

au-delà de nos maux ou l'art de se foutre la paix par Mahuna Poésie

En 8 mois, près de 500 lecteurs ont été conquis par ce recueil de textes illustrés. Grâce à une plume originale, accessible et des dessins minimalistes, les plus réfractaires à la poésie se laissent séduire. Ce livre qui sort des codes traditionnels d'écriture aurait pu être écrit à quatre mains, par Paul Éluard et Richard Lenoir. Compagnon bien-être de tout temps, le livre mêle poésie contemporaine et développement personnel grâce à une plume douce et sans langue de bois, dont les mots apaisent les maux. Ainsi, à travers son expérience personnelle, l'autrice nous offre un chemin pour accepter nos expériences de vie et vivre pleinement nos émotions et nos contradictions.

Résumé

au-delà de nos maux est un voyage introspectif, qui questionne également le monde. Réparti en cinq chapitres, on peut le lire en plusieurs étapes ou en une fois. On prend plaisir à le redécouvrir au fil du temps qui passe.

Sillonnez entre l'amour, la solitude, l'estime de soi, les peurs et douleurs pour arriver à bon port sur les terres de la résilience et de l'espoir.

En vers, en rimes et en prose, **sous la forme d'une nouvelle, les textes et dessins invitent à trouver un juste équilibre entre notre part d'ombre et de lumière.** Pour être en paix avec nous-mêmes.



À propos de l'autrice

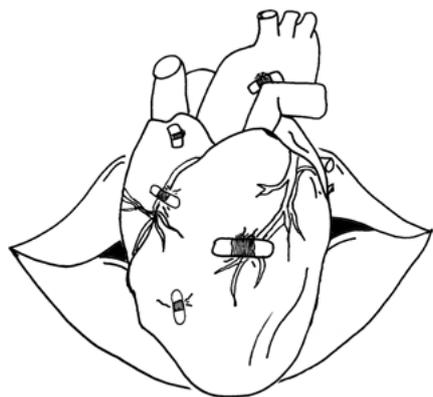
Mahuna Poésie travaille sa plume depuis l'âge de six ans. **Fin 2020, elle embrasse son amour pour les mots en écrivant son premier livre aux éditions Mahuna Poésie, en un mois.** Elle fait partie des 100 finalistes retenus pour le Grand Prix Poésie RATP 2021. En octobre 2021, **elle est lauréate du Trophée Femmes d'Impact dans la catégorie Artiste** décerné par l'association The Wonders et ayant pour marraine Élisabeth Moreno, Ministre déléguée auprès du Premier ministre.

Slasheuse, en parallèle de ses missions en marketing, elle anime des ateliers bien-être mêlant écriture et méditation. Elle accompagne les écrivains dans leur projet d'écriture de A à Z et partage son expérience d'édition sur son site, ses réseaux sociaux et dans son podcast, *la Voix des Mots*.

Son deuxième livre en cours d'écriture tentera sa chance auprès des maisons d'édition début 2022. Il promet d'être aussi captivant et riche en émotions que le premier.



Extraits du livre *au-delà de nos maux*



ta résilience ne se mesure pas
au nombre de cicatrices que tu portes
mais au nombre de baisers
que tu leur donnes
un seul suffit



le vrai courage
est d'avancer dans l'ombre
guidée uniquement
par sa propre lumière

Avis lecteurs

« Un recueil de poésie
qui permet de s'évader. »

« Un bel hymne à la paix intérieure. »

« Mahuna Poésie fait assurément partie de cette nouvelle génération d'auteur.ice. s
contemporain. e. s qui s'affranchissent des règles. Seules comptent la beauté des rimes, la
douce musique des jeux de mots, les émotions qui submergent et la paix apportée par ces
lettres et ces illustrations qui s'associent avec justesse et simplicité. »

« Il m'a bouleversé. Les illustrations qui
l'accompagnent sont superbes. »

« Un concentré d'émotions. »

Format broché

EAN : 9782957569601
Publication : décembre 2020
124 pages — 9,99 €

Disponible sur www.mahunapoesie.com,
en librairies, à la Fnac et chez Amazon.

Format numérique

EAN : 9782957569618
Publication : décembre 2020
124 pages — 6,99 €

eBook disponible à la Fnac/Kobo, Google Livres,
Amazon.