



5 clés pour écrire votre livre facilement

Des

ivres

et Vous

<http://mouneyres.net>

Ecrire un livre est une magnifique aventure que je vous invite vraiment à découvrir, pour votre bien-être personnel. L'accompagnement proposé va beaucoup plus loin que le simple fait de rédiger, structurer et mettre en page. Nous assumons cette partie incontournable, mais nous allons au-delà :

**Je vous aide à y Voir Clair en Vous, à vous délivrer,
en racontant l'histoire qui vous tient à cœur.**

Conception Marie-Pierre Mouneyres - © Reproduction interdite ©

Siret N°51344956100036 - APE : 8211Z - Immatriculée à la Chambre de Métiers des Landes - TVA non applicable selon l'article 293B du CGI

Note importante

Toute reproduction, partielle ou totale, sous quelques formes et procédés que ce soit sont strictement interdites, conformément à l'article L.122-4 du Code de la Propriété Intellectuelle.

J'ai mis tout mon cœur et mon énergie afin d'être aussi précise et complète que possible pour répondre à vos attentes. Il est possible que des variantes, liées à l'évolution des pratiques diffèrent mais les grandes lignes restent les mêmes.

Toute personne procédant à l'utilisation de ce livret, sans autorisation écrite de Marie-Pierre Mouneyres encourt une peine relative au délit de contrefaçon, détaillé dans l'article L 335-2 du Code de la Propriété Intellectuelle.

Vous pouvez malgré tout le partager et le diffuser pour le faire connaître à votre entourage, à la condition de conserver cet ouvrage dans son intégralité, SANS AUCUNE MODIFICATION

Je vous remercie sincèrement de respecter cette consigne.

Marie-Pierre



Sommaire

SOMMAIRE.....	3
BIENVENUE.....	5
QUI SUIS-JE ?.....	6
CLÉ N°1 ADOPTER L'ETAT D'ESPRIT D'UN AUTEUR.....	7
CLÉ N°2 STRUCTURER POUR CLARIFIER.....	9
• Comment organiser vos idées ?.....	9
• Comment ça marche ?.....	9
• Structure du MindMap.....	10
CLÉ N°3 LES QUESTIONS A SE POSER EN AMONT.....	12
• Pourquoi écrivez-vous ce livre ?.....	12
• Quel message souhaitez-vous transmettre ?.....	12
• À qui vous adressez-vous ?.....	13
• Sous quel genre littéraire ?.....	13
• Comment allez-vous écrire ?.....	14
• Positionner vos talents d'écrivain.....	14
CLÉ N°4 LA FORME DE L'HISTOIRE.....	16
• Les genres littéraires.....	16
La fable.....	16
Le conte.....	16
Les écrits professionnels.....	17
Le storytelling.....	17
L'essai.....	18
La nouvelle.....	18
Le roman.....	18
L'autobiographie.....	19
• Les styles d'écrits.....	19
Le texte narratif.....	19
Le texte descriptif.....	20
Le texte argumentatif.....	20
Le texte explicatif.....	20
Le texte injonctif.....	21
Le texte conversationnel.....	21



CLÉ N°5 LE FOND DE L'HISTOIRE22

- Qui sont vos personnages ? 22
- Quels événements vivent vos personnages ? 23

QUELQUES CONSEILS SUPPLEMENTAIRES24

- Comment trouver votre style d'auteur ? 24
- Lire 24
- Mieux vous connaître 24
- Vous entraîner à écrire 25
- Agrémentez votre livre avec des illustrations 25
- Faites des recherches 26
- Définissez votre rituel d'écriture 27
- Le travail par « bloc » 27

Des





Bienvenue

Bonjour et merci d'avoir téléchargé ce livre électronique dédié au mariage de l'écriture libératrice et du récit de vie (ou d'une histoire fictive, sachant qu'il y a toujours une part de nous dans chaque écrit...). L'image ci-dessous donne le ton de ce document, conçu spécialement pour vous être utile. Je vous l'offre avec grand plaisir, pour votre bien-être. Vous pouvez le partager à condition de ne pas le modifier et de le transmettre en intégralité.

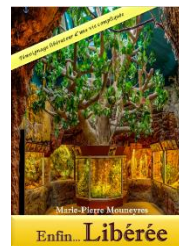


Mettre en lumière
ressources, forces,
valeurs réussites...

Atténuer peurs,
doutes, croyances
limitantes, freins...

Qui suis-je ?

Issue d'une famille où les non-dits régnaient en maîtres, j'ai grandi dans l'univers du monde médical traditionnel et découvert le développement personnel en 2009. Je vous avoue qu'il m'a changé la vie ! Depuis l'école primaire, j'utilise l'écriture au quotidien comme « thérapie ». Elle me suit depuis mon enfance et m'a aidée à surmonter l'insurmontable. Il m'a fallu attendre 55 ans, pour écrire ce livre qui me tenait à cœur depuis si longtemps, mon autobiographie inspirante « [Enfin Libérée...](#) ». Grâce à lui et à l'introspection nécessaire, j'ai compris... Mon ancien métier d'assistante et formatrice bureautique n'étaient, finalement, que des périodes d'apprentissage pour me donner les bases de mon métier actuel = écritière (biographe + art-thérapeute).



Depuis 2016, [j'accompagne les auteurs en herbe](#) (ou pas, lol), à structurer, rédiger, mettre en page et suivre toutes les étapes nécessaires pour construire leur livre. De l'idée à la publication, œuvrons ensemble à la construction, pas-à-pas, de votre livre. J'ai également conçu une [formation en ligne](#) qui reprend et approfondit considérablement les points énumérés ci-après et en ajoutent d'autres. Au plaisir de vous aider sur ce merveilleux chemin qu'est l'écriture.

