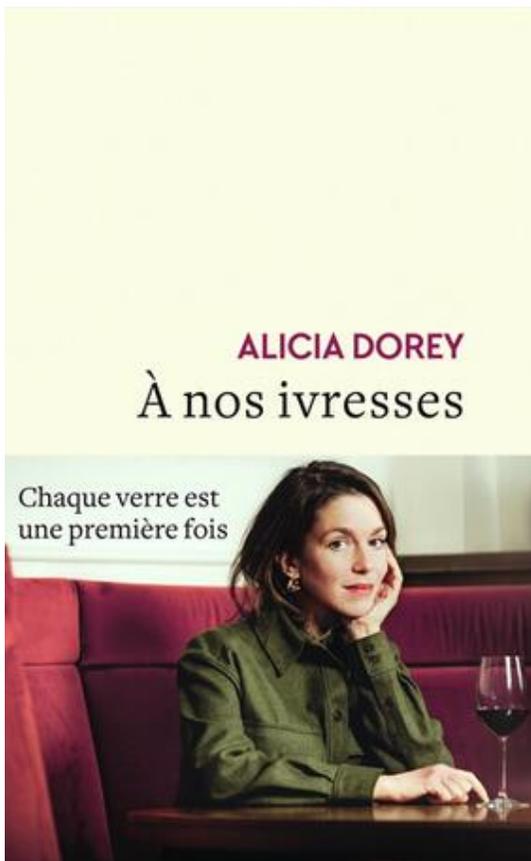


Bonjour,

Comme une envie de vous partager quelques nouvelles avant que l'été ne mette vos boîtes mail au repos et vos écrans en mode avion. Au menu du jour : un livre enivrant, une virée dans mes coulisses de plume de vie, des nouvelles de la formation Devenir biographe et un nouveau mantra pour la route !



IDÉE LECTURE

S'enivrer de poésie

Alors que le soleil fait durer les apéros et couler le rosé, je vous conseille un livre aussi pétillant qu'un bon champagne et aussi profond qu'un pinot noir. Un livre extrêmement bien écrit qui raconte et célèbre l'ivresse sous toutes ses formes.

Je l'ai lu très lentement, aussi lentement qu'on déguste un (très) bon vin, et je vous le conseille vivement, que vous soyez adepte de la sobriété sage ou des soirées un peu trop arrosées, ne serait-ce que pour la plume sublime d'Alicia Dorey.

[À nos ivresses](#), d'Alicia Dorey, chez Flammarion

P.-S : En parlant d'ivresse, c'est aussi le thème de mon poème préféré de Charles Baudelaire, « Enivrez-vous ». Je l'aime tellement que j'en ai fait une [interprétation tout en danse et en poésie](#). Enivrons-nous !

Dans mes coulisses de plume de vie



Danièle et Mireille

En ce début d'été, ce sont deux de mes biographies qui sont parties à l'impression, celles de Danièle et Mireille, deux grands-mères attachantes qui ont reçu le **livre de leur vie comme cadeau d'anniversaire de 75 et 80 ans.**

L'une m'a raconté son **enfance aux Antilles** avec 9 frères et sœurs et des parents qui passaient leurs journées à cueillir des ignames aux champs, l'autre ses années de **pensionnat à Lille** et sa **jeunesse au Maroc** dans les années 1970... Passionnant pour moi de voyager dans leurs vies, exaltant pour elles de replonger dans leurs souvenirs !

De l'art de déjouer le point final

Pour Mireille qui ressassait depuis des années le deuil de son mari, **se raconter s'est vite révélé très apaisant et libérateur.** Tant et si bien que s'est présentée à moi une situation inédite : la **difficulté à mettre un point final à nos entretiens.** Mireille avait pris goût à nos échanges, ils venaient combler sa solitude, chasser ses vieux fantômes, lui redonner de l'élan pour l'avenir et le goût de se lever le matin. En concertation avec ses enfants et bien sûr avec son aval, nous avons donc pris une décision : **poursuivre les entretiens au-delà du livre.** Je suis tellement heureuse de faire sauter la barrière du point final et de continuer à prêter mon oreille empathique à cette grand-mère que moi non plus je n'avais pas envie de quitter !

Ce qui se mijote

Je poursuis présentement l'écriture de trois livres, celle d'un papi volubile au bel accent du sud-ouest, d'un jeune homme voulant se libérer du trauma de l'inceste, et d'un coach psychologue souhaitant réaliser un roman autobiographique. Ma plume ne se lasse pas de voyager de voix en voix et de vie en vie !

