

LES BIBLIOTHEQUES VIVANTES

Se rencontrer, s'émouvoir, apprendre...



Une bibliothèque vivante, c'est quoi ?

C'est un livre qui n'est pas en papier mais **en chair, en os et en voix**.

C'est une personne qui accepte de raconter, de partager - avec un tout petit nombre de **lecteurs-spectateurs** :

- * un événement de sa vie, heureux ou malheureux
- * une expérience qui l'a marquée
- * une épreuve qui l'a changée
- * un souvenir encore vibrant
- * un secret longtemps tu
- * des savoir-faire et des recettes (de cuisine ou de vie)

C'est une histoire réellement vécue, racontée en son « je ».

C'est une histoire réellement écoutée, dans un cadre protégé et protecteur.

Une bibliothèque vivante, ce n'est pas...

- * Un exposé théorique, un cours magistral, une conférence.
- * Une pièce de théâtre.
- * Un conte.
- * Un seul.e en scène.
- * Une thérapie collective.

Une bibliothèque vivante, pour quoi faire ?

Pour honorer la vie des gens. Toutes les vies, même celles qui semblent, en apparence, banales, insignifiantes, sans héroïsme. **C'est une question d'humanité.**

Pour renforcer l'estime de soi de celles et ceux qui n'ont pas ou plus voix au chapitre. Tout le monde a une expérience de vie unique, donc tout le monde est intéressant et mérite d'être écouté. **C'est une question de dignité.**

Pour susciter des rencontres authentiques et des échanges profonds, marqués par l'écoute bienveillante, l'empathie, la compréhension mutuelle. **C'est une question de vivre ensemble.**

Pour apprendre et s'enrichir les uns les autres. Les savoirs issus de l'expérience, en particulier de celle des citoyens les moins visibles et les moins audibles sont un trésor pour toute la société. **C'est une question d'éducation et de citoyenneté.**

Les premières « bibliothèques humaines » sont apparues à Copenhague dans les années 2000. Elles ont été créées par des membres du groupe « Stop the violence » pour lutter contre la discrimination sous toutes ses formes.

De quoi parlent les livres vivants ?

De tout.

Des événements tenus du quotidien comme des aventures qui changent une vie. Des grandes joies comme des petites hontes. De nos hauts-faits et de nos moments sans gloire. De nos attentions et inattentions.

Mais aussi : de non-dits, de nos tabous, de nos empêchements, de nos peurs, de nos préjugés ...

De tous les sujets que l'on n'entend pas, ou mal, ou trop peu.

De sexualité, de mort, de violence, d'enfance, de vieillesse, d'addiction, d'amours interdites, de discriminations, d'isolement, de folie ...

Par delà la diversité de nos expériences de vie, qui trop souvent nous séparent, les livres vivants nous parlent des émotions, universelles, qui nous relient.

Ils nous disent que l'on peut ressentir les mêmes émotions sans avoir vécu les mêmes choses.

Qui sont les livres vivants?

Toute personne qui souhaite raconter un épisode de sa vie, partager une expérience, transmettre un savoir, peut devenir un livre vivant.

Les livres vivants ne sont jamais des comédiens, des conférenciers ou des professeurs. Ils n'ont, en général, pas d'expérience de la scène, et même pas l'habitude de prendre la parole en public.

Nous pensons que tout le monde a le droit et la capacité de s'exprimer dans sa voix et dans son corps, avec juste un peu d'aide parfois.

Notre rôle est de soutenir cette parole, de la faciliter, de « permettre que les choses se fassent ». Le plus discrètement possible, sans les influencer, sans les déformer. En faisant en sorte que l'histoire se dise telle qu'elle a été vécue et telle que les personnes souhaitent la raconter. Sans objectifs particulier à atteindre, sans exigence d'efficacité.

Nous sommes des passeuses de parole.

Lorsque des personnes sont confrontées à des difficultés spécifiques (handicap, traumatisme,...), nous travaillons de façon encore plus resserrée avec les professionnel.les du champ sanitaire et social dont c'est le métier de les accompagner au quotidien.