Cordialement,

Marie-Pierre

CLÉ N°1

Adopter l'état d'esprit d'un auteur

Question : avez-vous déjà commencé à écrire un livre ? Publié ? Arrêté et commencé un autre ? Si vous n'avez pas encore commencé à écrire, qu'est-ce qui vous freine ? Une peur inconsciente se réveille devant la feuille blanche et détourne votre attention de l'écriture. Nous sommes alors rois / reines de la procrastination, en nous disant : « je verrai ça plus tard »

Vous vous reconnaissez dans ce scénario ? La peur se cache souvent insidieusement derrière les plus grands auteurs. Voyons les plus fréquentes.

Je vous conseille vivement de les identifier et ensuite de vous en détacher.

Je vous accompagne sur ce terrain dans ma formation en ligne spécifique « [Ecrire pour se libérer](#) ».

- La peur de l'échec : principal obstacle, elle cache souvent la peur du changement et un manque d'estime de soi
- La peur de la réussite : que vous a valu la réussite de certaines actions ? Jalousie ? Critique ? Envie ?
- La peur de la médiocrité : Calmez votre perfectionnisme et faites de votre mieux.
- La peur du risque : certes, écrire un livre demande du temps, de la motivation, de la rigueur et du travail. Comme le sport, il s'agit d'un entraînement régulier. Faites une priorité de votre rêve. Le seul risque serait de le regretter plus tard et de ne jamais passer à l'action. Qui ne tente rien n'a rien.

- **La peur d'être jugé** : on ne peut pas plaire à tout le monde. La meilleure solution est de rester authentique, fidèle à vous-même, à vos valeurs.
- **La peur de la feuille blanche** : prendre une nouvelle habitude, établir un rituel régulier. Ecrire chaque jour, même un quart d'heure
- **La peur d'être lu et de faire du mal** : A qui pensez-vous que vous pourriez faire du mal ? Pourquoi ? N'est-ce pas l'occasion d'aller voir cette personne et de crever l'abcès ?
- **Ne pas avoir assez de temps** : Faites une priorité de votre rêve. Observez le temps perdu inutilement dans votre semaine... Vous pourrez le remplir par l'écriture
- **Je ne sais pas écrire** : vraiment ? Si vous êtes ici, c'est que l'écriture fait plus ou moins partie de votre vie.
- **Je ne suis pas légitime** : Comme nous tous, vous êtes unique et parfaitement légitime pour raconter vos expériences ou des histoires inventées. C'est une histoire de confiance en soi.
- **Je n'ai rien d'intéressant à raconter** : même si une seule personne peut être aidée grâce à votre livre, vous vous devez de l'écrire.
- **Mon sujet a déjà été abordé plein de fois** : autant d'humain, autant de visions différentes d'une même situation. Justement, si votre sujet a été souvent traité, c'est qu'il y a une demande !
- **Je fais beaucoup de fautes** : il existe des outils et des professionnels pour vous seconder. Et c'est peut-être le moyen de vous améliorer ?
- **Je ne sais pas me vendre** : moi non plus, mais ça s'apprend. Il existe des techniques pour faire connaître vos livres, même sans être édité.
- **Je manque de méthode et d'organisation** : ça s'apprend aussi. Je vous enseigne tout ce que j'ai appris...

CLÉ N°2

Structurer pour clarifier

Avez-vous déjà remarqué que lorsque vous posez sur papier des mots et les organisez, les choses semblent beaucoup plus claires dans votre tête ? Je vous propose de gagner un temps précieux dans l'élaboration de votre projet d'écriture en suivant ces 5 clés qui vous permettront de tenir votre livre entre les mains. Cette préparation facilite grandement votre vision du projet et vous aidera, je l'espère, à conserver la motivation jusqu'au mot « Fin ».

Comment organiser vos idées ?

Le mindmapping est un outil puissant qui favorise le classement des idées. Ce schéma heuristique¹ vous aidera à préparer un projet, quel qu'il soit. Également appelé « carte mentale », il fonctionne de la même façon que notre cerveau.

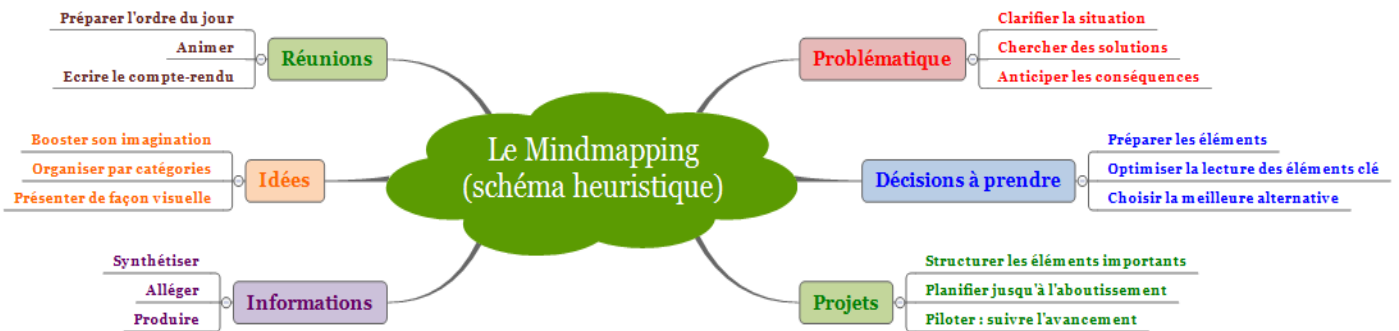
Comment ça marche ?

