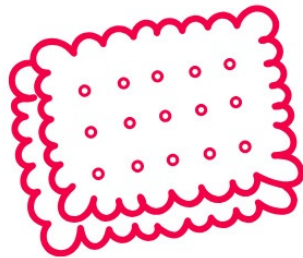


EDEN JAMES-MILO

BISCUITS D'ADIEU



Je t'écris des biscuits

Eden James-Milo

Biscuits d'Adieu

© Eden James-Milo, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-0795-1

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Merci à tous ceux qui m'accompagnent sur le chemin de la création et du
renouveau Merci à tous ceux qui m'inspirent mes mots

Ce livre se lit comme on croque un biscuit : rapidement, mais avec envie.

Biscuits d'Adieu est un voyage à travers l'adieu, la résilience, et tout ce qui se passe entre les deux.

Diagnostiquée TDAH, j'ai choisi de construire ce livre à mon image : **en fragments, en éclats, en sauts d'idées**. Des textes courts, qui partent dans tous les sens — comme le fait parfois mon esprit.

Et c'est justement ce qui en fait sa force.

Ce livre **est** mon esprit, mis à nu, sans filtre.

S'il peut toucher ne serait-ce qu'une personne, alors il aura déjà tout son sens.

Bonne lecture, et bienvenue dans ma douce tempête.

Eden James-Milo

ejamesmilo@gmail.com

CHAPITRE

AUTOBIOGRAPHIE IDÉALISÉE

L'introduction

Qui je suis au meilleur de moi-même, dans mes rêves les plus intrépides et fous.

Celle que j'espère être.

Battante

Je ne suis qu'une femme de 24 ans.
Je rêve d'amour, de solidarité et de dévouement.
Je rêve que chaque âme se rencontre et se soutienne.
Je rêve d'une vie toujours plus belle que la mienne.
J'ai peur. Parfois. Souvent. Je suis triste. Énormément.
Et je suis en colère. Tout le temps.
Mais ce sont mes plus grandes forces.
Car quand il s'agit de résister, je suis féroce.
Imaginer. Créer. Espérer. Inspirer.
Telle est la trace que j'espère laisser.
Echouer. Tomber. Brûler.
Je le ferai.
Mais chaque jour, je me relèverai.
Je suis une battante. À chaque instant.
Je ne suis qu'une femme de 24 ans.

Protectrice

De ma cape rayée
Je couve le malheureux blessé
De ma cravate rosée
J'inspire à rêver
De mes mains fatiguées
Je prends soin de l'animal heurté
De ma carte allongée
J'offre un présent espéré

Prédilection

Nous avons tous nos sujets de prédilection. Pour certains, c'est l'architecture, pour d'autres les sciences, certains préféreront les sciences sociales.

Pour moi, c'était la prévention aux violences intra-familiales. Mais aussi la santé mentale. Des sujets forts peu joyeux. Mais très inspirants. Et intemporels. J'étais compétente. Je crois. Grâce à ça, j'ai pu forger ma propre personne. J'ai pu découvrir que je suis empathique, altruiste, généreuse et passionnée. J'ai aussi découvert que je suis sensible, peu sûre de moi et têtue. Nous sommes tous doués. Mais nous sommes tous différents. Ce n'est pas parce qu'un éléphant ne sait pas nager qu'il est stupide. Vous êtes doués. Et vous avez vos qualités.

Aimée

Il y a tellement de mots, de phrases, d'actions qui expriment le fait d'aimer. Ou d'être aimé.

L'amour. L'affection. La tendresse. L'adoration.

Je t'aime. Je t'adore. Le monde est un océan de lumière depuis que tu en fais partie.

Un regard affectueux. Une main posée sur la joue. Une fleur offerte. Un pique-nique surprise.

Qui ne rêve pas de tout cela ?

Qui ne rêve pas de ressentir et de recevoir tout cela ?

Qui ne rêve pas d'offrir tout cela ?

C'est plus facile de donner. Je crois. On offre ce qu'on peut offrir, ce qu'on a envie d'offrir. On transmet une partie de son âme comme preuve d'amour indéfectible.

Mais recevoir, ce n'est pas toujours facile. Cela demande peut-être d'accueillir une affection qu'on est pas prêt à entretenir. Cela demande de s'accepter soi-même et d'accepter qu'on mérite de recevoir cet amour et cette tendresse.

Et s'accepter soi-même, c'est parfois la tâche la plus difficile à réaliser de son vivant. Pourtant il n'y a rien de plus réussi et de plus fort que soi-même. On a été conçu pour exister et évoluer. Pour encaisser et s'améliorer. Malgré nos défauts et nos erreurs, nous méritons tous d'être aimé et d'aimer en retour.