Qui sont les lecteurs-spectateurs des livres vivants?

Tout un chacun a la possibilité d'aller à la rencontre d'un livre vivant. Mais :

L'auditoire est composé d'un tout petit nombre de personnes, 1 à 10 maximum : **c'est un moment rare.**

Le récit n'est livré que deux ou trois fois et jamais de la même façon. Il n'est ni filmé ni enregistré : **c'est un moment unique.**

On s'engage à écouter son livre dans le plus grand silence : **c'est un moment précieux.**

Lorsque le livre vivant a fini de s'exprimer, et avec son accord, un temps d'échange est souvent possible. Les questions, les étonnements, les réactions sont alors bienvenues.

Et sinon, on glisse des petits mots dans une boîte à lettres.

Où se déroulent les bibliothèques vivantes?

Partout où le calme et l'intimité sont possibles.

C'est-à-dire le plus souvent dans une bibliothèque, mais aussi dans une salle de classe, un appartement, un cabinet de consultation, une voiture, un vélo-cargo en balade, un jardin, une clairière...



Une bibliothèque vivante, comment ça se fabrique ?

Temps #0 : Co-construction et écriture du projet avec les partenaires.

Temps #1 : Repérage et recrutement des futurs « livres vivants » avec l'aide du réseau de partenaires ; présentation du projet et du cadre de confiance.

Temps #2 : Travail avec les futurs livres vivants autour du thème puis du récit choisi. On le raconte, on le re-raconte, on l'écrit.

Pour se préparer, il peut être intéressant que le « livre vivant » se pose les questions suivantes :

- * Pourquoi et comment cette histoire, cette rencontre a influencé ma vie ?
- * Qu'est-ce que j'ai d'elle en moi aujourd'hui ?
- * Qu'est-ce que je souhaite transmettre avec cette prise de parole ?
- * Quelles sont les sensations, émotions, couleurs, odeurs associées à ce moment de vie ?

Les futurs livres vivants peuvent venir avec quelque chose de déjà écrit mais ce n'est pas obligatoire.

Ce travail peut se faire au long cours ; des ateliers d'écriture peuvent être organisés.

Il ne s'agit pas de produire un discours théorique et didactique, mais bien d'offrir un moment de vie, en conservant la sensibilité et la manière de s'exprimer propre à chacun.

Temps #3 : S'entraîner à raconter son récit, donc le faire plusieurs fois.

Arriver à une prise de parole simple et authentique ne veut pas dire improviser ! Travailler, préparer, c'est aussi rassurer la personne, lui permettre de se sentir plus à l'aise, l'autoriser à parler.

Au cours de ces rencontres, il est possible de réfléchir à une « mise en scène », une esthétique, un léger décor, un ou deux objets qui viendront mettre en valeur, enrichir, sublimer la prise de parole du livre vivant, renforcer sa présence sans la contraindre.

Par petites touches discrètes, il s'agit de fabriquer un écrin, tout à la fois léger et soutenant, pour cette parole précieuse. Il s'agit d'en prendre le plus grand soin.

Temps #4 : S'entraîner à raconter en conditions, c'est-à-dire devant quelques personnes.

Temps #5 : Bibliothèque vivante.

A quoi pourrait ressembler une bibliothèque vivante ?

... A une personne âgée isolée qui ouvrirait la porte de chez elle à quelques bienveillants inconnus pour partager des souvenirs de sa jeunesse.

... A de très jeunes enfants qui nous expliqueraient, à leur hauteur, ce que c'est d'être un enfant dans une société d'adulte.

... A des citoyen.nes de tous âges qui apporteraient l'objet le plus précieux qu'ils et elles possèdent et nous en raconteraient l'histoire.

... A des patient.es ou ex-patient.es qui nous raconteraient, avec leurs mots, cette « nouvelle dimension de la vie » (Canguilhem) que constitue l'expérience de la maladie.

Au fait, comment tout cela a-t-il commencé ?

Nous (Stéphanie et Barbara) nous sommes rencontrées en 2021, nos filles sont dans la même classe de petite section et elles deviennent copines. On se croise quotidiennement, on apprend à se connaître devant un portail d'école, à la bibliothèque, au détour de la vie de notre quartier.

