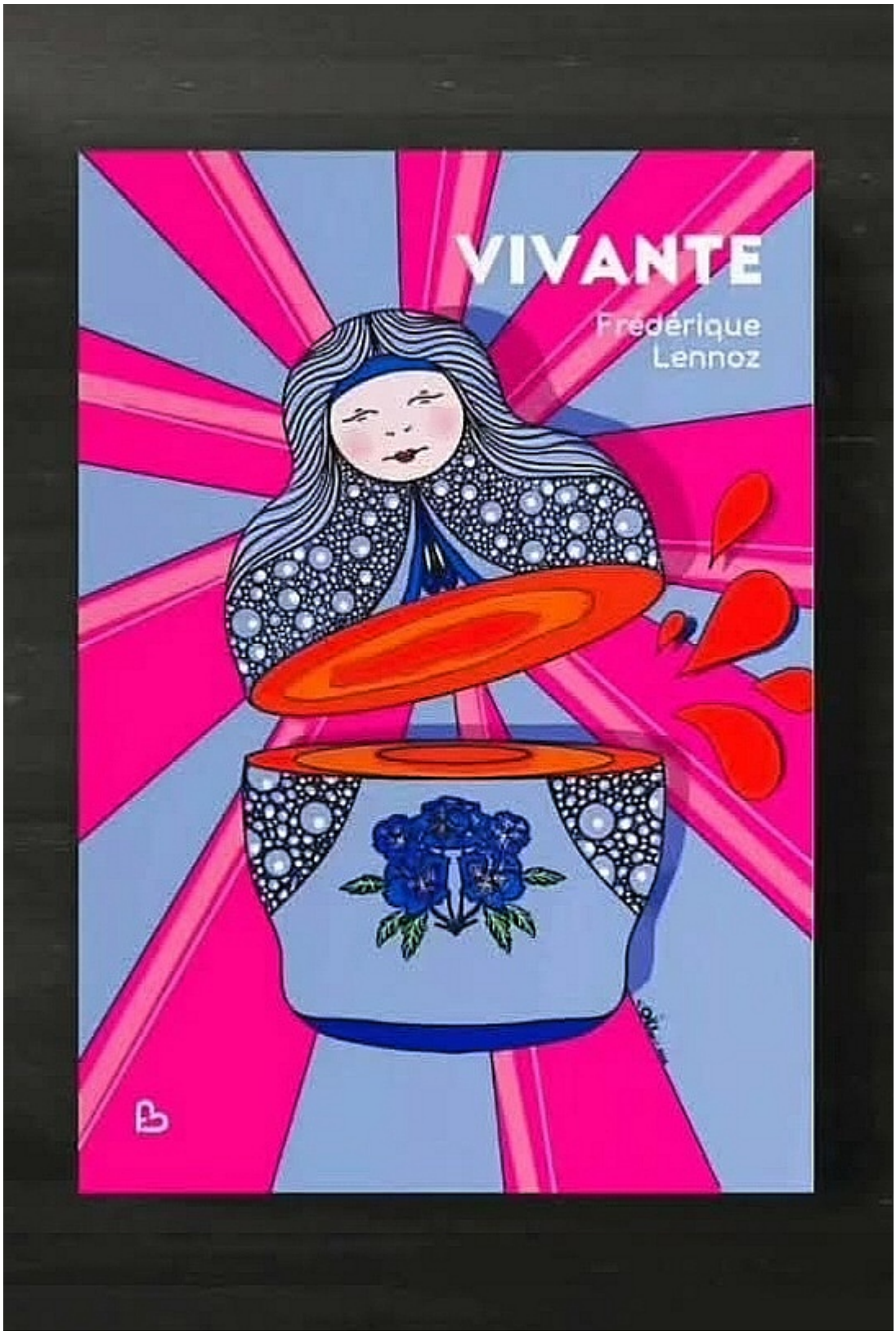
« Vivante » : Frédérique Lennoz signe un recueil de poésie qui ose regarder la brutalité de l’existence en face

Il y a les blessures que l’on montre et celles que l’on tait. Les violences qui éclatent au grand jour et celles qui s’installent insidieusement, jusqu’à laisser des traces profondes. Et puis, il y a cette étrange capacité humaine à continuer d’avancer, même lorsque la vie a sérieusement malmené les corps et les esprits.

Avec Vivante, l’artiste et autrice Frédérique Lennoz transforme cette matière humaine, parfois douloureuse, en une création littéraire et graphique sans concession. À travers des poèmes incisifs et des dessins réalisés de sa main, elle explore les silences imposés, les fragilités humaines, les dérives et les mécanismes de survie.