Il suffit de noter, au centre, un mot correspondant à l'idée principale. Ce peut-être le projet X pour lequel vous souhaitez vous investir. À partir de cette idée centrale, découlent les idées secondaires, tertiaires et ainsi de suite, sur autant de niveaux que nécessaire. L'image ci-après montre un aperçu de sa construction. Pour ce faire, j'utilise un logiciel spécifique que vous pouvez vous procurer aisément sur Internet. Certains sont gratuits mais limités, d'autres proposent les fonctions de base et deviennent payants pour des fonctionnalités plus avancées. D'autres encore sont payants dès le départ. À vous de voir celui qui vous convient le mieux. Personnellement, depuis des années, je travaille avec Xmind².

¹ Autre nom du mindmapping

² <https://www.xmind.net/fr/>

Structure du MindMap



Réalisez maintenant les rayons du soleil à partir du mot central et notez-y les idées primaires en utilisant des mots-clés (surtout pas de rédactionnel ici).

Continuez ainsi dans la déclinaison d'idées secondaires, tertiaires, etc.

Votre cerveau visualise instantanément la globalité du projet et tout devient beaucoup plus clair. En anglais « Mind » signifie « Cerveau » et « Map » « Carte ». Vous réalisez ainsi une carte mentale que votre cerveau décode au premier coup d'œil.

Cette préparation vous permettra de gagner un temps précieux au lieu de foncer tête baissée dans la conception elle-même et revenir sans cesse dans la hiérarchie des idées.

[Cliquez ici pour en savoir plus et me bénéficier d'un coaching gratuit \(30 minutes\)](#)

[Complétez le formulaire au bas de la page](#)

CLÉ N°3

Les questions à se poser en amont

Avant de vous lancer dans l'écriture, je vous invite à vous poser quelques questions en amont. Vous constaterez avec satisfaction l'intérêt de cette préparation. Peut-être aurez-vous l'impression de perdre du temps, mais à la finale, je peux vous garantir que vous allez en gagner ENORMEMENT. Choisissez un cahier qui recueillera tous les éléments de votre livre.

Quand j'ai écrit mon premier livre, j'ai ouvert un document Word et j'ai commencé à écrire, sans préparation aucune. Conclusion : j'ai repris l'ouvrage plusieurs fois pour « reclasser » les éléments, modifier la mise en page (j'étais partie en A4 alors que le livre méritait du A5, j'avais oublié la marge de reliure, je me suis mélangé les crayons avec les prénoms (la plupart sont les vrais, d'autres ont été changés) ... Tout cela m'a fait perdre un bon mois. Je vous partage donc mon expérience pour vous éviter de reproduire les mêmes erreurs. Avant de commencer à rédiger, voici quelques questions qui méritent une attention toute particulière.

Pourquoi écrivez-vous ce livre ?

Dans votre cahier, écrivez, avec le plus de détails possibles, les raisons qui vous poussent à entreprendre ce livre.

Plus vous allez être précis et ajouter des avantages à le réaliser, plus grande sera votre motivation de le mener à bien.

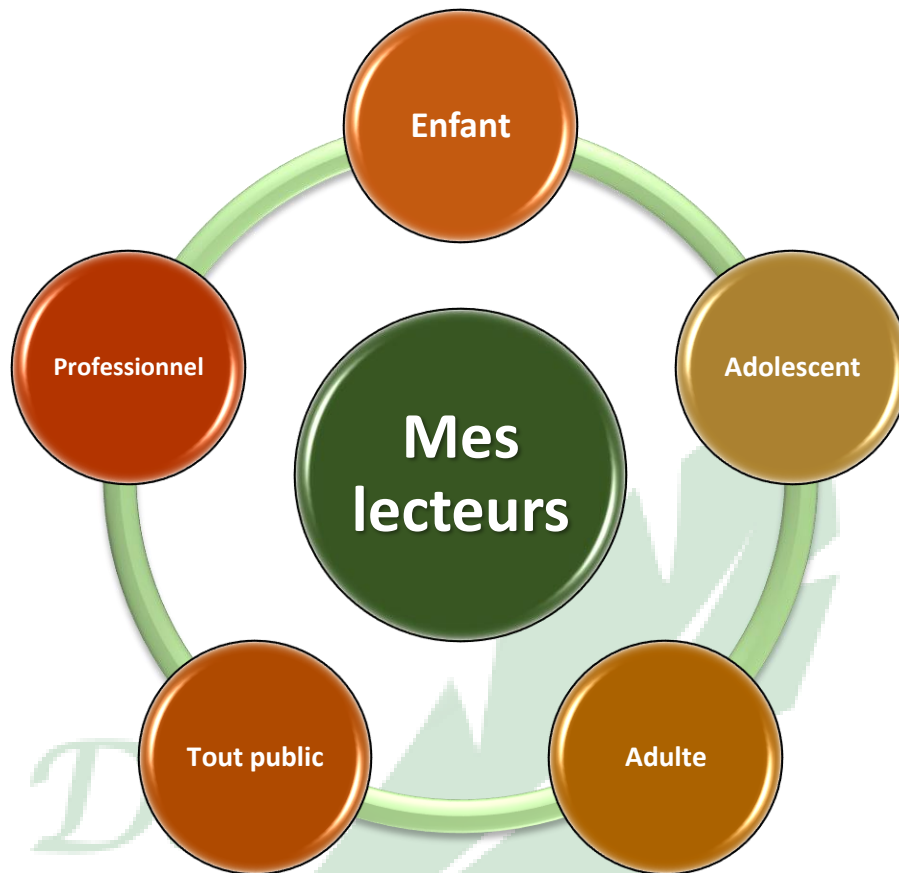
Quel message souhaitez-vous transmettre ?

