

Biographie

Ecrire le livre de sa vie

La biographie est un genre littéraire qui se démocratise. Grâce à l'autoédition et aux services de biographes familiaux, tout le monde peut désormais éditer un ouvrage racontant sa vie pour notamment laisser une trace à sa descendance.



Depuis l'antiquité, l'Homme rédige des biographies. Presque tous les plus grands de ce monde sont passés par là. Mais ce type d'ouvrage n'est pas réservé qu'aux personnalités. Chaque vie mérite d'être racontée, surtout à sa propre famille : « *J'ai découvert l'histoire de mon père en lisant son livre* » raconte une jeune femme. En effet, il est parfois plus facile de passer par l'écrit pour se livrer. Écrire est le moyen de communication idéal pour les timides et les réservés.

C'est aussi l'opportunité de montrer à ses proches une autre image de soi-même. Pierre Nozières, biographe familial et fondateur du réseau « les compagnons biographes » raconte : « *À la demande de ses petits-enfants, j'avais rédigé la biographie d'une dame, ancienne chef d'entreprise. Sa petite-fille m'avait demandé de faire en sorte qu'elle se livre librement, qu'elle fende un peu l'armure car cette grand-mère réservée les impressionnait. En me racontant des anecdotes sur son enfance, sa famille*



© Michel Nolot

Les compagnons biographes

Pierre Nozières a mis en place, il y a près de 10 ans, le réseau des compagnons biographes.

Celui-ci regroupe une cinquantaine de biographes familiaux répartis un peu partout en France : « Nous nous rencontrons une fois par an et, le reste de l'année, nous restons en contact via notre forum privé sur Internet. Ces échanges rompent l'isolement de notre métier. Ils nous permettent d'échanger nos expériences, de nous conseiller les uns les autres. »

Les membres de ce réseau ont signé une charte qui fixe les engagements de chacun : « Cette charte tourne autour des notions de respect de nos clients et de fidélité à leurs propos. C'est un gage de qualité. »

Pour aller plus loin

<http://www.compagnonbiographes.net>

a ainsi découvert qu'elle avait été une petite fille espiègle. C'est très enrichissant d'avoir un autre point de vue sur un proche ! Ça ne peut que rapprocher les membres d'une même famille ». Julia Ripault, psychologue clinicienne précise : « En apprenant ce que nos parents ont traversé, cela apporte un éclairage sur ce qu'ils ont voulu de nous. Ça relativise notre propre parcours et offre une certaine liberté. Si lui ou elle a vécu cela, alors moi aussi je peux le vivre. On les comprend en tant qu'être, on se détache de la dimension familiale. Ce n'est plus le père tel que je le vois avec mes yeux d'enfants, quelqu'un d'autre apparaît ».

Et pour beaucoup, faire le choix de rédiger sa biographie est une formidable occasion de laisser une trace : « J'avais plein de questions à poser à mes parents, raconte une jeune femme de 40 ans, mais

Vouloir transmettre son histoire, ses valeurs pour les générations futures c'est un acte généreux.

malheureusement, ils sont morts et je n'ai jamais pu le faire. Je ne veux pas qu'il arrive la même chose à mon fils. S'il a des questions à poser sur la vie de sa mère, tout sera là, dans ce livre ». « En devenant papa, raconte aussi Pascal, j'ai réalisé que je n'avais presque rien à dire sur mes ancêtres à mes enfants. Et cela me manquait. Alors j'ai entrepris l'écriture d'une biographie familiale ». Pierre Nozières explique que cette démarche, dans un premier temps, n'est pas toujours évidente : « Beaucoup de mes clients, au départ,



© Fotolia

craignent que ce projet de biographie soit perçu comme une démarche narcissique, nombriliste, immodeste. Or, il ne s'agit pas du tout d'un repli sur soi mais bien d'une ouverture aux autres. » Ce que confirme Julia Ripault : *« Vouloir transmettre son histoire, ses valeurs pour les générations futures, c'est un acte généreux ».*

Panser les maux avec des mots

Entreprendre le récit de sa vie, c'est aussi l'occasion de renouer des liens, de faire travailler sa mémoire en retrouvant le prénom d'un vieux copain ou en confrontant ses propres souvenirs avec le point de vue de son entourage : *« Faire ce bilan de vie, c'est bien souvent une vraie partie de plaisir. Même s'il y a pu avoir des moments difficiles, on prend plaisir à se remémorer les bons souvenirs, raconte Pierre Nozières. Mais bien sûr, pour certains, raconter un pan de sa vie n'est pas forcément source de joie : Certains décident de ne raconter*

qu'une partie de leur vie qui les a marqué, souvent un événement douloureux. Dans ces cas là, même si au final, le livre n'a pas ou très peu de lecteur, pour le narrateur, c'est un soulagement, un apaisement d'avoir couché ses maux sur le papier, explique le biographe. J'ai eu une cliente qui m'avait demandé d'écrire sur l'inceste qu'elle avait subi. À la fin de nos rencontres, une fois le livre écrit, elle m'a dit que cette douleur qui était en elle depuis si longtemps était maintenant face à elle. » raconte le biographe. Julia Ripault insiste sur l'importance de la mise en mots : *« Un traumatisme, c'est comme un trou dans le parcours d'une personne. C'est un moment où la personne était absorbée par la réalité, incapable de penser ou parler. Mettre des mots sur les traumatismes est un moyen de les cicatriser ».*

Marie Blanchard



© Shutterstock

Rédiger son autobiographie ?