Un recueil qui ne cherche ni à embellir la réalité ni à délivrer de grandes leçons de résilience, mais qui fait de la poésie un espace d’expression, de dénonciation et de liberté.


VIVANTE
Frédérique
Lennoz

La vie n’est pas toujours belle, et c’est précisément ce que « Vivante » choisit de raconter

On associe volontiers la poésie à la beauté, à la contemplation ou à l’évasion. Frédérique Lennoz emprunte un chemin différent : celui d’une écriture qui se confronte aux aspérités de l’existence, sans détourner les yeux lorsque le réel devient inconfortable.

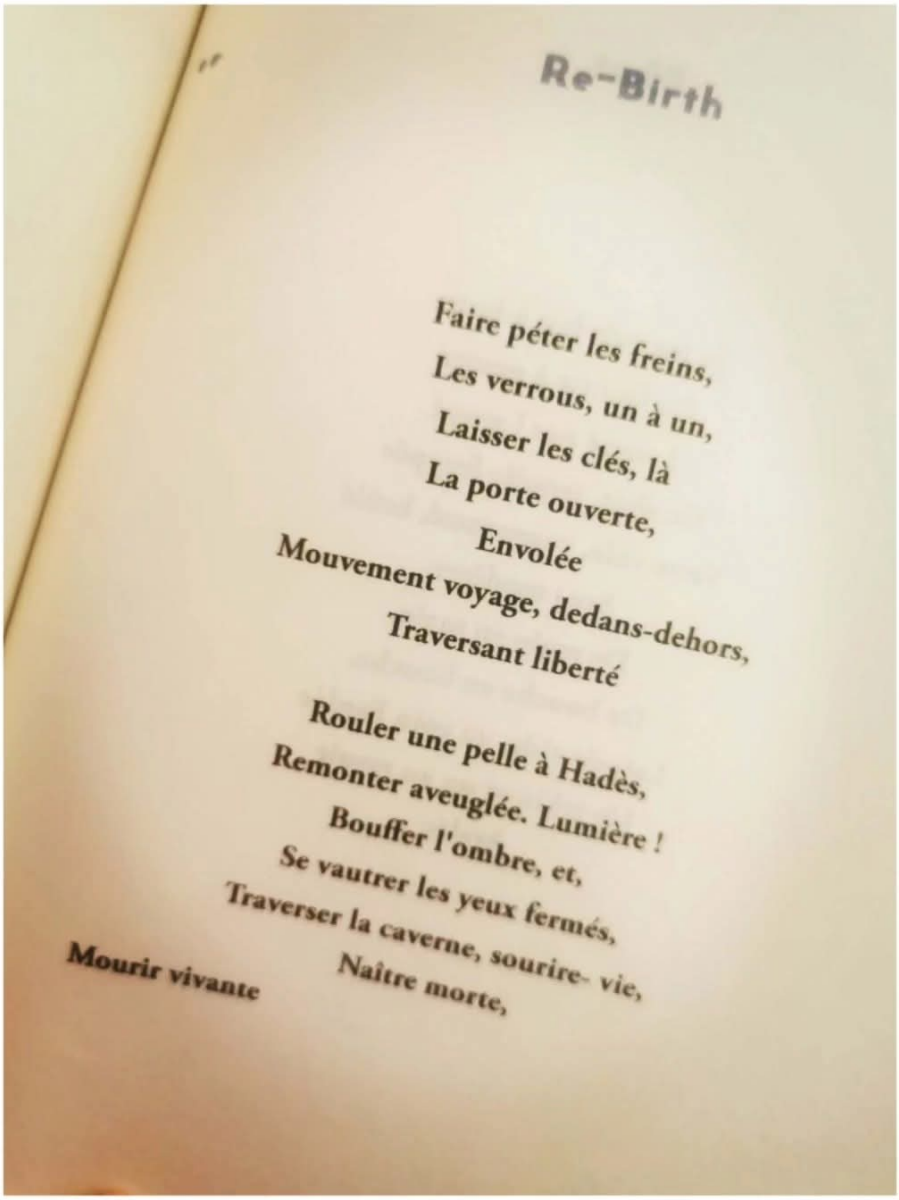
Dans *Vivante*, les mots viennent éclairer ce que l’on préfère parfois laisser dans l’ombre. L’autrice s’intéresse à ces expériences qui fragilisent, à ces violences qui ne disent pas toujours leur nom et à leurs répercussions sur les trajectoires individuelles.