Les années passent tranquillement, Stéphanie change de vie professionnelle et Barbara s'émerveille de ce nouveau chemin. On parle de plus en plus de ce qui nous anime, on se rend compte que l'on a des goûts communs : les podcasts, les histoires, les gens. On constate que l'on s'entend bien et naît le désir de créer quelque chose ensemble.

Nos filles rentrent au CP, de nouveau dans la même classe. Dans leur école, c'est une année importante : les 70 ans de l'école de la Benauges, un quartier de la rive droite de Bordeaux. Associations, parents d'élèves, enseignants se mobilisent pour faire de cet anniversaire une grande fête.

Stéphanie franchit le pas et propose à Barbara de participer à cet événement en mettant en place une bibliothèque vivante. Tout va très vite, avec une fluidité déconcertante.

On se renseigne, on échange avec des gens qui connaissent l'expérience, on imagine une manière de faire qui nous ressemble, on identifie des livres vivants, on propose, on essaie de donner envie, on embarque dans notre exaltation. Fatna, Martine et Marie-Danièle acceptent l'aventure. Nous les avons rencontrées 4 fois chacune, leur avons proposé une méthodologie que nous avons imaginée toutes les deux, les avons encouragées, nous nous sommes adaptées, nous les avons soutenues, rassurées jusqu'au jour J.

C'était beau, simple, humain, généreux.

Un souvenir tout doux dans le cœur, qui réchauffe même longtemps après.

Des œuvres et des idées qui nous nourrissent.

- * La « Minute vieille » sur Arte : <https://www.arte.tv/fr/videos/RC-019909/la-minute-vieille/>
- * Les Pieds sur terre sur France Culture : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-pieds-sur-terre>
- * Le podcast « Polissons » d'Arte Radio : <https://www.arteradio.com/flux/polissons>
- * Le Colloque des enfants de l'association Chahuts : <https://www.chahuts.net/spectacle/lecolloquedesenfants/>
- * Le croisement des savoirs et des pratiques d'ATD Quart-Monde : <https://www.atd-quartmonde.fr/le-croisement-des-savoirs-et-des-pratiques/>

Des phrases qui nous inspirent...

« L'expérience de chacun est le trésor de tous ».

Gérard de Nerval

« Le seul véritable voyage, le seul bain de Jouvence, ce ne serait pas d'aller vers de nouveaux paysages, mais d'avoir d'autres yeux, de voir l'univers avec les yeux d'un autre, de cent autres, de voir les cent univers que chacun d'eux voit, que chacun d'eux est. »

Marcel Proust, « À la recherche du temps perdu », Tome 5 : La Prisonnière

« Seule sur son lit de la maison de retraite, ma mère protestait, clamait son indignation. Mais son cri ne s'adressait qu'à une seule personne : moi (...) Elle tenait des propos dont la dimension était éminemment politique (...). Mais qu'est-ce qu'un propos politique qui reste cantonné à la sphère privée, qui ne peut accéder à la sphère publique ? La conclusion est simple : ma mère pleurait mais elle n'avait pas accès à la parole, en tout cas à la parole publique. Sa plainte ne sortait pas de sa chambre . »

Didier Eribon, « Vie, Vieillesse et mort d'une femme du peuple »

« Seul celui qui s'obstine à formuler son vécu, à le mettre en forme et à le communiquer est sujet »

D. Argoud et B. Puijalon, « Enjeux et limites d'une prise en compte de la parole des vieux », Gérontologie et Société 2003

« Il y a toujours chez l'autre une vérité qui me manque »

Guy Gilbert

Qui sommes-nous ?



Stéphanie LAMPERT, **A Voix haute !**

De formation littéraire et journalistique, j'aime depuis toujours prêter l'oreille et la plume à d'autres vies que la mienne. J'ai la conviction que donner à entendre et à comprendre nos histoires de vie, en particulier celles des citoyens les moins visibles et les moins audibles, est un puissant levier de justice et de cohésion sociale. Se raconter et s'écouter nous rassemble et nous relie, par-delà les générations et les cultures.