Le message à transmettre est une suite logique de ce que vous avez noté dans les objectifs décrits ci-dessus. Vous intégrerez le message généraliste qui vous aidera, au fil de l'écriture, à conserver le cap. Régulièrement, vous pourrez vous poser la question : « *est-ce que je suis toujours dans le message que je souhaite transmettre ?* ». Bien sûr, si vous écrivez de la fiction, vous n'aurez peut-être pas d'information précise à faire passer à vos lecteurs, quoi que...

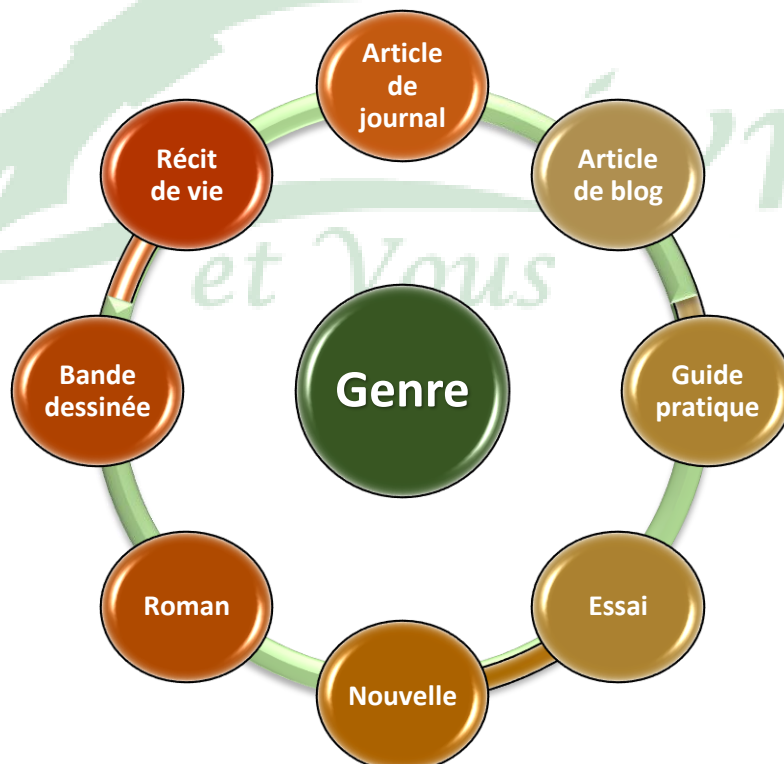
Chaque histoire n'a-t-elle le but de transmettre un message ?



À qui vous adressez-vous ?



Sous quel genre littéraire ?



Comment allez-vous écrire ?

Vous avez 2 choix :

- Utiliser votre vrai nom, les vrais lieux, les vraies personnes et narrer le récit au « Je »,
- Inventer un personnage fictif qui vous ressemblera malgré tout. Le récit sera écrit à la troisième personne du singulier « Il » ou « Elle ».

Vous avez également le choix du temps de narration :

- Le passé simple ou l'imparfait (*c'était avant, donc j'écris au passé comme le font de nombreux auteurs, tels que Musso, Lévy...*)
- Le présent : rend le récit plus vivant, mais ce n'est que mon avis

Positionner vos talents d'écrivain

- Comment souhaitez-vous établir une relation avec vos lecteurs ?
- Comment faire passer vos émotions et inviter votre lectorat à connaître la suite ?
- Quel style pourrait atteindre cet objectif ?
- Allez-vous utiliser l'humour ? La séduction ? Des termes techniques ?
- Ajouterez-vous des commentaires, des passages de citation, des exercices pratiques à l'attention de votre lectorat (pour les guides uniquement) ?

La clé est de rester **authentique**, tout en vous inspirant des styles d'écrivains reconnus. Lisez et faites-vous des idées précises (j'aime, je déteste) pour trouver votre propre style.

Le principal intérêt de votre démarche d'auteur consiste à découvrir quelle forme de relation vous voulez construire avec vos lecteurs.

Cherchez au plus profond de vous, vous aurez la réponse...

[Cliquez ici pour en savoir plus et me bénéficier d'un coaching gratuit \(30 minutes\). Complétez le formulaire au bas de la page](#)

Exercice d'entraînement : je visualise mon futur livre

Je détaille ici mes futurs lecteurs, le genre de mon ouvrage et la façon dont je vais l'écrire (moi, personnage fictif, temps utilisé...)

Des

ivres

et Vous

CLÉ N°4

La forme de l'histoire

Il existe différents genres littéraires et plusieurs styles d'écrits. Je vous propose de **vous positionner dès le début sur un genre et un style** et de vous y tenir.

Les genres littéraires

La fable

Une **fable** est un court récit, une histoire imaginaire de genre narratif court, en vers ou en prose, dont le but est d'illustrer une morale. Héritée de l'Antiquité, la **fable** a souvent pour héros des animaux, chargés alors de représenter les hommes. Le rôle de la fable est ambigu. Elle conserve une **certaine naïveté enfantine**, mais la morale est bien cynique pour de jeunes lecteurs. Le fort ou le rusé triomphent toujours du faible et de l'innocent. L'enseignement des fables relève de la prudence plus que de la morale : on apprend aux faibles à se méfier des forts, non aux forts à ne pas abuser des faibles...

