



Bonjour ,

*J'espère que vous allez bien en cette fin janvier et je vous souhaite le meilleur pour cette année 2026. Ici, elle a plutôt bien commencé, avec de bonnes nouvelles : ma fille cadette a déménagé pour revenir s'installer en Normandie et sa grande sœur a réussi un concours de la fonction publique territoriale.*

*De mon côté, j'ai trouvé un équilibre entre mes missions professionnelles et l'aidance familiale auprès de mon père. Mon deuil se poursuit. Six mois après le décès de ma mère, je pense toujours à elle chaque jour, mais je me sens plus stable au niveau émotionnel.*

Au programme :

- Le bilan de mon "défi AB"
- Comment j'ai aidé (sans le vouloir) une femme à se libérer de son passé
- L'étonnante question posée par mon client lors d'un entretien





## 300 jours pour écrire le livre de ma vie

L'an dernier, alors que je passais le cap des 50 ans, je me suis lancé un défi ambitieux : **écrire mon autobiographie en 300 jours**. Ce "défi AB" (comme je l'appelle) a débuté le 10 mars 2025 et devait se terminer le 4 janvier 2026.

L'objectif était double :

- faire imprimer mon livre en janvier pour pouvoir le feuilleter avant 51<sup>ème</sup> anniversaire ;
- valoriser mon journal intime (sélectionner des extraits, les insérer dans mon livre puis brûler les carnets).

Nous sommes fin janvier, donc il est temps de faire le bilan de cette expérience.

Afin de ne pas vous envoyer une FilaLettre trop longue (et indigeste), j'ai choisi de rédiger ce bilan sous forme d'article de blog :

[300 jours écrire ma biographie : le bilan](#)

Vous n'aurez peut-être pas le temps de lire cet article, alors voici ce qu'il faut retenir :

- Je n'ai pas terminé l'écriture de mon livre qui ressemble aujourd'hui à un **puzzle géant qu'il va me falloir compléter**. Je n'ai pas travaillé de façon chronologique donc mon histoire présente des "trous".
- Si cette expérience m'a permis de faire la paix avec certaines périodes de mon passé, elle n'a pas toujours été facile. J'ai appris à **aller à mon rythme**, en restant à l'écoute de mes émotions et en travaillant sur les blocages qui se sont présentés.
- Après deux mois de pause (je n'ai pas touché à mon manuscrit depuis le 21 novembre), je me sens prête à poursuivre cette aventure.

J'ai donc le plaisir de vous annoncer que je relance mon défi en 2026. 🎉

**Je me donne 200 jours (du 1<sup>er</sup> février au 20 août) pour terminer (je l'espère) l'écriture de mon autobiographie.**

Je ferai le point de temps en temps dans cette FilaLettre.

Prochaine étape : repartir en 1997 pour rédiger la partie 1997-2005 de mon histoire et recoller les morceaux (j'ai déjà écrit la période 2006-2010).

---

## Elle a tout brûlé !

Comme vous le savez, j'ai régulièrement des **entretiens avec des prospects** (des personnes qui prennent contact avec moi, en général par le biais de mon site Internet). J'organise alors un échange téléphonique pour :

- proposer à la personne de me parler de son projet d'écriture ;
- lui présenter ma façon de travailler ;
- lui poser quelques questions et répondre à ses éventuelles interrogations, afin que nous évaluions ensemble si je suis la bonne personne pour l'accompagner dans l'écriture de son livre.

En général, cet entretien téléphonique dure entre 15 et 30 minutes.

Mais parfois... c'est plus long.

Ce fut le cas vendredi 16 janvier avec une femme que nous appellerons Christine.

Christine a commencé à me parler de sa fille, qui vient de fêter ses 40 ans. Elles avaient une relation très fusionnelle, jusqu'à ce que sa fille rencontre une nouvelle compagne, il y a dix ans. Elles vivent à plus de 500 km du domicile de Christine mais celle-ci possède une résidence secondaire dans leur village et peut donc régulièrement leur rendre visite.

En 2017, grâce à une insémination artificielle, elles ont eu un petit garçon.