Après un début de carrière comme journaliste spécialisée en santé, j'ai contribué pendant dix ans au déploiement des politiques publiques au sein de l'Agence régionale de santé de Nouvelle-Aquitaine. Forte de cette expérience au service de l'intérêt général, j'ai créé *A Voix haute !* début 2024 pour promouvoir le récit de vie comme moyen d'intervention sociale. Je développe depuis une approche en pratiques narratives, centrée sur l'expression des histoires vécues par la médiation d'œuvres littéraires et artistiques.



Barbara DROUINAUD BOBINEAU **comédienne/plasticienne**

Fille de paysans, j'aime les couleurs, les objets et les gens. Je grandis au milieu des vignes, sur une terre de transmission. Un jour, je découvre « Royal de Luxe » et les festivals d'arts de rue. Alors je décide de devenir un peu comédienne, un peu plasticienne, un peu jardinière, un peu danseuse, un peu collectionneuse, beaucoup artiste. Je me suis formée au clown, au conte, au jeu de l'acteur et à la danse. Spectatrice de la dernière séance, lectrice à la bougie, rigoureuse et légère, j'aime les spectacles qui osent l'intime, la poésie et l'humour. J'aime raconter des histoires et encore plus en écouter.

Je collabore avec la compagnie Bougrelas, avec Le GIVB, avec la Cie MMM et le collectif des Femmes de l'Ouest pour porter des histoires intimes dedans et surtout dehors. L'intime à ciel ouvert. J'aime les rencontres et j'aime susciter les occasions. J'apporte mon œil de plasticienne et mon expérience de directrice d'acteurs et d'actrices sur différents projets.

Pourquoi raconter nos vies, pourquoi les écouter ?

Conteurs nés, c'est à travers les récits qu'ils produisent tout au long de leur vie que les êtres humains construisent leur identité et donnent un sens au monde qui les entoure. Ces histoires leur permettent d'interpréter leurs actes, de reconstituer leur parcours de vie, de se situer par rapport aux autres, en un mot de se sentir exister.

Ils constituent aussi une opportunité pour entrer en relation, une passerelle pour tisser des liens. Car si tout le monde a une expérience de vie unique, chaque parcours recèle une part d'universel. Partager nos histoires de vie, être écouté et entendu, nous relie les uns aux autres, par-delà nos différences et nos singularités.

Oui mais...

Dans nos sociétés modernes éclatées, isolées, accélérées, les occasions de s'exprimer et de partager nos vécus sont devenues bien rares. Quand prenons-nous encore le temps de raconter des histoires ? Et où trouve-t-on des oreilles attentives pour les écouter ?

Et surtout...

Où s'en va l'expérience des « sans voix », des vulnérables, de toutes celles et ceux qui ne savent pas ou ne peuvent pas prendre la parole ? Qui entend leur histoire et qui la prend en compte ? Qui recueille leurs savoirs de vie et qui les valorise ?

Nous sommes convaincues que..

Par l'écoute attentive et le partage d'expériences, les récits favorisent des relations profondes entre les individus, nourrissent l'empathie et renforcent la compréhension mutuelle.

Par leur pouvoir réflexif et créatif, ils mettent en valeur les capacités des personnes, stimulent leur participation sociale et font bouger les représentations.

Dans le cadre sécurisé de la bibliothèque vivante, une histoire résonne avec celles des autres, les expériences se tissent. Peu à peu, l'air de rien, les préjugés s'estompent, l'intime trouve une place. Un sentiment d'appartenance s'installe. De cette plongée dans le passé, un futur commun peut émerger.



Contacts

Stéphanie LAMPERT : 06 70 74 15 21

stephanie.lampert@avoixhaute.fr

Barbara DROUINAUD BOBINEAU : 06 75 60 78 73

barbara.drouinaud@gmail.com

Expérience de
bibliothèque vivante
pour les 70 ans
de l'école de
la Benaugue
à Bordeaux.
(Mai 2025)