Le conte

Le conte est un court récit qui met en avant une réalité, en utilisant du merveilleux et du fantastique. Son objectif est de **distraindre** et d'**apprendre en s'amusant**. Comme les fables, il a toujours une morale. Le mérite du conte se situe dans la finesse de l'histoire, le **message de fond**, la plaisanterie, la réalité des couleurs et le contraste parfois piquant des événements. Le temps, les lieux et les actions ne font pas partie de son décor. Les personnages sont des **animaux** ou des **êtres imaginaires** (*fée, loup, enchanteur ...*) vivant dans des **lieux idéaux** pour leur auteur tout en conservant la **réalité de notre monde**.

Les écrits professionnels

Comme son nom l'indique, l'écrit professionnel est réalisé dans le monde économique. Malgré l'essor de l'outil bureautique et les correcteurs en tous genres, l'écrit se porte bien, voire très bien. Sans repartir en cours de français, j'aimerais attirer votre attention : réaliser un écrit professionnel nécessite quelques critères indispensables que je vous détaille dans ma [formation en ligne « Osez écrire votre histoire »](#). Nous sommes loin (heureusement) du langage sms... Je parle ici de **VRAI FRANÇAIS**.

Le storytelling

Le storytelling est une **technique commerciale** venue des États-Unis depuis une bonne dizaine d'années. Elle consiste à **raconter des histoires** liées à ses produits ou des services. La particularité du storytelling utilise les besoins quotidiens des consommateurs, en utilisant **l'aspect émotionnel**. Sans doute avez-vous déjà entendu l'histoire de cette famille qui fait la promo des produits Leclerc depuis plusieurs années ? Au début, le couple se rencontre et emménage ensemble : la pub porte sur les besoins des amoureux pour installer leur nid douillet (vaisselle, petit électro-ménager, alimentation avec les promos du moment...). La maman donne ensuite naissance à leur fille Juliette. La pub tourne alors sur les produits de puériculture (lait, vêtements, jouets, couches, petits pots...). Les enfants ont grandi et ont d'autres besoins (cosmétiques, jeux, musique, livres, fournitures scolaires...). Là encore, les consommateurs fictifs racontent une histoire liée à l'achat de ces produits. Inconsciemment, les histoires sont facilement retenues car elles utilisent l'aspect émotionnel de tout un chacun.

Tout le monde peut se reconnaître à un moment donné, dans l'une ou l'autre des histoires et achètera bien souvent le produit associé.

Le Storytelling est l'art de raconter des histoires !



L'essai

Un essai peut s'assimiler à une **dissertation persuasive** dans laquelle l'auteur donne son opinion sur un sujet précis. Ce texte sert à convaincre le lecteur à propos d'une idée ou d'un point de vue. Un essai peut porter sur des sujets divers, il représente le fruit d'une **réflexion de l'auteur**.

La nouvelle

La nouvelle est un écrit littéraire **court et dynamique** : moins de 7500 mots. En règle générale, le récit est centré autour d'un seul événement et peu de personnages interviennent. La nouvelle a pour objectif d'intensifier l'effet produit par le texte, sans trop détailler les scènes, contrairement au roman. La nouvelle ne contient pas de morale, elle se contente de faits. Le démarrage, le rythme et la chute sont essentiels. Des rebondissements inattendus créent suspense et interrogations. L'écriture régulière de nouvelles permet d'acquérir l'assurance d'un auteur.

Le roman

Un roman est une histoire³ ou un récit⁴ inventé de toute pièce. Les personnages sortent de l'imagination de l'auteur, même si parfois nous retrouvons certains éléments de la personnalité de l'écrivain. Le roman est un genre littéraire qui prend plusieurs formes :

Classique	Œuvres particulièrement importantes pour l'histoire de la littérature
Historique	Apporte une connaissance romancée de certains épisodes de l'histoire
Sentimental	Intrigue basée sur une relation amoureuse. Analyse légère des sentiments
Polar	Repose sur une intrigue et l'enquête menée pour la résoudre
Terroir	Se déroule dans une région française. Permet d'en découvrir les traditions
Science-fiction	Imagine la vie dans d'autres conditions technologiques ou environnementales
Fantasy	Sous-genre de la science-fiction : éléments moyenâgeux et créatures féériques
Fantastique	Décrit l'intrusion du surnaturel dans le cadre réaliste d'un récit

³ L'histoire se raconte dans un ordre chronologique

⁴ Le récit se raconte sans tenir compte de l'ordre du temps : on peut partir d'aujourd'hui, faire un feedback il y a dix ans, passer dans le futur, revenir à l'enfance, et ainsi de suite, sans chronologie.

L'autobiographie

Raconter son histoire dans un livre est un rêve que nombreuses personnes possèdent. Pourtant, peu d'entre elles le réalisent vraiment et c'est vraiment dommage. Le récit de vie a plusieurs bénéfices non négligeables et mérite une attention particulière. Raconter sa vie permet de se libérer du passé, laisser une trace à sa descendance pour faciliter sa compréhension de l'histoire familiale et éliminer les fameux « non-dits », souvent si destructeurs... **Une véritable libération émotionnelle, croyez-moi !**

Les styles d'écrits

Il existe 7 styles de textes dans la langue française. Je vous propose de les regarder attentivement, afin de les utiliser à bon escient : narratif, descriptif, argumentatif, explicatif, injonctif, poétique, conversationnel.

Le texte narratif

La narration est le type de texte privilégié du roman, de la nouvelle, du conte mais aussi des faits divers. En clair, tout ce qui raconte une histoire est écrit ainsi : c'est l'art de narrer, de raconter. Un narrateur raconte une action progressive dans le temps et l'espace : c'est le schéma narratif. Le texte décrit les personnages, détaille leur comportement lorsqu'ils vivent des aventures et crée des dialogues. La narration peut s'effectuer à la troisième personne du singulier, le narrateur est alors « spectateur ». Parfois, il peut s'impliquer directement et écrire à la première personne. Attention, parfois le narrateur peut faire parler à la première personne un personnage fictif. Seule l'autobiographie implique directement l'auteur lui-même.

