

## L'écriture cathartique chez Evelyne Accad

**Dr.Fatiha ATTOU**  
**Université Tahar Moulay de Saida**

### **Résumé:**

Evelyne Accad a vécu une expérience qui a bouleversé le cours de sa vie, un événement traumatique l'a conduit à écrire, la maladie. L'écriture à pour but de se reconstruire car confrontée aux violences extrêmes de cette maladie, elle devient un point d'appui qui met en ordre le désordre du vécu, permettant à l'auteure de tracer un chemin par les mots pour occuper les failles d'un réel traumatique, celui de la déchirure et du néant. Cette écriture banalise le silence que le vécu a exigé. Elle rend plus visible la douleur, la peine et la souffrance ressentie. Elle se justifie comme recherche une de soi à travers le chant, la poésie et la voix des autres, réunis de nouveau pour un partage de souvenirs, de mémoires, de consolations et de confidences.

**Mots clés:** Ecriture, Maladie, Errance, Catharsis, Guérison

### **1. Introduction**

Nous montrons dans cet article que l'expression de la souffrance physique ouvre à une écriture cathartique, et que par souffrance, nous pouvons entendre dans le roman autobiographique d'Evelyne Accad *Voyages en cancer*<sup>16</sup> le terrain équivoque du bonheur où l'écriture devient thérapie. Nous étudions dans un premier temps la question de l'errance, ouvre-t-elle la voie à une nouvelle dimension de l'existence humaine sachant que la personne atteinte du cancer est contrainte à l'errance lorsqu'elle se trouve propulsée dans un espace temps interstitiel entre la vie et la mort ? En second lieu, nous abordons les différentes formes du discours qui permettent de s'auto-guérir, et la manière dont l'auteure accepte l'autre en soi (la maladie).

### **2. L'écriture d'un voyage: errance et découverte**

L'errance du cancer devient alors le temps d'un véritable voyage spirituel où la maladie ouvre la voie à un nouvel espace, celui de l'intériorité. Accad, témoignant dans son ouvrage d'avoir profité du

---

<sup>16</sup> Evelyne Accad, *Voyages en cancer*, Paris, L'Harmattan, 2000

temps du cancer pour entamer un travail sur soi, chercher, découvrir et guérir. Un temps néfaste, d'ailleurs elle le compare à un monstre qui dévore et envahit.

Dés lors qu'Evelyne Accad commence à raconter son histoire avec le cancer, elle a pu enfin avoir le sentiment de maîtriser le temps, celui de la quotidienneté, elle va pouvoir le manipuler et le remonter. Le cancer va être le véhicule qui permettra de voyager dans le temps et de le remonter jusqu'aux origines de la maladie. Pourquoi ce retour en arrière ? Selon Mircea Eliade:

Un grand nombre de peuples, des plus anciens jusqu'aux plus civilisés, utilisent comme moyen thérapeutique, la récitation solennelle du mythe cosmogonique [récit mythique de la formation de l'univers]. On comprend facilement pourquoi: symboliquement, le malade revient en arrière, il est rendu contemporain de la Création. [...] On ne répare pas un organisme usé, on le refait, le malade doit naître de nouveau et récupérer de la sorte la somme d'énergie et de potentialité dont dispose un être au moment de sa naissance.<sup>17</sup>

L'écrivaine est passée par des étapes au cours de ce voyage qui comporte des similitudes avec celles de l'enfance: la dépendance vis-à-vis d'autrui à cause du traitement et de la chimiothérapie notamment, le corps devient enfantin lorsqu'elle perd les cheveux ainsi que les poils, une sorte de régression qui représente pour l'auteure une chance de tout recommencer à nouveau, une chance de pouvoir naître une seconde fois « J'ai le sentiment d'avoir traversé une vallée plongée dans l'obscurité de la mort et d'en être sortie » (V.C., p.272).

