

DOSSIER DE PRESSE

Perla
Servan-Schreiber
Ce que la vie
m'a appris



Flammarion

QUI SUIS-JE ? Une dame blanche.

Un jour le blanc m'a choisie et n'est plus reparti.

J'ai soixante-treize ans, vieillir me plaît.

À la retraite mais je travaille tout le temps.

Pas d'enfants, mais huit fois grand-mère.

Mariée depuis trente ans, avec Jean-Louis,
l'homme de ma vie.

De belles rencontres m'ont permis de grandir, un peu.

Quarante ans dans la presse magazine. Publicitaire
à ELLE et Marie-Claire. Puis éditrice, avec Jean-Louis,
de Psychologies magazine et CLES.

J'ai publié six ouvrages dont *Le Métier de patron*
coécrit avec Jean-Louis, Fayard, 1990 ;

La féminité, de la liberté au bonheur, Stock, 1994 ;

Le Bonheur de cuisiner, La Martinière, 2010.

...et réalisé des vidéos intimistes sur Facebook,

« La minute Perla », avec l'équipe de My Little Paris,
sur le thème de la transmission, 2015.

Je n'aime pas la violence, la suffisance, la campagne
humide, prendre les trains en marche et le poisson cru.

J'aime les gens, les coquelicots, l'élégance, la mer,
la tour Eiffel, la cuisine, rire, le peu et l'ordinaire

et tant d'autres choses que vous butinerez dans ce livre.

QUELQUES THÈMES DU LIVRE

- **Les vacances**, un parfum d'enfance
- **L'ego**, le temps des selfies
- **L'acceptation**, ce OUI qui change tout
- **Le blues du dimanche soir**
- **Faire son deuil**, en prenant le temps
- **Le premier texto**, avancer sans crainte
- **L'argent**, pour ne plus y penser
- **Le couple**, s'aimer longtemps c'est possible
- **L'énergie** du silence
- **Cuisiner**, un exercice spirituel
- **La joie**, apprentissage ou contagion ?
- **L'essentiel** est mystère
- **Mon chat**, mon maître
- **Vieillir**, enfin libre !
- **Se ressourcer**, le dialogue corps et âme
- **La nouvelle place du travail**, l'ère de l'intégration
- **Insatisfaite ?** très utile pour trouver de nouvelles voies

JE SAIS PEU DE CHOSES. À 73 ans, j'ai juste acquis ce qu'il faut de sérénité pour conclure tardivement : la vie est plus simple qu'on ne le croit. Ce petit livre est né de conversations avec de jeunes amies dont je pourrais être la grand-mère. Leurs questions étaient nombreuses, pratiques, émouvantes, neuves et éternelles à la fois ; leur curiosité de « la vie d'avant », sans limites. Ici, je partage avec elles et vous ce que la vie m'a appris. Sur une quarantaine de sujets, je transmets quelques points d'or, mes essentiels esquissés dans le désordre, comme des instantanés stockés dans une boîte à chaussures, que l'on découvre un jour où l'on cherchait autre chose. Surgissent quelques réponses, des découvertes, tant de sensations et des mystères surtout. Aujourd'hui, je poursuis ma route, celle qui me rapproche de mon ambition intime : l'acceptation joyeuse de la réalité.

SORTIE PRÉVUE LE 6 SEPTEMBRE 2017

Au prix de 14€90

CONTACT PRESSE : Gilles Paris

laugil@gillesparis.com

Tél. : 06 03 98 78 23

www.gillesparis.com

Flammarion