

Communiqué de presse

Parution du roman : « Nos planètes alignées »



Avis :

« Ce livre m'a transporté, bouleversé, secoué... tant de sororité, de synchronicités. Il bâtit des ponts entre l'histoire d'Héla et nos vies. »

*

« Ce fut un véritable voyage intérieur, émotionnel, entre rires et larmes, un éventail de sentiments. »

*

« Un savant équilibre entre force et vulnérabilité, un puissant exemple de la force de l'authenticité. Merci pour ce voyage philosophique, merci pour ce souffle de vie ! »

Tout l'univers Nos planètes alignées : www.helenegourlain.com/l-univers-nos-planètes-alignées

Résumé

Héla, militaire, est appelée à effectuer sa dernière OPEX au Mali. Après avoir effectué une longue introspection, elle souhaite quitter l'institution pour se reconvertir en tant que praticienne en hypnose et sophrologue. La jeune femme a vécu plusieurs histoires d'amour où elle s'est investie jusqu'à s'oublier. Elle compte dès lors profiter de cette mission pour se recentrer sur elle et réfléchir à ses futurs projets de vie. Sur place, elle rencontre un homme dont elle tombe éperdument amoureuse.

Une histoire inspirée de faits réels.

Un an et 4 mois après leur rencontre, Héla est en couple avec ce dernier. Après une séance chez une médium qui lui soulève des questionnements et des doutes quant à sa relation amoureuse, la jeune femme mène des recherches et découvre que son compagnon mène plusieurs vies parallèles. Il est en couple depuis 9 ans avec Manon et entretient des relations avec d'autres femmes.

Héla contacte Manon et ensemble elles décident de monter l'opération « commando », afin de se libérer et d'entamer leur deuil amoureux. Elles débarquent chez « l'homme de leur vie » pour le mettre face à ses vérités. Suite à cette escale, les deux femmes passent la soirée ensemble chez Manon à rire et pleurer de cette situation. Elles nouent une amitié sincère et se promettent de garder contact.

Un rythme cadencé par les prises de décisions radicales de l'héroïne.

Dans le cadre de sa reconstruction et de son cheminement intérieur, Héla décide d'emménager dans une colocation de 13 personnes. Elle y rencontre Jo, photographe baroudeur mal rasé, fan du livre *L'Alchimiste*, antithèse des convenances militaires auxquelles elle a été habituée. Il se laisse porter, vit au jour le jour et n'a aucun projet ni engagement à court terme. Héla est dans l'action, Jo rêve et débat durant des heures. Ils lient malgré tout une amitié construite autour des enseignements qu'ils s'apportent mutuellement.

Des personnages vrais et nuancés.

Quelque mois après sa rupture amoureuse et son emménagement en colocation, Héla constate qu'elle n'a pas retrouvé sa joie de vivre. Au regard des aventures que lui a contées Jo, elle décide de partir avec lui en voyage en stop « au hasard ». Ils suivent le trajet des personnes rencontrées.

Ils expérimentent les synchronicités, ces « hasards » qui font sens, et apprennent à accepter une situation sur laquelle on ne peut pas avoir de contrôle. Durant ce voyage, Jo va soulever en Héla des questions existentielles et mettre certaines de ses blessures les plus sombres à rude épreuve. Héla va mettre Jo face à ses peurs les plus profondes. Entre disputes et bonne entente, lors de ce voyage qu'Héla prend soin d'écrire dans un carnet ; s'immisce un trouble entre les deux protagonistes.

À propos de l'auteure



Après une carrière de douze années en tant que militaire officière, je suis auteure, aventurière, conférencière TEDx et j'accompagne les personnes dans leurs transitions de vie. J'accorde également de mon temps en tant que pompier-volontaire. Mes missions de terrain en France et à l'étranger m'ont permis d'acquérir un sens de l'analyse que je mets à profit pour révéler le potentiel détenu en chacun. J'aime aider les personnes à enlever leurs masques un à un pour devenir elles-mêmes.

En stop au hasard, je suis partie sans argent, sans eau et sans nourriture à la rencontre de moi-même pour interroger mes "moi", où j'ai appris à douter et à déconstruire les schémas et les croyances qui m'empêchaient de me connaître.

Parce qu'il est plus que jamais urgent de vivre, à travers mes aventures, je vous invite à vous dépouiller de ces "moi" que l'on s'invente pour arrêter de se mentir et atteindre sa vérité.

Mes publications

- *20 commandements d'une ex-militaire pour surmonter n'importe quel obstacle*, non-fiction, développement personnel, éditions Kiwi, paru le 12 juillet 2022.
- *Nos planètes alignées*, roman *feel-good*, auto-édition, paru le 8 juin 2023.

Informations pratiques

Date de parution : 8 juin 2023.

Genre : Feel good.

Auto-édition - 256 pages - Disponible sous Amazon.

Contact interview

Hélène Gourlain

Mail : gourlainh@gmail.com

Site internet : <https://www.helenegourlain.com/>

Ma communauté de lecteur.ices : <https://grainedefunambule.kessel.media/posts>

Instagram : [@helenegourlain](https://www.instagram.com/helenegourlain)

LinkedIn : [Hélène Gourlain](#)