



ALBIN MICHEL

PROGRAMME

NON-FICTION

JUIN / JUILLET 2022

ESSAIS ET SCIENCES HUMAINES

Spiritualités

Alain GROSREY

INITIATION AU BOUDDHISME

Un chemin pour lire en soi-même

Relations presse : Frédérique Pons

p. 3

PRATIQUE

Développement personnel – Bien-être

Natacha CALESTRÉMÉ

MON CAHIER D'ÉNERGIE

Rituels inédits et jeux pour prendre soin de moi

Relations presse : Mathieu Johann

p. 4

Sexologie

Camille AUMONT-CARNEL

#ADOSEXO

Les vraies réponses aux vraies questions

Relations presse : Laurent Payet

p. 5

ESPACES LIBRES - Poches

Spiritualités

Jacqueline KELEN

MARIE-MADELEINE, UN AMOUR INFINI

Relations presse : Frédérique Pons

p. 6

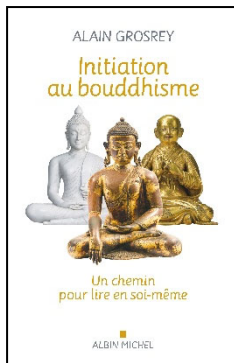
Coordonnées des attachées de presse

National, Régions, Belgique et Suisse :

Frédérique Pons (01 42 79 10 93) assistée par Ana-Maria Salejan (01 42 79 10 02)

Mathieu Johann (06 08 46 97 48)

Laurent Payet (06 89 95 48 87)



INITIATION AU BOUDDHISME

Un chemin pour lire en soi-même

Alain GROSREY

En librairie le 26 mai 2022

LE LIVRE

Les enseignements du Bouddha s'apparentent à une panoplie de méthodes pour découvrir ce que nous sommes. Leur propos est de nous aider à découvrir en nous paix et clarté.

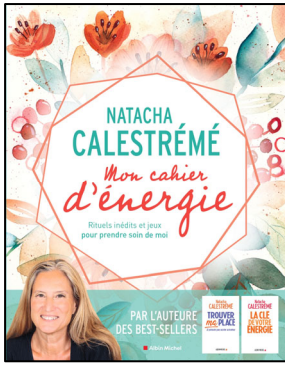
Alain Grosrey montre clairement comment les méthodes initiées par le Bouddha Gautama favorisent l'harmonisation des énergies intérieures, remédiant à la confusion, aux émotions négatives et à la souffrance qu'elles induisent pour soi et pour autrui.

La première partie présente les notions clés qui structurent les enseignements du Bouddha. La deuxième partie expose les différentes méthodes issues de cette tradition. Quant à la troisième partie, elle examine les passerelles entre bouddhisme, philosophie, religion, psychothérapie et sciences cognitives

L'AUTEUR

Docteur en littérature française et comparée, **Alain Grosrey** est chercheur associé à l'université d'Angers. Il est également l'auteur de *Le Grand livre du bouddhisme* (2007) publié aux éditions Albin Michel.

Frédérique Pons ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02
frederique.pons@albin-michel.fr



MON CAHIER D'ÉNERGIE *Rituels inédits et jeux pour prendre soin de moi*

Natacha CALESTRÉMÉ

En librairie le 26 mai 2022

LE LIVRE

Rituels inédits pour se sentir mieux !

S'occuper de soi en s'amusant, voici la mission de ce cahier de vacances.

Nombreux sont ceux qui hésitent à lire un ouvrage de développement personnel. C'est en partant de ce postulat que Natacha Calestrémé a conçu *Mon cahier d'énergie*. 22 jours pour faire peau neuve, se libérer et renouer avec la joie grâce à des jeux et des rituels inédits. À offrir à tous ceux – de 15 à 95 ans – qui veulent prendre soin d'eux, sans se prendre la tête.

Grâce à ces pratiques chamaniques et énergétiques, vous apprendrez à :

- nettoyer vos pensées et vos énergies,
 - renouer avec l'art de créer pour booster votre créativité,
 - créer un trésor spécial pour vous reconnecter à votre âme d'enfant,
 - découvrir un message caché de votre inconscient,
 - faire une détox purificatrice du corps et de vos pensées
 - accueillir la force des 4 éléments,
 - apprendre à accepter votre corps,
 - vous transformer grâce au principe alchimique,
- ...