Ce qui se mijote aussi en parallèle de mes livres, c'est l'accompagnement des élèves de la formation Devenir biographe dont je vous donne quelques nouvelles sans plus attendre...

Chacun à son rythme

Trois élèves ont déjà décroché leur diplôme. Devenir biographe en mai, d'autres viennent de rejoindre les bancs des apprentis passeurs de mémoires. C'est l'avantage d'une formation en ligne : il est possible de la rejoindre à tout moment et de la suivre à son propre tempo.



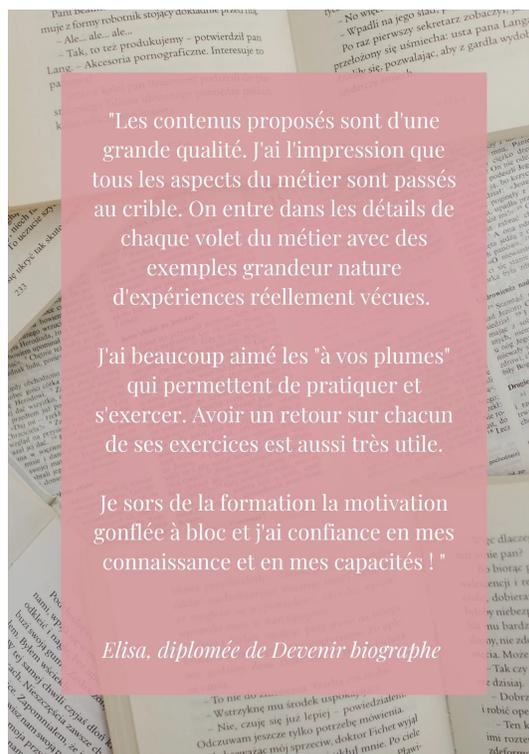
Ce qu'en disent les élèves

J'ai la joie de recevoir de nombreux retours positifs, ce qui m'encourage à continuer de plus belle à transmettre ce fabuleux métier.

Je vous partage à droite le retour d'Elisa qui vient de finir le parcours Devenir biographe et de lancer son site très réussi.

Retrouvez les retours d'autres élèves ici (descendez bien, c'est tout en bas de page) ; on me dit dans l'oreillette que des témoignages vidéos se préparent en coulisses !

[En savoir plus sur la formation Devenir biographe](#)



Valéria Milewski au micro

Plusieurs élèves de Devenir biographe se montraient intéressés pour se spécialiser en biographie hospitalière alors j'ai demandé à celle qui connaît le mieux le sujet de venir leur en parler. Elle a d'emblée accepté et je suis enchantée et honorée que Valéria Milewski intervienne dans la formation. Elle y partage **toutes les clés pour devenir biographe hospitalier**, avec une sensibilité et une finesse qui n'appartiennent qu'à elle.





NOUVEAU MANTRA

Dépasser ses peurs

Ceux qui me suivent sur les réseaux ont suivi [mes dernières aventures personnelles](#). Pour résumer, moi qui aime autant la mer que j'en redoute les vagues, je me suis essayée au surf lors d'une récente escapade dans les Landes. Résultat des courses : j'ai ramé, bu quelques tasses, mangé un peu de sable, failli rendre ma combi, et puis, au fil de l'eau,... j'ai adoré ! Un nouveau mantra est ressorti de cette expérience :

Ce n'est pas parce qu'on a peur qu'il ne faut pas se jeter à l'eau.

Il s'applique au niveau personnel comme au niveau professionnel et je le garde en tête pour mes prochains défis d'entrepreneure, d'artiste, de maman et de femme : ce n'est pas parce que j'ai peur que je ne me mouillerais pas !

Finalement, le surf est une belle métaphore de la vie avec ses vagues versatiles, ses courants indomptables, et sa part d'imprévisible sur lesquels on peut, peu à peu, apprendre à glisser...

« On ne peut pas arrêter les vagues, mais on peut apprendre à surfer .»

Jon Kabat-Zinn

Avec ou sans surf, je vous souhaite un magnifique été plein de douces ivresses et de vagues de bien-être,

À très bientôt,

Anne-Sylvie

<http://ecrivainbiographeparis.com/>

Anne-Sylvie Pinel

Paris, France



[Si vous souhaitez vous désinscrire de cette lettre \(auto\)biographique, cliquez ici.](#)