Le voyage d'Evelyne Accad n'est guère négatif malgré la maladie, il est avatar en lui permettant de s'enrichir, de se transformer et de prendre plus conscience de soi. Tout le roman est placé sous le signe du voyage, du départ, du retour et de la confrontation des pays: Tunisie, États-Unis, Liban, ... Son voyage est tantôt celui de la fuite, tantôt celui de la recherche et de la découverte.

---

<sup>17</sup> Eliade Mircea, *Mythes, rêves et mystères*, Paris, Gallimard, 1989, p. 50.

Évelyne Accad s'interroge toujours sur l'agression qu'elle subie, celle qui selon elle ne l'a guère conduit à un repli, à une fermeture sur soi même ou à une régression, bien au contraire cela l'a conduit à une tentative de compréhension de la relation de son corps à la nature et à la société. Elle cherche à éveiller en elle la conscience de cette relation que l'idéologie dominante cherche à rompre, à détourner dans l'ensemble de la société. Médecins et autres, ne cessent de répéter que le cancer est dans l'individu, dans ses gènes ou dans sa tête, il est responsable, ni la société ni la nature n'ont à y avoir:

Le mode de vie des jeunes enfants n'a guère changé au cours du dernier demi-siècle. Ils ne fument pas, ne boivent pas d'alcool, n'ont pas d'occupations stressantes. Mais les enfants, absorbent des doses plus élevées de tout produit chimique présent dans l'air, la nourriture et l'eau parce que, relativement à leur poids, ils respirent, mangent et boivent davantage que les adultes ... En outre, ils sont affectés par l'exposition parentale aux produits nocifs, tant avant la conception, que dans le ventre maternel, puis par le lait maternel. (V.C., p.20)

Selon Évelyne, la maladie est le résultat d'un conflit intérieur qui n'a été ni élucidé, ni surmonté, or cette théorie a été attaquée par Susan Sontag quand elle a été elle-même atteinte du cancer, d'après elle:

Ajouter au poids de la maladie la culpabilité du malade lui semble absurde, car les causes organiques ou mécaniques n'expliquent pas tout. J'ai été atteinte d'un cancer du poumon parce que j'ai trop fumé une grande partie de ma vie.<sup>18</sup>

Ce même constat nous le trouvons aussi chez Dominique Gros<sup>19</sup>, qui réfute dans *Voyages en cancer* la thèse de la relation entre cancer du sein et mélancolie de la femme. Pour lui, de telles thèses ne servent qu'à culpabiliser sans preuve les femmes. Toutefois, il met en cause la médecine actuelle et le retard de la recherche.

---

<sup>18</sup> Susan Sontag, *La maladie comme métaphore*, Paris, Le seuil, 1979, p. 343.

<sup>19</sup> Dominique Gros, *Le sein dévoilé*, Paris, Stock, 1987

L'écriture a permis à l'auteure de dominer ses angoisses, maîtriser ses peurs, tenter de comprendre ce qui lui arrivait et à ceux qui l'entouraient, elle a permis aussi de comprendre la relation du cancer au monde et à l'environnement car Evelyne découvre que le phénomène du cancer surpasse la douleur physique et devient métaphore des maux de la société actuelle. Malgré la polémique, Evelyne s'interroge toujours sur sa maladie, est-elle le résultat de peines cachées, enfouies qu'elle refuse de façon à les exorciser et à tenter à l'avenir de les éviter ? Elle apprend à vivre avec une peur, celle d'une rechute, celle de la douleur et surtout la peur de la mort. Cette peur se manifeste dans une chanson écrite par l'auteure même:

Angoisses sur angoisses  
Maladies tout autour  
Peur de retomber malade  
J'en ai marre de ce pays  
Le monde entier est pollué et souffrant  
Nul endroit où aller  
A part ma bulle mauve  
Chaude et réconfortante à l'intérieur  
Il faut m'y réfugier  
« Protège-toi, retire-toi dans ta bulle », m'a  
conseillé Amel. (V.C., P352)