Vous aimez écrire et vous sentez capable de rédiger l'histoire de votre vie sans l'aide d'un biographe ? Afin de ne pas vous retrouver perdu face à l'ampleur de ce projet, sachez organiser votre travail.

Même si l'objectif d'une autobiographie est plus l'envie de transmettre son histoire que d'en faire un best-seller, il est nécessaire d'adopter un ton et une organisation qui rendront la lecture la plus agréable et fluide possible. Déjà, il n'est pas nécessaire de partir dans un récit chronologique. Votre vie, comme toute histoire, comporte plusieurs épisodes. La première étape de votre projet consiste donc à découper votre parcours afin d'en faire ressortir les principaux thèmes. Pour cela, repérez les événements qui ont jalonné votre vie. Ne vous limitez pas à votre propre histoire, il peut être nécessaire de consacrer un chapitre à celle de vos aïeux. Ce récit pourra éclairer votre propre parcours.

Les personnes et anecdotes qui ont marqué votre vie

Bien entendu, vous évoquerez très probablement votre famille. Mais pensez également aux enseignants, aux collègues, aux commerçants de votre quartier et à toutes ces personnes rencontrées dans le quotidien qui ont pu avoir une influence sur votre parcours. Ponctuer votre récit d'anecdotes toujours plaisantes à lire pour votre lecteur : la fois où vous avez appris à faire du vélo à deux roues, la rencontre avec votre ami de toujours ou encore cet entretien d'embauche qui a marqué votre carrière. Quant au style d'écriture, faites en sorte qu'on vous retrouve votre personnalité à travers vos mots et expression. Enfin, pensez à faire relire votre manuscrit à un proche avant la publication. Un regard extérieur permettra de rétablir une certaine vérité que vous pourriez tronquer malgré vous.

Et si vous me racontiez votre histoire?

Caroline Deby est biographe familiale. Elle s'est lancée dans cette activité à plein temps après une première vie professionnelle.

Rencontre avec une écrivaine empathique.

Comment vous êtes-vous lancée ?

J'ai été élevée par mes grands-parents. La transmission fait donc partie de moi depuis longtemps. La première partie de ma vie professionnelle n'a rien à voir avec l'écriture. Mais le fil rouge, c'était l'écoute de la vie des autres. Comme j'ai toujours aimé écrire, j'ai décidé de combiner ce plaisir à celui des rencontres.

Comment rédigez-vous l'histoire des autres ?

Tout commence avec un premier entretien, histoire de faire connaissance et de voir si le courant passe bien entre le client et moi ! Ensuite, je leur fais signer un contrat puis je me rends chez eux. Cela me permet de m'imprégner de leur univers. On se rencontre plusieurs fois et j'enregistre leur témoignage. Je suis ainsi plus disponible que si je prenais des notes. Aussi, les enregistrements captent les silences qui, souvent, en disent long ! J'envoie mes écrits au fur et à mesure au client afin qu'il prenne pleinement possession de sa démarche en me transmettant tous ses commentaires. Je fais tout de A à Z. J'écris bien sûr, mais je fais également la mise en page. Une fois

l'ouvrage relu avec le client, j'envoie tout à mon imprimeur. En gros, tout cela prend environ un an.

Pourquoi, selon vous, certaines personnes demandent à écrire leur histoire ?

La première raison, c'est le besoin de transmettre. Il s'agit là d'un héritage moral et familial. La deuxième raison est l'envie de protéger ses souvenirs de l'oubli.

La biographie est aussi le moyen de se faire reconnaître comme une personne à part entière, sortie du rôle qu'on lui connaissait. C'est l'histoire de l'homme ou de la femme qui est livrée. Cela permet aux enfants de découvrir qui était vraiment leur proche.

Qu'en est-il du style littéraire que vous adoptez ?

Je suis comme un acteur ! J'adopte le style de mon client. Le but est qu'on puisse le reconnaître en le lisant. Bien sûr, pour être biographe, il faut une certaine maîtrise de la langue française, mais je pense que la première qualité à avoir, c'est l'empathie et l'écoute.

Marie Blanchard



L'auto-édition

Si le plaisir d'écrire fait partie de votre ADN, pas la peine de passer par un biographe familial ! Plusieurs possibilités s'offrent à vous pour publier votre ouvrage :

L'édition à compte d'éditeur : vous n'avez rien à déboursier, l'éditeur s'occupe de tout (correction, mise en pages et impression). En échange, vous lui cédez une partie de vos droits et c'est sur ces ventes que l'éditeur fera son chiffre. Il exigera donc de vous un minimum de ventes.

L'édition à compte d'auteur : Dans ce cas, l'éditeur demande une participation financière en échange des prestations qu'il vous propose sans minimum de ventes imposé.

L'autoédition : Une fois votre ouvrage écrit, corrigé et mis en pages par vous-même, vous pouvez l'imprimer via un imprimeur traditionnel ou via un site Internet.

« Ma vie est un vrai feuilleton. Beaucoup de personnes me connaissent mais finalement, personne ne me connaît vraiment. Avec ce livre, ils vont voir qui je suis vraiment [...]. J'avais envie d'écrire ce livre avant de mourir. L'écriture de cette biographie est comme une deuxième naissance pour moi. Ça a été une vraie libération. Mettre ce livre dans les mains des autres ça me fait bizarre ! Moi qui ne suis jamais allé à l'école, ce livre, c'est une vraie réussite. Quand je l'ai relu, j'avais l'impression de lire l'histoire de quelqu'un d'autre ! »

**Michel D.,
retraité CNRACL**