



Bonjour,

Je ne sais pas pour vous mais pour moi l'hiver est passé à une vitesse folle ! Il faut dire que je ne suis pas de nature à hiberner. L'énergie de « bonne année » souffle en moi **un vent de créa(c)tivité qui persiste jusqu'aux premiers bourgeons...** C'est l'été que je ressens le besoin d'« estiver », comme les crocodiles du Nil qui s'enterrent dans la vase en été pour **retrouver un peu de fraîcheur.**



Mais avant le temps de l'estivation (oui oui, le mot existe), c'est l'heure de **croquer le printemps** ! Et pour que celui-ci soit tendre et pétillant comme je l'aime (pas vous ?), j'ai envie de **le vivre sous le signe de la poésie**. La poésie qui se lit, la poésie qui se crée, la poésie qui scintille au coin d'une rue ou d'un regard si on prend soin d'activer ses sens et pas que son mental. Cette newsletter printanière sera donc **résolument poétique**, et bien sûr aussi délicieusement **biographique**.

Au menu du jour

Un **poème pépite** inédit qui m'a totalement envoûtée, une idée de **rituel poétique** pour enchanter vos journées, une **enquête poétique** à votre attention, et mes dernières **aventures trépidantes** de plume de vie...

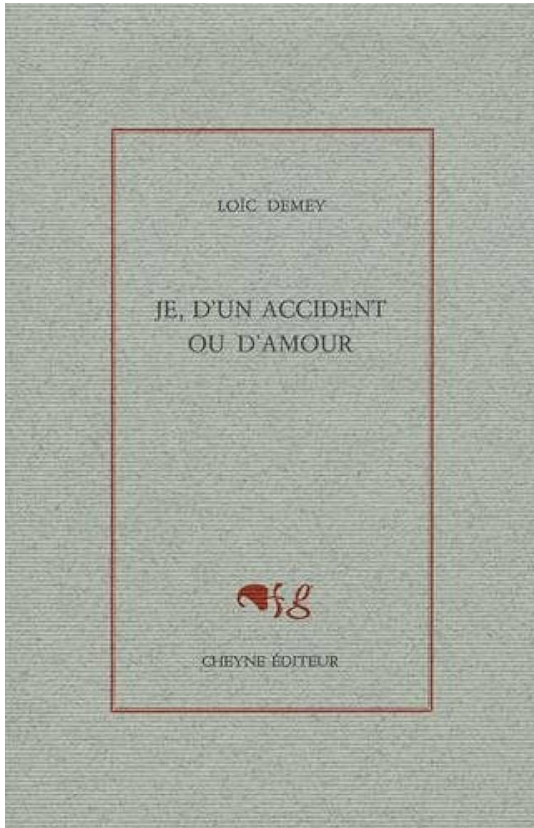
Temps de lecture estimé :

le temps ne se compte pas en poésie, il se savoure !

Lecture poétique

Je, d'un accident ou d'amour

de Loïc Demey



Je ne remercierai jamais assez l'amie qui m'a mis ce livre entre les mains. Entre nouvelle et poésie, c'est un petit bijou bien plus sexy que ne le laisse présager sa couverture ! Il raconte une histoire d'amour en relevant le **défi oulipien de n'utiliser aucun verbe**. Loin de s'égarer dans la langue dénudée, on se laisse hypnotiser. C'est d'une **musicalité intense**, d'une **poésie infinie**. Petit aperçu du voyage :

"Depuis, ma pensée se désordre. Mon langage se confusion. D'un commencement comme ça. Je voiture Adèle jusqu'à la gare de l'Est, elle se départ chez elle, distance d'ici. Bien trop lointain. Elle m'amour, je l'énormément, mais elle s'en retour. A trois centaines de kilomètres. Je l'au-revoir du quai, elle me cadeau d'un baiser avant disparition..."

