

Livres

Laure Limongi, autrice et bibliothérapeute : “La lecture est tout sauf une pratique anodine”

par Nelly Kaprièlian
Publié le 13 septembre 2024 à 16h21
Mis à jour le 13 septembre 2024 à 17h14



Laure Limongi © Laure Limongi

Au Festival Extra!, Laure Limongi propose des consultations de bibliothérapie. Des rendez-vous de 20 minutes qui se ponctuent par la prescription littéraire. Rencontre avec l'autrice et performeuse.

Avec *Le Service des Panacées*, l'écrivaine et editrice Laure Limongi crée des performances de bibliothérapie. Elle nous reçoit en blouse blanche, dans un cabinet et en face-à-face, pour des consultations d'environ vingt minutes durant lesquelles nous lui exposons la question qui nous travaille et elle nous répond en nous prescrivant des livres à lire.

Elle sera ces jours-ci en “consultation” au Festival Extra! à Beaubourg. Rencontre.

Comment vous est venue l'idée de cette performance, *Le Service des Panacées*, et de ces prescriptions ?

Laure Limongi – Je pense que ce projet se situe à la croisée de chemins que j'emprunte depuis longtemps. La passion très ancienne de la lecture, bien entendu, le goût des aventures collectives – artistiques, littéraires... –, le fait d'avoir été editrice et d'à présent enseigner la création littéraire en parallèle de l'écriture de mes livres... En 2015, j'avais déjà abordé un sujet neurologique avec *Anomalie des zones profondes du cerveau* (Grasset) qui été une première incursion dans l'univers médical. Par ailleurs, dans ma vie de lectrice, il y a plusieurs livres qui ont été et sont bienfaisants, pour différentes raisons, qu'ils m'aient montré un chemin d'apaisement possible, d'autres trajectoires...



Nelly Kaprièlian

Livres

Laure Limongi, autrice et bibliothérapeute : “La lecture est tout sauf une pratique anodine”

Les plus lus



Où est le cool ?

1. “Cordialement” : un premier solo show à l'énergie cathartique pour Damien Moulierac

Musique

2. Vous allez pouvoir revivre les JO de Paris à l'infini : “Parade” est dispo en streaming

Arts & Scènes

3. Entre danse et théâtre, le festival Optimisme Ambient invite à de riches expériences électro à Lyon

Livres

Laure Limongi autrice



Privacy center

s'agissait davantage de raisonnement pluriel). Mais le présumé de la démarche, c'est qu'en effet la lecture a des effets bénéfiques, mêmes s'ils sont souvent plus inflammatoires qu'anti-inflammatoires... (Ce sont des remèdes puissants.) La lecture peut ainsi rétablir un certain équilibre dans notre rapport au temps, dévoré par les écrans. De plus, certains chercheurs qui développent l'hypothèse des neurones miroirs confirment que la lecture est tout sauf une pratique anodine. En effet, les neurones miroirs s'activent aussi bien quand l'action est réalisée, que quand on l'observe chez l'autre, mais aussi en écoutant le son produit par l'action ou quand on peut seulement imaginer l'action exécutée. En lisant, vous pouvez effectuer bien des choses, en tout cas, en avoir les émotions et les sensations.

Quel est le trouble que l'on vous a exposé qui a été le plus troublant pour vous (ou le plus difficile pour établir une prescription) ?

Les troubles qui expriment une grande souffrance doivent être traités avec la plus grande délicatesse, j'y réfléchis longtemps. Les énoncés cryptés ou mystérieux amènent à formuler plusieurs hypothèses. D'où le fait que la rencontre, pendant la consultation, soit essentielle. Elle permet de préciser les choses, à travers le dialogue. La prescription se fait à deux. Le fait de demander à la personne d'énoncer elle-même son trouble, c'est aussi une manière de ne pas me saisir de l'outil de pouvoir du diagnostic – impérieux en médecine mais qui me semblerait déplacé ici. La responsable du *Service des Panacées* est un outil de transmission de la littérature.

Propos recueillis par Nelly Kapriélian.

[interview](#)

5 [“That’s How I’m Feeling”, le premier clip extrait de l’album “No Name” de Jack White, dévoilé](#)

La rédaction vous recommande



Agenda



[Angela Davis, Kuro Tanino, The Lemon Twigs : La semaine en 10 rendez-vous](#)

[Agenda de la semaine](#)

Musique

Où est le cool ?



[“Cordialement” : un premier solo show à l’énergie cathartique pour Damien Moulierac](#)

Arts & Scènes