

« L'écriture du journal comme outil de formation de soi-même »

Rémi Hess *et al.*, *Le Télémaque*, vol. 49, no. 1, 2016

« Le journal personnel comme outil de formation peut être davantage qu'une exploration de l'intime. Il peut être aussi un outil d'exploration de différents moments de la personne. (...) »

Le philosophe Maine de Biran recopie des pages entières de ses journaux pour les transformer en lettres qu'il adresse aux chercheurs, aux scientifiques de son temps, avec lesquels il discute de ses propres recherches. Pour eux, l'espace du journal est un espace de formation de la pensée. Les journaux pédagogiques de J. Korczak ; les journaux de peintres comme ceux d'A. Dürer, E. Delacroix S. Dali, F. Kahlo, etc. n'ont jamais été intimes. Pour nous, beaucoup de journaux nous apparaissent, même s'ils peuvent avoir une dimension intime, davantage comme un moment de l'atelier de soi, de la construction de sa pensée et de l'œuvre que l'on veut réaliser, qu'elle soit intellectuelle ou artisanale, économique ou politique, manuelle ou artistique. Le peintre, avant de se lancer dans une grande fresque, dans une toile de belle envergure, travaille : il fait des croquis, saisit des idées... Le travailleur social qui se veut réflexif, l'intellectuel en recherche, l'anthropologue en voyage, la mère qui pense son rapport à ses enfants, l'instituteur en train de se former, le lecteur qui souhaite capitaliser ses méditations... utilisent le journal comme un outil de formation.

Le journal est donc un outil de recherche et de formation de soi. Je puis le garder pour moi, mais je puis aussi le faire partager à des proches, aux membres d'un groupe de pratique ou de référence. Je me cherche et je me forme en notant mes expériences (...). En effet, le journal permet d'explorer les métamorphoses de la personne en train de vivre dans le monde des mots, des personnes et des choses. Il peut décrire un vécu d'aujourd'hui, reprendre des situations anciennes, explorer les possibles de l'avenir. Le journal accueille les interrogations, les idées plus ou moins intéressantes de son auteur. Communiqué, il devient source de questions de la part de collègues (ou d'amis). Relu, il aide son auteur à mesurer le chemin parcouru. »