Son recueil traverse plusieurs territoires sensibles :

- **La violence des silences forcés**, lorsque la parole est empêchée et que les blessures restent enfouies ;
- **Les corps et les esprits meurtris**, dont les cicatrices ne sont pas nécessairement visibles ;
- **Les dérives et les tentatives d’anesthésie**, qui traduisent parfois la difficulté à affronter certaines réalités ;
- **La résistance et la résilience**, cette capacité à poursuivre son chemin sans effacer ce qui a été vécu.

Loin d’une poésie décorative, *Vivante* revendique ainsi une parole qui dérange autant qu’elle interroge.

Car derrière l’intimité de ces textes se dessine une question plus universelle : que deviennent toutes ces souffrances auxquelles la société n’accorde ni mots ni place ?



Des poèmes à fleur de peau, des dessins comme autant de prolongements de l’émotion

La singularité de *Vivante* tient aussi à sa forme. Frédérique Lennoz ne se contente pas d’écrire : elle dessine ce que ses textes font émerger.

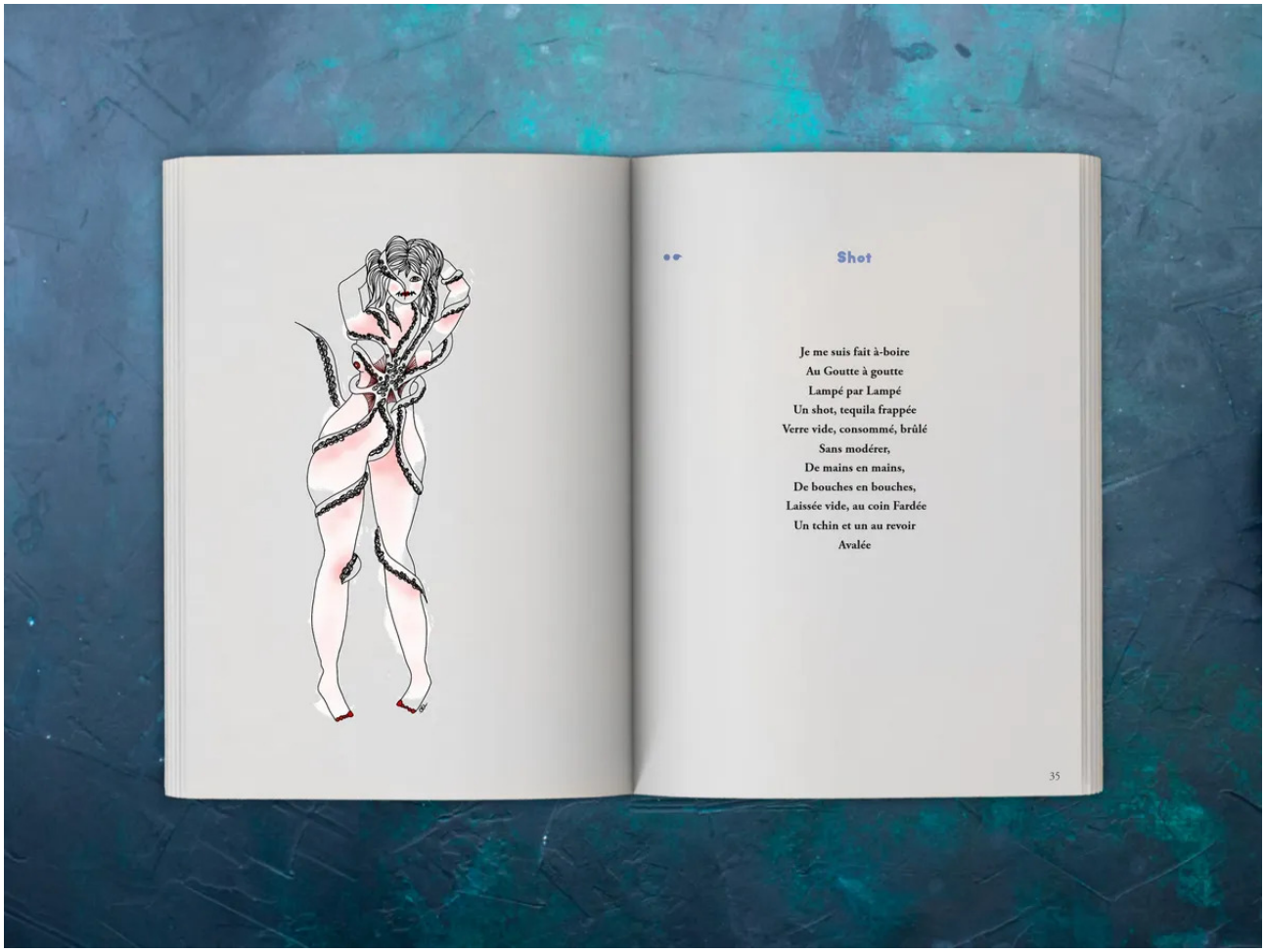
Chaque poème trouve ainsi son écho dans une illustration créée par l’autrice elle-même, donnant naissance à un dialogue entre deux expressions artistiques intimement liées.