Dans son écriture Evelyne Accad manifeste la protestation du corps contre ce qu'elle appelle « cette machine aveugle » qui entraîne les malades au désastre:

je me souviens de la couleur rouge de l'adryamicine,  
cette chimio « lourde » qui m'a été administrée. Je me  
figure qu'elle a peut être envahi les cellules de mon  
cœur, on a détruit certaines, affaiblissant ce muscle  
vital. Lorsque j'ai mal aux côtes de ma poitrine  
mutilée, je revois les yeux rouges de la machine à  
rayons, j'entends le grincement de la machine à  
électrons, je crains pour mes os fragilisés, pour la  
moelle épinière, pour les effets fibromateux. (V.C.,  
p.395)

Parfois, L'auteure se sent perdue dans son errance, fatiguée, ignorant pourquoi, comment et quoi faire. Pour elle, guérir ne signifie pas

revenir tout en sachant qu'un sein avait été sacrifié. Selon le psychanalyste Roland Gori:

Guérir, ce n'est pas seulement oublier une maladie que la médecine a traitée avec succès, guérir c'est aussi oublier le savoir qu'elle procure sur la cause et l'heure de sa mort. C'est, en somme, oublier la mort pour mieux retrouver le temps dans une durée où l'on ne sait pas quand et de quoi on va mourir. C'est ... rouvrir de nouveau l'énigme de son terme, de son échéance, que la maladie avait prématurément résolue.<sup>20</sup>

A ce niveau-là, il s'agit plutôt de vivre autant que guérir, être plus conscient de la mort qui peut taper aux portes à n'importe quel moment à cause d'une rechute. A ce moment-là le rescapé surmonte l'épreuve de sa maladie.

Cette femme, hier en parfaite santé est violemment perturbée après une mammographie de dépistage qui découvre dans son sein une image suspecte, un mal dérangeant et menaçant, source de mutilation et de mort. Cette image est pour elle difficile à effacer et à oublier, mais elle garde la possibilité d'observer, de réfléchir et d'essayer de comprendre, de découvrir et de guérir.

### **3. Moyens thérapeutiques et auto-guérison**

Quand la souffrance met l'auteure en crise, elle l'oblige d'évoluer, selon elle « le fait de parler sa souffrance, on est à moitié guérit » (V.C., p.213). Accad met en forme la souffrance en utilisant les plus anciennes formes littéraires, la tragédie, le lyrisme jusqu'au témoignage pour en laisser traces tout en cherchant de nouvelles manières de le dire et de l'exorciser. Ces formes lui permettent de dire tout ce qui l'habite, les impressions, les craintes, les injustices, les colères, et faire part de ses joies et de ses espoirs.

Or, dans *Voyages en cancer*, la souffrance est elle-même l'espoir qui ouvre la voie à la guérison. Elle ne se caractérise pas par un sentiment d'échec, elle est au départ une perte de sens. L'écrivaine a pu objectiver sa souffrance et la repousser un peu à distance grâce au

---

<sup>20</sup> Roland Gori et Marie-José Del Vongo, *La Santé totalitaire. Essai sur la médicalisation de l'existence*, Paris, Flammarion, 2005, p. 85.

partage et à la mise en mot de ce qu'elle vit. Ce qui en résulte est un soulagement du poids du mal de vivre et même la volonté de s'en débarrasser. Pour se libérer d'un passé douloureux, l'auteure utilise différentes formes de discours lui permettant de s'auto-guérir:

- le journal personnel qui lui permet d'extérioriser ses émotions et de confier au papier des choses qu'elle n'ose dire à personne, selon Marguerite Duras « Ecrire, c'est aussi ne pas parler. C'est se taire. C'est hurler sans bruit. » <sup>21</sup>. Dans *Coquelicot du massacre*, le personnage Hayat aussi exorcise la souffrance de son passé où elle cite les causes et les raisons qui ont mené à cette guerre dévastatrice et le rôle de l'homme, la société et la religion dans l'anéantissement de son pays. L'écrivain Elie Wiesel dans *Voyages en cancer* déclare:

En écrivant, j'ai essayé de les convaincre de la nécessité et de la possibilité du témoignage: « faites comme moi, leur disais-je. Déposez, racontez, même s'il vous faut inventer un langage ; communiquez vos souvenirs, vos doutes, même si personne ne consent à les recevoir ». (V.C., p.181)

L'écrivain s'adresse aux survivants de la guerre, ceux qui vivent renfermés, isolés, voilant leur regard de peur. Il tient à leur faire tout dire, tout écrire, même le silence, car d'après lui « la mémoire du silence, je la célèbre ; mais le silence de la mémoire, je le récuse » (V.C., 181). Il pense la même chose à propos des femmes atteintes du cancer du sein et celles qui lui survivent, il les pousse, engage de façon pressante à écrire et à sortir du mutisme.

