ryser pour avoir répondu à nos questions.

Emmanuelle Ryser a toujours aimé écrire. Cette Lausannoise, née en 1968, mariée et mère d'une adolescente, tient son journal intime depuis ses 11 ans. En 1994, la découverte de l'autobiographie de sa « Mémé » lui confirme son intérêt pour les histoires de vie. Licenciée en lettres et journaliste, elle se forme comme recueilleuse de récits de vie à l'Université de Fribourg.

Indépendante depuis 2012, installée au pied de la Cathédrale de Lausanne, elle aime dire qu'elle cueille les histoires des autres pour qu'on ne les oublie pas et que son métier « flirte un peu du côté de la poésie ». Elle fait partie du collectif D.I.R.E. (Définir Innover Recueillir Echanger) qui réunit cinq femmes pratiquant le recueil de récits de vie. Elle anime également des ateliers d'écriture et des formations.

www.emmanuelle-ryser.ch