Christine a donc le bonheur d'être grand-mère. Elle a pu se rendre à la maternité et s'occuper de son petit-fils lorsqu'il était bébé.

Malheureusement, la compagne de sa fille, que Christine décrit comme une personne menteuse et manipulatrice, l'a discréditée dans le village et auprès de sa propre fille. Cette emprise est si forte qu'elle a eu de nombreuses conséquences (que nous ne détaillerons pas ici) allant jusqu'à une procédure judiciaire en 2023. Christine ne voit plus son petit-fils et les relations avec sa fille sont très tendues.

Pendant l'entretien téléphonique, Christine me racontait ce qu'elle avait vécu. Et je l'écoutais sans l'interrompre. Car je sentais qu'elle avait besoin de se confier.

J'ai quand même fini par lui demander : « Et votre projet de livre ? »

Alors elle m'a expliqué ce qu'elle attendait de moi : j'écrivais son témoignage sur l'emprise et nous partagions les droits d'auteurs générés par la vente du livre. Elle pourrait ainsi poser son histoire sur le papier, puis détruire tous les documents dont elle disposait. À 75 ans, elle avait besoin de passer à autre chose.

Son projet était clair... mais il y avait un malentendu...

**Elle pensait qu'un écrivain biographe gagnait sa vie en vendant des livres.**

J'ai rétabli la vérité : ce sont les prestations de service qui constituent la base de mon chiffre d'affaires. Les ventes de livres sont très minoritaires (elles n'ont

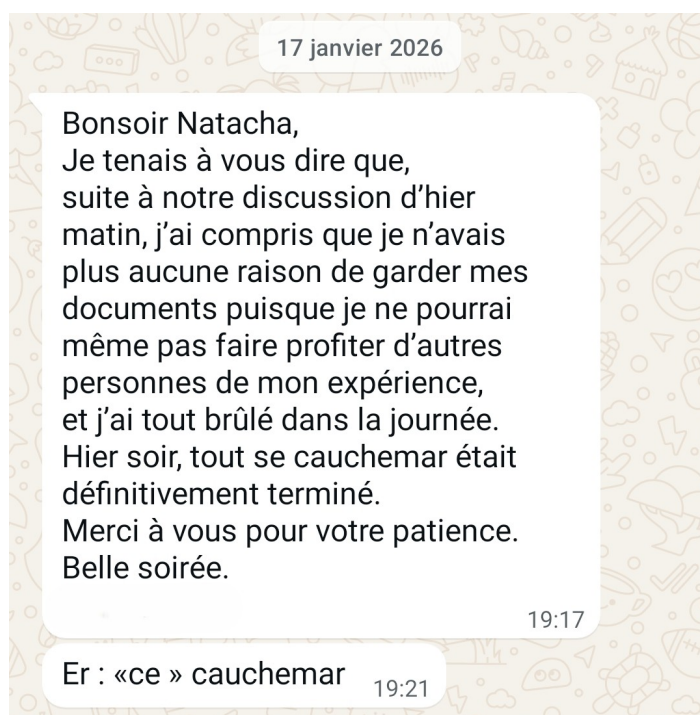
représenté en 2025 que 10 % de mon CA brut ; j'ai payé ensuite des cotisations sociales sur ce montant et j'ai reversé une partie de ces redevances aux co-auteurs des livres).

Même si son livre était publié en autoédition et se vendait bien, le montant des redevances perçues ne serait pas suffisant pour couvrir l'écriture et la création du livre (qui coûtent en moyenne 3 500 €).

Christine m'a posé quelques questions sur mon fonctionnement, puis elle s'est excusée de m'avoir fait perdre mon temps. Elle ne disposait pas d'un tel budget. Après une heure dix d'entretien, nous avons raccroché.

Mais l'histoire ne s'est pas arrêtée là.

Le lendemain, j'ai reçu un message sur WhatsApp :



Christine ne deviendra jamais une cliente. Son témoignage sur l'emprise ne sera jamais ni écrit, ni publié. Mais je suis heureuse de savoir que notre conversation l'a aidée à avancer dans son parcours. Et j'espère qu'un jour, quand il sera assez grand pour s'interroger sur sa famille, son petit-fils cherchera à renouer le contact avec elle. En toute liberté.