- Le journal créatif <sup>22</sup> dans lequel Accad inscrit toutes les réflexions ayant un rapport avec la maladie, de s'interroger sur ses causes et ses moyens d'apaisement:

Il faudra que j'écrive sur tout ce qui arrive, sur ce que je vais apprendre, lire, découvrir, sur ma conduite en face de la maladie, fléau de notre siècle dit modèle, et sur la conduite des autres. (V.C., p.44)

---

<sup>21</sup> Marguerite Duras, *Ecrire*, Paris, Gallimard, 1993, p. 32.

<sup>22</sup> Parmi les livres lus et consultés, ceux qu'Evelyne Accad a reçu de la part de ses amis: le livre du chercheur scientifique Gilles-Eric Séralini « *Le sursis de l'espèce humaine* ». Un autre offert par son ami Chris de Sandra Butler et Barbara Rosenblum « *Cancer à deux voix* ».

Le but de ce journal est de manifester les processus intimes dans l'écrit, à se révéler à elle-même et à remettre en question ses relations aux autres et à favoriser sa croissance intérieure.

- Le journal thérapie, dans lequel elle met l'accent sur différents thèmes, tels que les rêves, le travail, la famille et les relations humaines, afin de les explorer et de les approfondir:

J'ai décidé de tenir le journal de mon voyage au pays du cancer. Je le devais à moi-même, pour exorciser ma peine, je le devais aux autres femmes et hommes qui subissent ou auront à subir le même calvaire, pour exorciser leur peine. Je veux aussi dénoncer avec force les dangers auxquels nous sommes exposés, en ce siècle produit de l'arrogance et de l'ignorance en cette ère postmoderne. (V.C., p.14)

Dans ce journal, l'auteure raconte son corps et âme malades, relate son parcours, sa solitude, son traumatisme, ses peurs et ses angoisses. Elle raconte aussi la maladie de ses parents et ses amies. Ce corps malade était témoin dans son parcours de la mort d'amies et d'êtres chers. De ce fait le discours sur le cancer se généralise et prend de l'ampleur au fur et à mesure, il est partout, dans la famille, l'entourage, le travail, il atteint l'homme, la femme, le jeune et le vieux sans exception.

- La poésie favorise le rêve et l'évasion pour l'auteure, elle est libératrice et catharsis dans la mesure où elle permet d'affronter un visage inconnu de soi. Elle n'est pas fuite dû au malaise de la maladie mais une quête réclamant une force de l'imagination apte à donner corps et idées:

Le temps viendra où je n'aurai plus peur  
de cette maladie,  
de chaque douleur, de chaque problème physique  
de chaque faiblesse, de chaque doute  
J'appelle ce temps !  
J'ai peur de nommer mes peurs  
angoisse qu'elles ne deviennent réalité en les  
nommant. (V.C., p.352)

La poésie permet la médiatisation du rapport entre le corporel et l'émotionnel. Pour Accad, la poésie et le chant sont l'air qu'elle

respire, dès son jeune âge, elle composait des chansons et donnait une grande importance aux poèmes.

- La musique n'est pas uniquement plaisir et délasserment, elle exerce, selon Aristote, une grande influence sur les âmes. La puissance morale de la musique étant incontestable, elle instruit aussi l'esprit, le détend et le repose, comme elle purifie l'âme. Dotée d'un pouvoir conciliateur, elle produit des effets cathartiques car elle console l'âme et épaulle le chemin du rétablissement, notamment celui de l'auteure.