Textes à dominante narrative :

- | | | |
|---|---|--|
|  Récit |  Mémoire |  Biographie |
|  Fable |  Légende & Mythe |  Discours |
|  Conte |  Nouvelle |  ... |

Écrire pour raconter



Le texte descriptif

Il s'agit de décrire des paysages, des lieux, des personnages, des objets en invitant le lecteur à les visualiser. Décrire signifie donner ses caractéristiques pour que le lecteur puisse s'en faire une image bien précise. Plus le texte contient de détails, meilleure sera la visualisation du lecteur. Ainsi, l'auteur crée une atmosphère particulière autour des héros de son récit.

Textes à dominante descriptive :

- | | | |
|---------------------|-------------------|---------------------|
| ✍ Portait | ✍ Petite annonce | ✍ Fiche d'info |
| ✍ Guide touristique | ✍ Fiche technique | ✍ Itinéraire |
| ✍ Publicité | ✍ Dépliant | ✍ Guide touristique |

Ecrire pour décrire

Le texte argumentatif

Comme son nom l'indique, le texte argumentatif sert à argumenter, à influencer l'opinion, à convaincre, à persuader.

Textes à dominante argumentative

- | | | |
|-------------------|----------------------|----------------------------|
| ✍ Critique | ✍ Analyse littéraire | ✍ Discours politique |
| ✍ Sermon d'église | ✍ Critique de film | ✍ Affiche de sollicitation |
| ✍ Flyer | ✍ Dissertation | ✍ Essai |

Écrire pour convaincre

Le texte explicatif

Il donne des explications détaillées sur les idées, phénomènes, événements, concept... Son but est d'informer, d'expliquer, de renseigner, d'instruire, de faire comprendre, de mettre en évidence une problématique et les solutions envisageables, en apportant un certain réalisme et de la crédibilité.

Textes à dominante explicative

- | | | |
|------------------|----------------|---------------------|
| ✍ Reportage | ✍ Compte-rendu | ✍ Manuel scolaire |
| ✍ Guide pratique | ✍ Encyclopédie | ✍ Article technique |

Écrire pour expliquer

Le texte injonctif

Le texte injonctif indique une façon de faire en donnant des instructions précises. Il contient une succession de verbes d'action pour guider, orienter, conseiller ou enseigner.

Textes à dominante injonctive

- ✍ Recette de cuisine
- ✍ Consignes de sécurité
- ✍ Plan de route
- ✍ Règles du jeu
- ✍ Marche à suivre
- ✍ Règlement intérieur
- ✍ Liste d'étapes
- ✍ Notice d'utilisation
- ✍ Mode d'emploi
- ✍ Liste d'étapes à suivre

Écrire pour guider

Le texte conversationnel

Le texte transmet des interactions verbales entre les personnages d'un récit. C'est du dialogue. Il permet de faire avancer l'action dans le texte et d'aider à caractériser les héros. Le langage parlé est alors transposé à l'écrit en utilisant des marques de dialogue (tiret long ou tiret cadratin⁵).

Textes à dominante explicative

- ✍ Pièce de théâtre
- ✍ Entretien
- ✍ Bande dessinée
- ✍ Jeu de rôle
- ✍ Interview
- ✍ Questions / réponses

Écrire pour dialoguer

[Cliquez ici pour en savoir plus et me bénéficier d'un coaching gratuit \(30 minutes\)](#)

[Complétez le formulaire au bas de la page](#)

⁵ Le **dialogue** est généralement annoncé par un guillemet ouvrant au début de la première réplique. Chaque changement d'interlocuteur est ensuite précédé d'un **tiret**. Le **dialogue** se termine par un guillemet fermant après la dernière réplique. Il est présenté avec ou sans alinéas



CLÉ N°5

Le fond de l'histoire

Qui sont vos personnages ?

Votre livre comprendra certainement l'histoire d'un ou plusieurs personnages, réels ou fictifs. Je vous propose de nous intéresser à chacun d'eux et de les détailler le plus possible. À quoi ça sert ? A bien vous en imprégner pour les faire interagir les uns avec les autres au fil des événements. Plus vous les détaillerez, plus le lecteur ressentira les vibrations des personnages et pourra anticiper ses réactions. Cette étape est primordiale pour la construction de votre ouvrage. Il vous aidera également à rester dans le réalisme.

	Physique	
	Profession	
	Qualités	
	Passions	
	Habitudes	

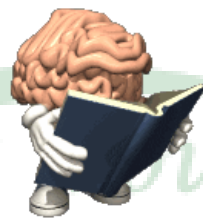
Quels événements vivent vos personnages ?

La narration est une succession d'événements que vivent les personnages de votre histoire. Tout s'imbrique et vous passez, en même temps, les messages que vous avez défini plus haut. Utilisez le schéma ci-dessous, ([détaillé dans le module 03 de la formation](#)) pour vous aider à concevoir les différents types d'événements à raconter.



Je vous propose ici de réfléchir aux différentes situations que vous pourriez imaginer pour vos héros. Vous pouvez noter leurs grandes lignes dans votre cahier dédié au fur et à mesure que les idées arrivent.