---

## Une question... insolite

Pour finir cette lettre sur une note humoristique, je voulais vous partager une petite anecdote survenue la semaine dernière.

Alors que j'étais en entretien avec un narrateur pour notre dernière séance, j'ai eu

la surprise de l'entendre me demander :

« **Mais vous, Natacha, vous travaillez ?** »

Euh... oui, je travaille. Je suis écrivaine biographe. 😊

Bon, j'ai bien compris ce qu'il voulait savoir : est-ce que j'avais un emploi salarié en parallèle de mes activités d'écriture ?

La réponse est non, je ne suis pas salariée.

**Filiaplume est mon unique activité et m'occupe à plein temps.**

*NB. En 2025, en raisons des circonstances familiales, mon rythme de travail a un peu diminué : 908 heures au lieu de 1257 heures l'année précédente.*

Il est vrai qu'une personne qui n'a jamais été entrepreneur ne peut pas imaginer tout ce que représente le fait de travailler dans sa propre entreprise. Moi, la première. Quand j'ai quitté l'Éducation nationale, après avoir été prof pendant 20 ans, j'ai découvert ce qu'est la gestion d'une entreprise :

- Missions pour les clients (entretiens, écriture, relecture/correction, création des livres, accompagnement pour l'impression ou l'autoédition)
- Prospection (échange avec les prospects, envoi de devis, suivi...)
- Communication (blog, site Internet, FiliaLettre, réseaux sociaux)
- Gestion de l'entreprise (comptes, facturation, mails)
- Stratégie (bilans mensuels et annuels, prise de décisions)
- Formation

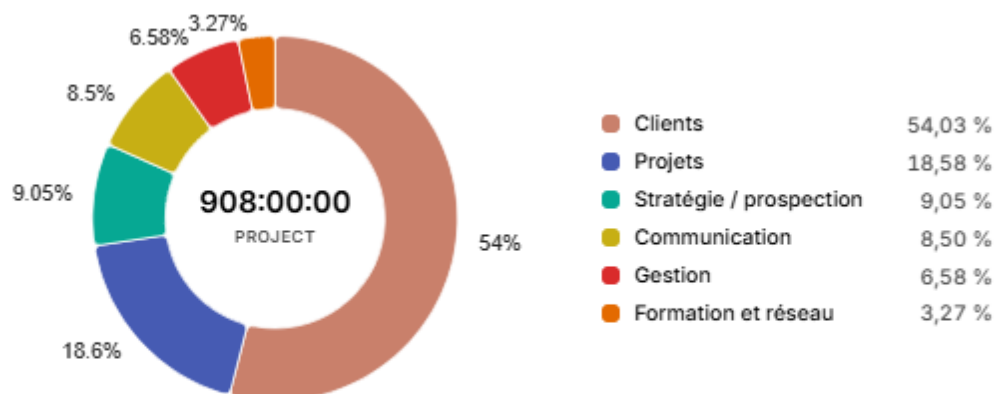
Les journées passent très vite quand on gère seule toutes ces facettes.

Mais je ne me plains pas. Au contraire : j'adore ça !

**Je suis ravie d'être biographe à temps plein.** Écouter des récits de vie, écrire, mettre en page, relire, corriger, créer des livres, les publier...

J'adore tout ce que je fais pour Filiaplume !

Voici le bilan 2025 de mon temps de travail (que j'enregistre sur Toggl) :





Je vous remercie pour votre lecture, . Je vous souhaite un joli mois de février.

Moi je me lance, dès demain, dans mon nouveau "défi AB". 😊

À bientôt !

**Natacha**

[Formulaire d'inscription](#) | [Archives](#)

## Filiaplume

Natacha Colbert  
Écrivaine Biographe  
Dans le Calvados et à distance  
06 02 32 42 19  
natacha@filiaplume.fr



Vous recevez ce mail suite à votre inscription sur [filiaplume.fr](http://filiaplume.fr)

[Se désinscrire](#)

