

RÉSUMÉS DES TROIS MANUELS

ÉCRIVEZ VOTRE VIE

Manuel théorique et pratique de **45 pages** jetant les bases *philosophiques et structurelles* du récit à venir. Il sert à la fois de *recueil référentiel* sur les *sources inspirantes* de l'auteur et de son *survol existentiel*. Les **18 premiers jalons** répartis sur **six chapitres** serviront entre autres de *nouvelle base* pour le *deuxième manuel*.

AUTOBIOGRAPHIE

Manuel pratique de **50 pages** qui développe les 18 jalons de vie ressortis du *premier cahier*. Il établit un nouveau *fait marquant* ayant touché le *parcours existentiel* de l'auteur qui servira de préambule aux chapitres ainsi développés. Les 18 jalons récupérés du premier cahier se verront ainsi subdivisés en **108 nouveaux jalons** plus détaillés.

DERNIERS JALONS

Manuel pratique de **110 pages** qui développe les **108 jalons de vie** ressortis du *deuxième cahier*. Il en ressort une possibilité de **324 nouveaux jalons** qui précisent et raffinent le propos avant que l'auteur n'aborde sa *rédaction finale*. Les *parties de vie* sont circonscrites dans une *portion minimale* qui favorisera un *focus efficace*.

François Lemaire

janvier 2016

ÉCRIVEZ VOTRE VIE

(premier manuel)

La méthode d'écriture élaborée dans ce manuel représente une *première ébauche* dans le domaine autobiographique. Elle s'adresse d'abord à ceux et celles qui entrevoient déjà un *contenu à développer* mais qui éprouvent de la difficulté à *encadrer et structurer le tout*. Chacune des étapes et fonctions furent sélectionnées avec minutie et traitées dans un but essentiellement pratique.

Les *étapes* suivies dans l'ordre ou en simultané visent surtout à *accroître le contrôle* et la *compréhension* de l'apprenti sur son travail. *La préparation à la méthode* s'avère d'abord l'étape incontournable afin de jeter les *bases philosophiques* du *propos*. Les *Sources* permettent à l'écrivain de consigner un *maximum de références* sur son *vécu* et de provoquer une *ressouvenance* sur son *parcours existentiel*. Finalement, *L'application de la méthode* reposant sur ma technique dramatique en quatre étapes vous amène progressivement vers l'élaboration précise des *six chapitres du livre*.

Ce plan détaillé de votre manuscrit qui devient le témoin privilégié du *Théâtre de votre Vie* entraîne dans son sillon plus d'une prise de conscience. Il vous place surtout en *distance* de votre *propre vécu*, *minimisant* du même coup l'*impact* de ses *affects* et vous invitant à une réinterprétation sereine de son contenu. L'auteur que vous êtes reprend alors pleinement ses droits : ceux entre autres du *choix* de la *mise en scène* et de l'*attitude* que doit endosser le personnage principal dans *sa propre pièce*.

François Lemaire
janvier 2010

AUTOBIOGRAPHIE

(deuxieme manuel)

La *méthode élaborée* dans ce cahier fait suite à la première formation proposée dans le manuel intitulé **ÉCRIVEZ VOTRE VIE**. Afin d'amener l'adepte plus avant vers la rédaction définitive de sa propre biographie, j'ai subdivisés les *18 jalons* ressortis de l'exercice initial en *3 nouvelles sections* créant ainsi *108 nouveaux jalons*. Il s'ensuivra une *réflexion plus précise* sur des événements subtils ayant marqué l'expérience de vie de l'auteur.

L'ajout d'un *focus* sur un *fait marquant* de *18 jours ou 18 mois* ayant eu une *incidence déterminante* sur le *parcours* de l'adepte sert de *catalyseur* au récit développé. Cet *événement singulier* placé en *préambule* de chacun des chapitres devient la *référence expérientielle* et *significative* de l'auteur. Voilà pourquoi je lui ai accordée cette importance qui représente à elle-seule la *moitié* de la *structure développée*.

L'écrivain peut donc apporter un *maximum de sens* à cet événement particulier et s'en servir comme *table d'interprétation* sur l'ensemble de son vécu. Il alterne ainsi entre la *description de ce fait marquant* et le récit plus général de ce qui l'a façonné avant et après cette expérience. Je suis persuadé que les *prises de conscience* additionnelles découlant de ce *cheminement rédactionnel* contribueront à accroître une *clarté renouvelée* et une *réflexion positive* du praticien envers sa propre vie.

François Lemaire
novembre 2015

DERNIERS JALONS

(troisième manuel)

Cette *étape finale* de la *méthode autobiographique* amorcée dans les *deux premiers cahiers* vise surtout à permettre à l'écrivain de poursuivre de façon rigoureuse son parcours entrepris de longue date. La *technique* des *phrases* résumant les *jalons de vie* de *18 à 25 mots* y est toujours abondamment exploitée, préparant ainsi l'adepte à sa *rédaction finale* qui nécessitera également *rigueur et concision*. Les *108 pages finales* qu'elle permettra de recueillir seront d'un grand secours, favorisant ainsi la *stimulation soutenue* d'un *ressouvenir efficace*.

Ces *108 pages développées* débouchent également sur *324 jalons* qui représenteront une *base solide* à partir de laquelle l'auteur pourra suivre facilement le *déroulement* de son *fait marquant de vie* ainsi que de son *cheminement général*. Celui-ci peut donc envisager un manuscrit final qui pourra avoisiner les *120 pages finales informatisées*. Bien qu'elle puisse sembler *astreignante* au premier abord, cette méthode *compense* largement pour une *perte de temps* et de *confusion* qu'un auteur *plus brouillon* peut souvent rencontrer.

L'*identification* de chacun des *nouveaux jalons* permettra à l'auteur de les insérer facilement comme *référence* dans ses *nouvelles notes*. Il peut ainsi *renforcer la cohérence* de son *propos* en revenant à satiété sur des *passages déjà abordés* ou *à venir*. L'*alternance développée* dans la *structure* entre le *fait marquant* et la *biographie* proprement dite s'en trouvera également *harmonisée* favorisant une *lecture plus captivante*.

François Lemaire
décembre 2015