S'offrir ce bijou

Rituel poétique

Marcher autrement

La poésie n'est pas que dans les livres. Infinie nomade, elle est partout. Dans la forme des nuages, les effluves d'un café, le récital d'un oiseau, le sourire d'un passant... Cependant, elle s'évapore quand on n'y prête pas attention. Pour lui redonner une petite place dans votre vie (la vie est tellement plus douce saupoudrée de poésie !), je vous invite à **vous offrir, au moins une fois par semaine et si possible tous les jours, une marche poétique.**

Nul besoin d'aptitudes physiques, de chaussures de randonnée ni d'habiter au vert pour s'y prêter. Il s'agit de **marcher pour marcher, sans destination, sans GPS, sans objectif si ce n'est celui de regarder, sentir, se laisser porter, et écouter.** Écouter ce qui s'offre à vos oreilles, écouter ce que vous souffle votre cœur, et, pour un supplément caressant, **écouter des mots doux** : ceux de poètes connus ou oubliés. Marcher en écoutant de la poésie, plaisir simple, gratuit et tellement bienfaiteur !

Pour les mots doux, je vous suggère le podcast de mon amie auteure Mathilde Vermer, [L'expérience poétique](#), qui propose des épisodes savoureux d'une dizaine de minutes chacun. Quelques minutes par jour peuvent suffire à semer paillettes et pétales sur votre chemin...

« Il y a des fleurs partout pour qui veut bien les voir » - Henri Matisse



Enquête poétique

Aimeriez-vous mettre plus de poésie dans votre vie ?

On aimerait vous y aider avec une amie plume experte en poésie. Mais pour cela, nous avons besoin de savoir ce qui vous met le plus l'eau à la bouche :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Recevoir un défi poétique chaque matin | <input type="checkbox"/> Apprendre à écrire de la poésie |
| <input type="checkbox"/> Découvrir des poèmes inspirants | <input type="checkbox"/> Découvrir d'autres rituels poétiques pour illuminer votre quotidien |
| <input type="checkbox"/> Rien de tout cela | <input type="checkbox"/> Un cocktail de tout ! |

Je valide mon choix

Merci pour votre participation !

Vis ma vie de plume de vie

L'hiver fut biographiquement parlant festif pour moi car :

- **Deux de mes biographies** sont parties à l'impression après plusieurs mois de travail pour chacune d'entre elles ; délicieux mélange de joie et de soulagement, un peu comme après un accouchement !
- Un de mes clients, **Jean-Marie Muller**, a publié l'essai pour lequel je lui ai prêté ma plume aux éditions Guy Trédaniel : [Les émotionnautes](#) (à lire pour apprendre à mieux gérer ses émotions !) ; nous avons déjà coécrit [La Puissance de l'être](#) en 2020 ; la confiance est encore plus gratifiante quand elle se réitère...
- Le **roman autobiographique d'un de mes clients** qu'on appellera Luc sera bientôt publié ! Il s'agit là aussi d'un tome 2. Je suis ravie de cette cocréation, d'autant que je vous avoue que c'est un challenge pour moi d'endosser la casquette

de biographe romancière, je suis beaucoup plus à l'aise pour écrire des histoires 100% vraies. Mais Luc est un coach de renom passionné et passionnant, j'ai beaucoup appris en écrivant pour lui, tant humainement que littérairement. Vous l'aurez compris, je suis tenue au secret pour cet ouvrage... Il faut **savoir tenir sa plume mais aussi sa langue quand on est écrivain fantôme !**

- J'ai commencé **deux nouvelles biographies** en décembre dernier, pour deux hommes (j'écris beaucoup au masculin ces derniers temps, mesdames, vous venez ?!)
- J'arrive à la fin de la **biographie de Jacques B.**, papi landais chez qui je suis retournée en immersion biographique au début du mois ; joie et soulagement post-natal en vue !
- Pour ceux qui me suivent, le livre sulfureux de la jeune femme qui voulait vivre ses fantasmes sur papier est toujours **en suspens pour cause de crise conjugale...** Ceci dit, une reprise est prévue prochainement (avec une autre adresse email pour plus de discrétion !) ; quand je vous disais qu'il faut savoir tenir sa langue quand on est biographe...