Le dessin n’intervient pas pour adoucir la puissance des mots. Il leur apporte une autre présence, une autre manière de faire ressentir ce qui traverse le recueil.

Cette rencontre entre poésie et arts graphiques constitue l’une des signatures de l’ouvrage :

- Les textes portent une parole directe, nourrie d’émotions et de convictions ;
- Les illustrations donnent une dimension visuelle aux tensions et aux fragilités évoquées ;
- Leur association invite à une lecture sensible, où l’on peut aussi bien être saisi par une image que par un vers.

Avec cette double démarche, Frédérique Lennoz propose une expérience qui dépasse la seule lecture poétique. *Vivante* se découvre autant avec les yeux qu’avec les mots.



Du Mexique à ses propres combats, Frédérique Lennoz puise dans une ferveur où la vie danse avec la mort

Pourquoi avoir choisi un titre aussi vibrant pour un ouvrage qui explore des réalités parfois si sombres ?

La réponse se trouve notamment dans l'attachement de Frédérique Lennoz à la culture mexicaine et à cette ferveur particulière où la vie et la mort ne sont pas systématiquement opposées, mais peuvent se rencontrer dans une même célébration.

Cette sensibilité irrigue son univers artistique et éclaire le contraste qui traverse *Vivante*.

Il ne s'agit pas de nier la violence de l'existence, mais de refuser qu'elle ait le dernier mot.

L'autrice puise dans ce qui l'a personnellement percutée, tout en donnant une résonance plus large à ses propres expériences. Ses poèmes deviennent alors le lieu d'une confrontation entre l'intime et le collectif, entre les blessures individuelles et les brutalités du monde.

Cette démarche donne au titre toute son épaisseur : être vivante, ce n'est pas nécessairement être indemne. C'est aussi porter ses cicatrices, ses contradictions et ses combats, sans renoncer à sa propre voix.

Une artiste qui préfère la liberté du trait et la franchise des mots aux discours convenus

Avec *Vivante*, Frédérique Lennoz affirme une démarche d'autrice et d'artiste dans laquelle la création ne se dissocie pas de l'engagement.

Son écriture se nourrit d'une nécessité d'expression, mais également d'une volonté de dénoncer ce qui abîme les êtres humains et ce que les regards choisissent trop souvent d'ignorer.

Cette approche se distingue par trois partis pris :

- **Ne pas édulcorer** : aborder les expériences difficiles sans chercher à les rendre plus acceptables ;
- **Ne pas dissocier le fond de la forme** : faire du dessin une composante à part entière de l'expression poétique ;

- **Ne pas enfermer la poésie dans l’intime** : partir d’une sensibilité personnelle pour toucher à des réalités humaines et sociales plus larges.

L’autrice construit ainsi un langage artistique qui lui appartient, à la croisée de l’écriture, de l’image et du témoignage.

« Vivante », une invitation à retrouver dans la poésie toute sa puissance de révolte et d’humanité

À travers ce recueil, Frédérique Lennoz rappelle que la poésie peut aussi être un langage de résistance, un moyen d’interroger les violences ordinaires et de donner une forme à ce qui demeure difficile à exprimer.

Vivante s’adresse aux lecteurs qui aiment les œuvres habitées, les écritures sans faux-semblants et les créations où l’esthétique ne prend jamais le pas sur ce que l’artiste cherche à raconter.

Un livre qui fait le pari d’une poésie profondément humaine, capable de regarder les ombres de l’existence sans perdre de vue l’élan de vie qui lui donne son titre.