Bourré de chimio vénéneuse, mon corps  
Est lourd et fatigué  
La guitare pleure au rythme des étoiles  
Un train passe au-dessus de nos têtes  
Allant là où je dois retrouver l'amour de ma vie  
Cette saison passera-t-elle ?  
Le renouveau est-il possible ? (V.C., p.137)

Ces envolées lyriques caractérisent l'écriture d'Accad, cette forme chantée permet d'exorciser sa douleur ressentie. Car son lyrisme chante soit la perte de l'objet amoureux, soit celle du pays qu'elle ne peut rapiécer, soit la perte d'une santé qu'elle ne peut récupérer. Ce chant crée un lien avec le texte afin de restituer une pluralité de genre et de la poésie d'une parole condamnée au silence.

- La lettre est aussi pour elle un moyen de libération majeur surtout lorsqu'il s'agit de partenaires d'écritures intéressants auxquels elle peut se confier et parler sa douleur. Dans son roman, elle ajoute des lettres qu'elle reçoit pendant son traitement et sa convalescence, comme les paroles de cette amie tunisienne, Hayat, qui devient un des soutiens sur lesquels elle compte sur son chemin vers la guérison « En ce moment difficile, toutes mes paroles et mon cœur sont vers toi, vers le rossignol libanais que j'aime » (V.C., p. 54).

L'intérêt que lui manifestent les autres peut agir comme un cicatrisant sur ses plaies douloureuses.

- L'essai pour exposer, analyser et expliquer quelques réflexions sur le cancer, à travers lequel, l'auteure vise à convaincre le lecteur sur la gravité de cette maladie. Le sujet est abordé sous plusieurs points de vue tout en s'appuyant sur quelques citations d'écrivains, chercheurs et cancérologues:



Carson avait prévu que les études à venir sur la mystérieuse transformation de cellules saines en cellules malignes montreraient que les voies menant au cancer empruntent les mêmes passages que les pesticides et autres produits chimiques toxiques lorsqu'ils pénètrent à l'intérieur du corps humain. (V.C., p.28)

Cette capacité d'intervenir chez l'auteure donne forme à sa vie et à ses relations et lui permet de se confronter aux difficultés rencontrées et de les dépasser. Le journal intime, le journal thérapie ou récit de soi sont thérapeutiques dans la mesure où ils reflètent une certaine vérité d'un vécu et le déroulement de ses événements ; ils sont considérés comme les témoins d'un travail accompli celui de la recherche, de la plainte et du dépassement des problèmes. L'objectif de ces écrits est double, d'une part l'auteure donne sens à sa vie en se racontant, et d'autre part l'écriture lui permet d'interpréter les péripéties auxquelles elle fait face. Tous ces modes d'expression ont les mêmes pouvoirs de diversion et de distanciation de la souffrance et l'expression de soi.

- La lecture peut avoir plusieurs vertus, elle est échappatoire de la monotonie de la vie comme elle est un moyen de distraction et de divertissement. Dans *Voyages en cancer* elle joue un rôle important et différent, elle est purement informative et est classée au même rang que l'écriture. Le livre est à considérer comme une source d'information inépuisable, c'est grâce à la lecture que l'auteure se ressource et s'informe sur la maladie et ses origines:

En ce moment, j'ai des tas de livres à lire. Parfois, je n'ai plus envie de lire sur la maladie, particulièrement sur le cancer. J'en sors trop déprimée. Mais il y a des livres excellents comme celui de Susan Sontag, la maladie comme métaphore où elle compare la tuberculose et le cancer et les métaphores qui leurs sont liées ... J'ai aussi lu son livre sur le sida, (comment nous vivons aujourd'hui), une histoire très bien écrite qui montre que nous sommes tous la menace de cette terrible maladie, personne n'est épargné. (V.C., pp.123-124)

Il y a là comme l'aveu d'une méthode: la métaphore pour désigner la souffrance, une mise en abîme de l'écriture. C'est grâce à la lecture aussi que l'auteure constate à quel point l'humanité est exposée à de plus en plus de maladie. Ce constat est fait après la lecture du livre de Laurie Garrett's *La Peste qui vient: les maladies qui s'annoncent dans un monde déséquilibré*. Ce qui la renforce dans cette conviction est le livre de Gilles-Éric Seralini *Le Sursis de l'espèce humaine* qui exprime la même inquiétude.