**L'objectif est de tenir votre lecteur en haleine
et lui donner envie de connaître la suite.**



[Cliquez ici pour en savoir plus et me bénéficier
d'un coaching gratuit \(30 minutes\)
Complétez le formulaire au bas de la page](#)

Quelques conseils supplémentaires

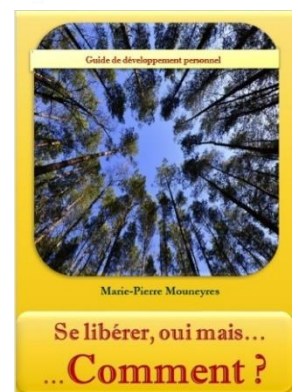
Comment trouver votre style d'auteur ?

Lire

Tout d'abord, l'une des clés est de lire. Ça vous paraît évident ? À moi aussi, j'ai toujours beaucoup lu, mais ce n'est pas le cas de certains. J'ai entendu des personnes voulant écrire un best-seller m'avouer, tout bas, qu'elles ne lisent jamais ou presque... Si elles y arrivent, respect ! La lecture et l'écriture sont, à mon sens, indissociables l'une de l'autre. Comment voulez-vous faire un bon livre si vous n'êtes pas familier du support ? Rares sont les personnes qui veulent écrire mais ne lisent pas. Si vous faites malgré tout partie de ce faible pourcentage, je vous invite sincèrement à remédier à cette carence et faire le plein d'ouvrages en adéquation avec vos centres d'intérêt. Je ne vous parle de livres de 600 pages écrits en vieux français et comprenant des phrases de dix lignes avec un vocabulaire incompréhensible. Non, bien sûr. Procurez-vous des ouvrages qui vous attirent, tant dans le style d'écriture que sur le sujet, la présentation, les illustrations... **Laissez-vous guider** pour les choisir...

Mieux vous connaître

Pour trouver son style, il est important de vous connaître. Vous saurez ainsi comment prendre du plaisir à lire et à retranscrire vos messages de la meilleure façon pour rester le plus **authentique** possible. Comment voulez-vous attirer votre lectorat avec votre authenticité si vous ne vous connaissez pas vous-même ? Je vous invite à reprendre les exercices intégrés dans mon [second livre](#), qui vous accompagne dans les profondeurs de votre être et vous invite à une introspection bénéfique.



<https://www.mouneyres.net/se-liberer-oui-mais-comment>

Vous entraîner à écrire

Avant de commencer le roman de vos rêves, peut-être serait-il utile de noter, chaque jour, sur un cahier dédié, des petits textes pour créer une nouvelle habitude.

Par exemple, vous pourriez noter les éléments clé de votre journée, raconter une anecdote vécue au bureau, une aventure de votre enfant, de votre conjoint, d'une amie, narrer une histoire inventée...

L'objectif ici est de vous habituer à écrire et surtout à trouver la façon dont vous vous exprimez à l'écrit, pour **trouver votre style**. Comme déjà dit plus haut, soyez **toujours authentique**, vrai avec vous-même et faites ressortir vos émotions.

Vous vous connaîtrez de mieux en mieux, mettez en lumière vos parts d'ombre et pourrez ainsi :

- Soit les utiliser pour écrire des histoires sombres.
- Soit les transformer en vous centrant sur les bénéfices de les éliminer.

Agrémentez votre livre avec des illustrations

Soyez extrêmement prudents sur les droits d'auteur des images. Cherchez sur Internet la réglementation en vigueur, elle est très stricte et peu coûteuse si on ne la respecte pas. Rien ne vaut, surtout lorsqu'on écrit une biographie, les vieilles photos que vous pouvez scanner.

Vous pouvez aussi prendre vos propres clichés. Personne ne peut vous reprocher quoi que ce soit et cela agrmente votre récit.



Faites des recherches

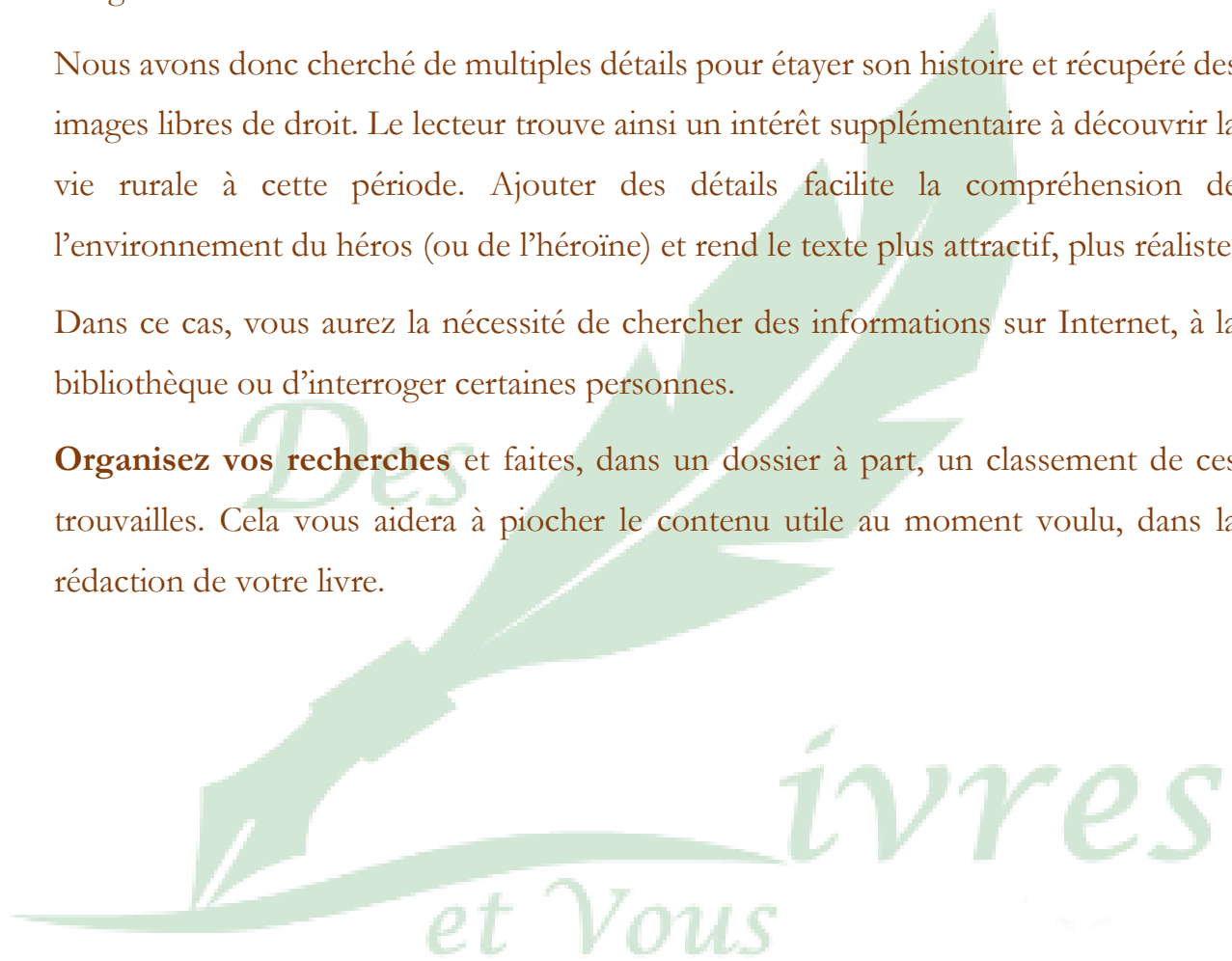
Peut-être envisagez-vous d'intégrer, dans votre ouvrage, des faits historiques, des coutumes de pays lointains, ou encore décrire la vie locale à l'époque de vos aïeux ?

