



# Je suis célibataire et ça me plaît

Chronique d'une femme libérée à la recherche du grand amour

Lilou Macé

*Selon une étude de l'Insee\*, 51 % des parisiens sont déclarés comme célibataires, soit, en théorie, 982 532 cœurs à prendre ; alors que la moyenne en France est de 37,5 %. Certes, certains sont célibataires par choix mais nombreux sont ceux qui souffrent de la solitude et aimeraient rencontrer l'âme sœur.*

A 37 ans, après trois ans de vie commune avec Clément, Lilou décide de rompre. La voilà de nouveau célibataire mais sûre de son choix, retrouvant la joie d'explorer la vie, les autres, de penser par elle-même et bien décidée à ne plus se perdre sur le chemin de LA rencontre.

Etre célibataire est souvent mal assumé, mais pour Lilou, c'est un cadeau car c'est pour elle l'occasion de comprendre et d'analyser les causes profondes de cette rupture mais aussi ses véritables

attentes, d'apprendre à aimer tous les aspects d'elle-même, de ré-ouvrir son cœur, et non pas de rencontrer un mec, mais bien l'homme de sa vie et le père de son enfant.

Alors elle prend le temps de questionner et d'affirmer son désir, sa sexualité, elle accueille ses doutes et affronte ses parts sombres, seule ou accompagnée de guides.

C'est à ce véritable parcours initiatique et profondément humain qu'elle nous invite ici. Un chemin ponctué de rencontres authentiques et inspirantes aux quatre coins du monde : Peter notamment, ne serait-ce pas lui l'homme qu'elle attend ? Il semble qu'il ait tout ce que Lilou espère d'un homme ...

Voici **un livre intime et libérateur, d'où se dégagent toute la spontanéité et la joie de vivre de l'auteur, qui par son témoignage encourage à assumer son célibat, à y donner du sens et à ouvrir courageusement son cœur.** Lilou est une femme libre, qui à travers le couple veut continuer à vivre cette liberté d'être, d'aimer, de se respecter et de ne pas se retenir de vivre le meilleur, de façon adulte et responsable.

## A PROPOS DE L'AUTEUR

Lilou Macé a déjà publié trois ouvrages dans la même collection : ***J'ai perdu mon job et ça me plaît, Je n'ai pas d'argent et ça me plaît, Je n'ai pas de religion et ça me plaît.***

Elle est aussi **vidéo-blogueuse et reporter avec 50 millions de vidéos vues et 150 000 abonnés sur youtube.com. Sa WebTv, [www.lateledelilou.com](http://www.lateledelilou.com) est devenue une référence internationale** avec des interviews de personnalités du monde entier dans le domaine de la spiritualité, du développement personnel, des sciences en tout genre, de la philosophie,...

C'est en 2008 qu'elle **lance le site francophone du défi des 100 jours** (27.000 participants) et en juin 2015 qu'elle publie la version papier du site avec *Le cahier d'exercices du défi des 100 jours*. Elle vient de publier avec Sonia Choquette *Le défi des 100 jours pour développer son intuition* aux éditions Trédaniel.

**Rejoignez-là sur facebook :** [www.facebook.com/FRLilou](http://www.facebook.com/FRLilou) (92 000 fans) ou [www.twitter.com/frlilou](http://www.twitter.com/frlilou)

**Arouna Lipschitz** qui a rédigé la **préface** est Docteur ès Lettres, philosophe de la relation et chercheuse en spiritualité. Elle élabore et enseigne La Voie de l'Amoureux depuis 30 ans et en 2010 elle crée son école en ligne [voiedelamoureux.com](http://voiedelamoureux.com). Elle a publié en 2007 *52 clés pour vivre l'amour* et *52 cartes pour vivre l'amour* en 2016 aux éditions Dervy. Elle est aussi chroniqueuse dans l'émission de Brigitte Lahaie sur RMC.

Contact Presse : Karine Sylvestre  
Tél : 06.67.52.47.84  
E.mail : [sylvestre.karine1@gmail.com](mailto:sylvestre.karine1@gmail.com)

Date de Parution : 15 juillet 2016  
Editeur : Trédaniel  
Prix : 17,90 €

**Sujet:** Points intéressants pour une interview avec l'auteure

**Le livre :** Je suis célibataire et ça me plaît : Chronique d'une femme libérée à la recherche du grand Amour

**Date de sortie :** 15 juillet 2016 aux éditions Trédaniel

**Exemples de Questions :**

- Vous dites qu'être célibataire était la meilleure chose qui pouvait vous arriver, qu'entendez-vous par là ? Qu'avez-vous appris et que partagez-vous dans ce livre ?
- Quelles découvertes avez-vous fait sur vous-même pendant cette période de plus de deux ans de célibat ?
- En quoi nos souffrances et nos défis nous font évoluer ? Comment passer à autre chose ?
- Vous considérez-vous comme une « Bridget Jones » ?
- Retomber en amour avec vous-même semble avoir été une étape nécessaire. N'est-ce pas un peu narcissique ? Pourquoi est-ce si important ? Comment faire pour continuer à ouvrir son cœur après une grande déception sentimentale ?
- Dans ce livre vous vous livrez authentiquement et avec beaucoup de vulnérabilité. Vous semblez trouver le positif dans toutes choses. Est-ce une des clés pour un célibat heureux ?
- Qu'est-ce qui vous a amenée à vouloir partager aussi intimement cette période de votre vie, que ce soient vos ruptures amoureuses ou votre vie sexuelle ?
- Qu'avez-vous découvert sur votre sexualité lors de votre voyage en Thaïlande ? Comment vivre une sexualité épanouie en tant que célibataire ? Les lectrices seront sûrement intriguées par l'œuf de jade, pouvez-vous nous en dire plus ?
- Quelles ont été pour vous les plus grandes difficultés traversées pendant ce célibat ? Et quelles en sont les plus belles leçons ? Etiez-vous vraiment heureuse célibataire ?
- Pensez-vous que le grand Amour existe ? Comment le définiriez-vous ? Vous parlez de votre vision du partenaire idéal et du père de vos enfants. N'est-ce pas utopique ?
- Quels exercices pourriez-vous proposer aux célibataires pour qu'ils retrouvent joie et espoir ? Et d'après vous quelles sont leurs croyances limitantes ?
- Pourriez-vous partager quelques conseils pour attirer le Grand Amour ?
- Si vous aviez une minute pour vous adresser à tous les célibataires de la planète que leur diriez-vous ?