- Le rêve est thérapeutique dans la mesure où il aide à l'interpénétration correcte des messages. Il est un voyage qui permet aux voyageurs d'atteindre des moments dont le sens caché se découvre dans l'analyse de leur symbolisme, des raisons qui en font des expériences importantes agréables ou pénibles de la vie. De tels exercices mettent le doigt sur les blessures passées et permettent de les soigner. Autrement dit, trouver ce qui fait mal dans sa vie est une étape de la guérison:

L'autre jour j'avais une séance de méditation-visualisation, je le faisais avec l'aide d'un texte enregistré qui me demandait d'aller dans son rêve éveillé à une commode. (V.C., p.195)

Le rêve devient un objet de méditation, Freud dans ses études sur la psychanalyse, voyait dans les rêves un avertissement inexplicable qui fait connaître à l'avance ou à distance un événement à venir que dans la mesure où il est un désir accompli, comme il peut annoncer l'avenir, celui conforme au désir du rêveur:

J'ai eu un songe, j'achetais des actions d'un tunnel sous le Mont Blanc. Je craignais que cela ne marche pas, que la montagne s'effondre sur le tunnel avant qu'il ne soit terminé, celui-ci traverse une haute montagne couverte de neige éternelle. (V.C., p.202)

Le tunnel peut être considéré comme le voyage au travers le cancer, il se caractérise par le fait qu'il est long, le cancer l'est aussi pour Evelyne Accad, « le tunnel traverse une haute montagne couverte de neige éternelle » signifie son désir de transcendance, de spiritualité, de dépassement de la maladie qui tente de l'abattre, de l'oppresser et de la tenir dans l'obscurité. L'auteure continue que dans son rêve il y a une lumière dans le tunnel. Son rêve est interprété par son amie, qui pense que l'achat des actions traduit sa volonté de disposer de sa maladie,

plutôt que de laisser la maladie disposer d'elle. Evelyne Accad veut aussi, dans son rêve, s'approprier sa maladie et se diriger vers un beau soleil.

#### **4. Conclusion**

Cet article a été consacré à l'étude de l'écriture cathartique à travers une expérience qui a bouleversé le cours de la vie de l'auteure, un événement traumatique l'a conduit à écrire. L'écriture a pour but de se reconstruire car confrontée aux violences extrêmes de la maladie, elle devient un point d'appui qui met en ordre le désordre du vécu, permettant à l'écrivaine de tracer un chemin par les mots pour occuper les failles d'un réel traumatique, celui de la déchirure et du néant. Cette écriture banalise le silence que le vécu a exigé. Elle rend plus visible la douleur, la peine et la souffrance ressentie. Elle se justifie comme recherche de soi à travers le chant, la poésie, l'essai, la lettre, le journal personnel, la plainte et la voix des autres réunis de nouveau pour un partage de souvenirs, de mémoires, de consolations et de confidences. Toutes ces formes d'écrit qu'Accad utilisent pour se débarrasser du traumatisme et du mutisme façonne son texte et lui donne un caractère curatif dans l'éclatement.

#### **Bibliographie**

- Accad Evelyne, *Voyages en cancer*, Paris, L'Harmattan, 2000,
- Mircea Eliade, *Mythes, rêves et mystères*, Paris, Gallimard, 1989
- Sontag Susan, *La maladie comme métaphore*, Paris, Le seuil, 1979
- Gros Dominique, *Le sein dévoilé*, Paris, Stock, 1987
- Gori Roland et Del Vongo Marie-José, *La Santé totalitaire. Essai sur la médicalisation de l'existence*, Paris, Flammarion, 2005
- Duras Marguerite, *Ecrire*, Paris, Gallimard, 1993