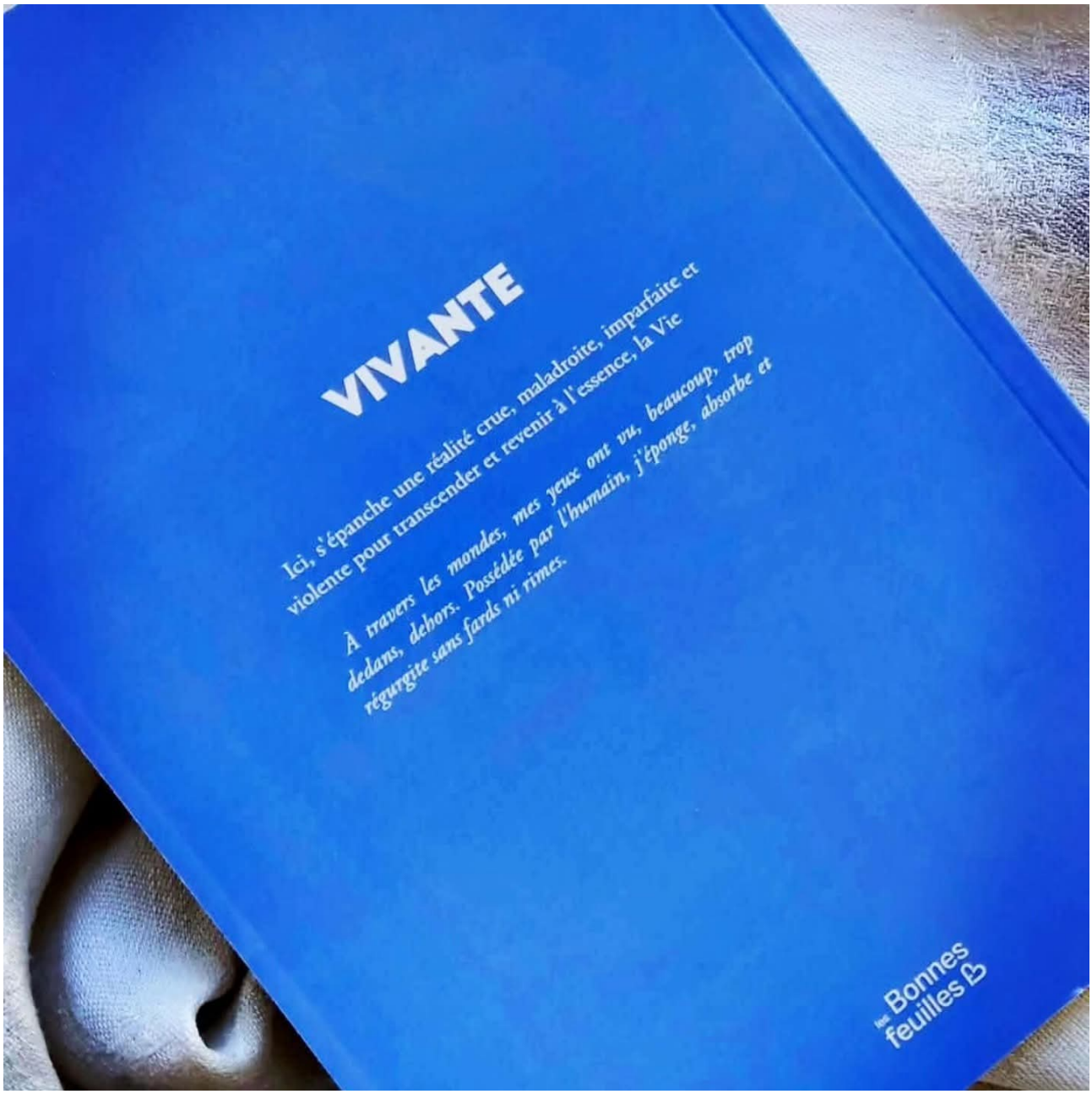
Informations pratiques

Vivante, de Frédérique Lennoz

- Maison d’édition : Les Bonnes Feuilles ;
- Genre : Poésie contemporaine illustrée ;
- Format : A5, 40 pages en couleur ;
- Fabrication : Édition premium sur papier Munken 90 g, imprimée en France, avec label Imprim’Vert ;
- Prix public : 17,90 € ;
- ISBN : 979-10-449-0132-3.

À propos de Frédérique Lennoz et de « Vivante »

Frédérique Lennoz est une artiste et autrice qui associe écriture poétique et création graphique. Dans *Vivante*, elle réunit des poèmes et des dessins de sa composition pour explorer les fragilités humaines, les violences visibles et invisibles et les formes de résistance face aux épreuves. Son univers puise notamment dans une sensibilité à la culture mexicaine, où vie et mort entretiennent un dialogue singulier.



Informations presse

Site web : https://lesbonnesfeuilles.fr/frederique-lennoz/vivante

Réseaux sociaux :

Instagram

Contact presse

Celia Zaid

zaid.celia@orange.fr

0619963355