



Shutterstock

L'autobiographie : mémoire de nos récits personnels



PASCAL CAGLAR / 15 OCTOBRE 2025 /

ACTUALITÉS, ACTUALITÉS PÉDAGOGIQUES, CULTURE GÉNÉRALE ET EXPRESSION, EXPRESSION ÉCRITE

La lecture est à la peine mais pas l'écriture et notamment l'écriture de soi, genre qui connaît un succès certain et qui compte certains textes à valeur historique et, ou littéraire. L'Association pour l'autobiographie (Apa) archive ces textes et organise des événements pour défendre ce patrimoine singulier.

Nous utilisons des cookies uniquement pour le bon fonctionnement du site, aucune donnée personnelle n'est enregistrée. [Mentions légales](#)

Accepter

Refuser

A création littéraire et renforce la tendance à une certaine normativité des œuvres, il est bon de rappeler l'existence d'un havre d'authenticité humaine où les expériences de vie sont la seule matière des textes, où le témoignage personnel prend la valeur d'un document historique ou littéraire. Cette ambition a un nom : l'Apa, Association pour l'autobiographie, et un lieu : Ambérieu-en-Bugey (Ain), où l'association a son siège et son centre d'archives surnommé la Grenette.

Tout professeur ou étudiant de lettres se souvient avoir croisé durant ses études le Pacte autobiographique de Philippe Lejeune. À la fin de sa carrière, ce grand universitaire rêva d'un lieu où conserver tous les écrits biographiques, récit, journal ou correspondance, d'anonymes ou de gens plus connus, du XIXe ou de nos jours, pour les protéger, les classer, et mettre à disposition des chercheurs, professeurs, artistes ou simples curieux. Porté par la conviction que la vie a une valeur inestimable et que les récits de soi sont au plus près de cette vie, Philippe Lejeune a voulu sauver de l'oubli les traces de celles et ceux qui font la richesse et la diversité de l'humanité ordinaire et dont les témoignages illustrent les problèmes existentiels de chacun d'entre nous.

Le résultat est la constitution d'un patrimoine autobiographique exceptionnel, créé en 1992 et comptant aujourd'hui près de 4500 documents. À juste titre, son fondateur peut affirmer : « *Nous sommes une sorte d'écomusée, de réserve naturelle, nous essayons de lutter contre la destruction sélective de ce qui a donné sa forme à notre patrimoine autobiographique.* » De fait, la transmission, génération après génération, de ces pratiques d'écriture de soi, relève bien du patrimoine immatériel d'une société.

« Écho de lecture »

Aujourd'hui, ces milliers de documents sont consultables grâce au remarquable travail réalisé par les « apaïstes », soit les bénévoles de l'Apa. La procédure de dépôt et enregistrement est validée par un compte rendu qui donne lieu à une fiche dite « écho de lecture » disponible sur le site et accessible grâce à un moteur de recherche par mots clés, thèmes, dates ou lieux, ainsi que grâce à de réguliers recensements dans le catalogue Le Garde-mémoire et des dossiers thématiques dans la

D'autres publications, comme *Les Cahiers*, plus tournées vers l'histoire, fournissent des témoignages sur des événements comme la Guerre d'Algérie, Mai 68 ou encore le confinement de 2020. Chaque dépositaire est libre d'interdire plusieurs années, sur une période allant de cinq à cinquante ans, la consultation de son texte autobiographique. De même, chacun peut déposer des documents de membres de sa famille, des écrits retrouvés dans des greniers ou des cartons, lettres ou textes anciens, certains d'entre eux remis à l'Apa remontent à la fin du XVIIIe siècle !

Chaque année, des événements, conférences, tables rondes, expositions, à Paris ou en région, attirent de nombreux participants, chercheurs, professeurs, ou simples amateurs. Doctorants en histoire, en sociologie, en psychologie, en lettres, consultent sur place cette banque de mémoires anonymes, et certains réalisateurs viennent y puiser leur inspiration et structurer leur imaginaire. La liste est longue des manifestations de l'Apa, et pour s'en tenir à l'actualité, signalons que, pour les journées du Patrimoine des 20 et 21 septembre 2025, l'association a proposé une exposition intitulée « Journaux intimes, 1939-1944 », au Mémorial de la Shoah à Paris.

« Se raconter, se représenter »

L'autobiographie est un genre passionnant, riche de sens et d'exploitation. À juste titre, les programmes scolaires la font étudier à un âge charnière, l'adolescence, en classe de troisième, sous l'intitulé : « Se raconter, se représenter ». Les professeurs savent bien que l'écriture de soi est une formidable manière d'entrer dans la littérature et de faire écrire les élèves.

La régularité avec laquelle *L'École des Lettres* publie des analyses d'œuvres autobiographiques (comme *Beyrouth sur Seine*, de Sabyl Ghossoub, Goncourt des lycéens 2022), des études d'auteurs comme *George Sand, de l'adolescente à l'écrivaine*, *Confessions d'une enfant du siècle* (novembre 2024), des numéros spéciaux sur *L'autobiographie ou le récit de soi* (décembre 2022) ou des séquences d'atelier d'écriture autobiographique, témoignent du succès remporté par cet objet d'étude au collège et au lycée.

De son côté, l'APA fournit aux enseignants d'utiles informations, à travers ses

si différentes et si proches.

Si les documents adressés à l'Apa augmentent sensiblement d'année en année, ce succès confirme la bonne santé du journal intime qui, étonnamment, à l'heure de l'exhibition de soi, de l'image et de l'oralité bavarde sur les réseaux sociaux, continue à être pratiqué par plus de trois millions de personnes, selon le Ministère de la Culture (enquête de 2024 sur les pratiques culturelles des Français).

L'intimité n'est pas morte, le fameux carnet et son stylo restent les confidents privilégiés de nos émotions et de nos états d'âme, comme si chacun d'entre nous ressentait le besoin d'écrire pour soi, dans une sorte d'autothérapie où se devine obscurément le pouvoir de l'écriture dans la régulation de soi et l'éclaircissement de nos vies. On ne se couche peut-être pas aisément sur le divan, mais on se couche volontiers sur le papier, rien que pour soi. Et c'est tant mieux.

P. C.

Ressources :

L'École des Lettres, L'Autobiographie ou l'écriture de soi, n°2 décembre 2022-février 2023.

Philippe Lejeune : le pacte autobiographique, Points essais, réédition augmentée 1996.

Philippe Lejeune, sur l'origine de l'Apa

Philippe Lejeune, L'autobiographie comme patrimoine », revue *Espace-temps*, 2000, repris sur Persée.

Site de l'Apa : <https://autobiographie.sitapa.org/>

L'École des lettres est une revue indépendante éditée par *l'école des loisirs*. Certains articles sont en accès libre, d'autres comme les séquences pédagogiques sont accessibles aux abonnés.