Par exemple, j'ai accompagné une personne qui a toujours vécu dans les Landes. En narrant son histoire de vie, elle a souhaité l'agrémenter d'éléments importants relatifs à l'agriculture dans les années 60.

Nous avons donc cherché de multiples détails pour étayer son histoire et récupéré des images libres de droit. Le lecteur trouve ainsi un intérêt supplémentaire à découvrir la vie rurale à cette période. Ajouter des détails facilite la compréhension de l'environnement du héros (ou de l'héroïne) et rend le texte plus attractif, plus réaliste.

Dans ce cas, vous aurez la nécessité de chercher des informations sur Internet, à la bibliothèque ou d'interroger certaines personnes.

Organisez vos recherches et faites, dans un dossier à part, un classement de ces trouvailles. Cela vous aidera à piocher le contenu utile au moment voulu, dans la rédaction de votre livre.



Dans la [formation en ligne](#), nous voyons ensemble comment suivre rigoureusement toutes les étapes préparatoires à l'écriture, nous détaillons le Mindmap (*squelette de votre livre*) approfondissons vos personnages pour les rendre presque réels. Vous travaillez votre style grâce aux exercices préparatoires et connaissez avec précision tout le déroulé de votre histoire, y compris la fin. Il est important de procéder avec rigueur et persévérance pour conserver la motivation et entretenir l'inspiration.

🌿 Définissez votre rituel d'écriture

La régularité est le meilleur moteur pour atteindre votre objectif. Ecrire un livre est long, demande détermination et assiduité. Comme dans le sport, écrire 50 pages un jour et plus rien pendant 2 mois est parfaitement inutile et surtout désavantageux pour votre ouvrage. Créez-vous un **rituel d'écriture**, même une ½ heure par jour ou 5 heures par semaine et tenez-vous y. **Organisez-vous** un lieu tranquille, **impliquez** votre famille pour qu'elle respecte ce temps et ne vous dérange pas. Mettez une musique douce, une bougie blanche pour favoriser l'inspiration. **Autorisez-vous** ce laps de temps pour votre projet. Peut-être la durée d'écriture variera-t-elle en fonction de votre inspiration, mais respectez au mieux le minimum le temps défini. Peu à peu, les pages vont se noircir, de nouvelles idées vont voir le jour, la motivation s'amplifiera et vous serez satisfait(e) de votre avancement. Ayez toujours la comparaison avec une montagne : un pas à la fois et, peu à peu, vous la gravissez. L'écriture suit ce même schéma. **Définissez votre rythme et tenez-le !**

🌿 Le travail par « bloc »

Parfois, vous manquerez d'inspiration, parfois au contraire les idées fuseront et vous ne verrez pas le temps passer. Raison pour laquelle, il est important de faire régulièrement des pauses. Peut-être qu'au bout de 30 à 40 minutes, il vous sera utile de faire une petite pause. Elle vous sera bénéfique pour valider le bien fondé de votre écrit et lorsque vous le relirez, vous serez plus objectif(ve) et l'améliorerez probablement. Il est important de reprendre plus tard vos écrits, pour laisser décanter et y porter un regard plus neutre, plus juste.

Merci de votre confiance

Je vous accompagne pour raconter votre histoire :

- En œuvrant sur vos blessures et freins,
- En mettant en avant vos forces et vos ressources,
- En travaillant conjointement sur le fond et la forme,
- En utilisant l'écriture pour ses multiples aspects,
- En alliant art-thérapie et construction de votre livre (rédactionnel, mise en page, réécriture, corrections...)

<https://www.mouneyres.net/>

Formations en ligne à suivre à votre rythme

« [Osez écrire votre histoire](#) »

« [Écrire pour se libérer](#) »



Marie-Pierre Mouneyres,
votre partenaire écriture

<http://www.mouneyres.net>