Coup de projecteur

à l'affiche dans **Séniors Actuels**

Quand le **magazine Séniors actuels** m'a contactée pour faire une page sur mon activité, je ne me suis pas fait prier. J'aime profondément écrire pour ceux qui ont une vie plus longue que la mienne, ils ont tellement à transmettre !

Au-delà d'écrire, j'aime leur offrir **de la compagnie et des sourires sur plusieurs mois, un projet à l'âge où ils n'en ont souvent plus, un regain de fraîcheur** en les invitant à replonger dans leur jeunesse... On ne soupçonne pas les bienfaits que peut avoir un livre de vie ; les biographies devraient être remboursées par la sécurité sociale, je vous le dis !



Devenir biographe

Vous aimez écrire, adorez les histoires de vie et savez tenir votre plume et votre langue ? Le métier de biographe est peut-être fait pour vous ! Découvrez la formation [Devenir biographe](#) pour **vous former à la profession de biographe sous tous ses angles**. Pour moi, c'est un immense plaisir de transmettre mon métier-passion et de voir des graines de biographe se révéler, comme [Marine](#), plume désormais certifiée dont le témoignage m'a beaucoup touchée :

"La formation a dépassé de très loin mes espérances. En trois mois, je l'ai complétée, tout en créant mon site web. Et ce malgré une grande tendance au doute ! Je me sens prête, et surtout légitime, grâce à la somme de tout ce que j'ai appris et compris en suivant cette formation.

La qualité se reflète autant dans la forme que dans le contenu, avec des vidéos très agréables à suivre, associées à des supports écrits PDF esthétiques et synthétiques. Les intervenants qui complètent certains aspects techniques (comme la communication ou les questions administratives) sont excellents, j'ai fait appel à eux pour gagner du temps et m'aider à me lancer. Les modules s'enchaînent de façon très judicieuse, nous encourageant dès le début à nous approprier la théorie et à construire notre propre identité de biographe via divers exercices pratiques et pistes de réflexion. J'ai pu saisir avec beaucoup de subtilité ce en quoi consistait l'écriture biographique : un passionnant « numéro d'équilibriste » comme nous l'enseigne Anne-Sylvie.

Sa réactivité, sa bienveillance, son enthousiasme font de cette expérience bien plus qu'une formation en ligne. C'est un parcours professionnalisant, intellectuel et humain. En tant que pionnière, Anne-Sylvie nous partage avec une grande générosité son expérience et sa façon de procéder, tout en nous motivant à nous appuyer sur notre singularité. Le tout avec une rare intelligence d'esprit et de cœur. Adaptation, authenticité, élan, audace : ces mots nous accompagnent tout au long de la formation pour nous pousser à ouvrir nos horizons et à innover dans le domaine de la biographie, où tant reste à écrire."

Marine Firmin, biographe certifiée

Son site : [à la lumière de l'encre](#)

Natacha Colbert alias [Filiaplume](#) a aussi partagé [son témoignage sur LinkedIn](#), ainsi qu'[Aurélié Rossignol](#), [la Plume du Rossignol](#), [face caméra](#). Je vous invite vivement à découvrir les sites de ces trois plumes pleines de promesses prêtes à contribuer à **semmer humanité et transmission dans ce monde**.

En savoir plus sur Devenir biographe

À savoir : les tarifs de la formation augmenteront le 21 juin.

N'attendez pas pour rejoindre l'aventure !

Ce qui se trame en coulisses

Avec tous les chantiers et accouchements qui ont rythmé mon hiver, le nouveau projet sur le feu que je pensais vous dévoiler n'est pas encore prêt. Qu'à cela ne tienne, il avance ! Il touche à tout ce que j'aime : **l'écriture, l'humain, la poésie, le bien-être, la transmission...** Curieux d'en savoir plus ? Promis, je vous le dévoile très vite en avant-première.

Merci de m'avoir lue jusqu'ici ! Me reste à vous souhaiter un printemps à la couleur de vos envies, et surtout un **printemps couleur poésie**,

à très bientôt,

Anne-Sylvie

<http://ecrivainbiographeparis.com/>



[Si vous souhaitez vous désinscrire de cette missive, cliquez ici.](#)