L'AUTRICE

Natacha Calestrémé, journaliste, thérapeute et écrivaine, s'est fait connaître grâce à des ateliers pour aider à se libérer de fardeaux émotionnels passés ou « hérités » de notre famille. Ces expériences ont donné naissance à deux best-sellers : *La Clé de votre énergie* et *Trouver ma place*, lus par plus d'un million de lecteurs en France et traduits dans 10 pays étrangers. Ses conférences et vidéos en ligne fédèrent des millions de personnes.

Mathieu Johann ☎ 06 08 46 97 48
mathieujohann@hotmail.com



#ADOSEXO

Les vraies réponses aux vraies questions

Camille AUMONT CARNEL

En librairie le 16 juin 2022

#ADOSEXO EST UN GUIDE D'ÉDUCATION SEXUELLE MODERNE, INCLUSIF ET PARTICIPATIF À DESTINATION DES ADOLESCENTS.

LE LIVRE

Depuis qu'elle a créé le compte Instagram @jemenbatsleclito, Camille Aumont Carnel a reçu des milliers de questions d'adolescents à propos de leur sexualité. Elle a donc décidé de lancer un grand mouvement d'éducation sexuelle à destination des jeunes de 14 à 18 ans, composé d'une plateforme d'échange sur Instagram et d'un livre.

#ADOSEXO est la synthèse de milliers de témoignages et d'une cinquantaine d'entretiens avec des jeunes et des professionnel·le·s de la santé. C'est un guide d'éducation sexuelle inclusif et participatif qui apporte de vraies réponses à des vraies questions des adolescents. Une approche décomplexée de la sexualité présentée sous une forme graphique moderne, originale et attrayante.

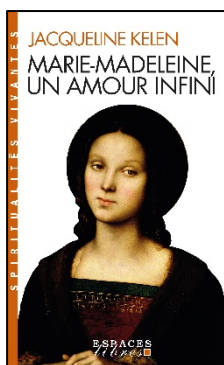
Un livre écrit par et pour les adolescents avec le soutien des professionnels de la santé.

L'AUTRICE

Camille Aumont Carnel a 25 ans, elle est née à Niamey au Niger. Après le bac, elle intègre l'école Ferrandi à Paris avec l'ambition de devenir la première cheffe française noire étoilée au Guide Michelin. En octobre 2018, elle lance le compte Instagram @jemenbatsleclito (710 000 abonnés) pour abattre les tabous, libérer la parole autour de la sexualité et aider chacun.e à assumer son désir. Son objectif : dire tout haut ce que l'on pense et vit tout bas. C'est ainsi qu'elle a également créé @jedisnonchef, véritable #metoo de la restauration, et @lafaqdecamille qui accompagne les adolescents dans la découverte de leur sexualité.

Laurent Payet ☎ 06 89 95 48 87

laurent@lp-conseils.com



MARIE-MADELEINE, UN AMOUR INFINI

Jacqueline KELEN

Espaces libres-POCHE

En librairie le 26 mai 2022

LE LIVRE

Qui est cette mystérieuse Marie de Magdala, qui apparaît peu dans les Évangiles, mais dont la tradition chrétienne a fait une figure majeure parmi les proches de Jésus ?

Une prostituée, une pécheresse repentie, ainsi qu'on a voulu lire officiellement les Écritures, ou le modèle même de l'Initiée, telle que les Gnostiques l'ont célébrée, interprétant son périple comme celui de l'âme prisonnière, éparpillée en ce monde de reflets et d'ombres ?

Ici Marie-Madeleine parle et se souvient – de sa vie en Palestine, de son exil en Provence et de sa rencontre éblouissante avec Jésus, dont elle partagea l'enseignement, la Passion et la Résurrection.

L'AUTRICE

Essayiste et conférencière, passionnée par les mythes et la voie mystique, **Jacqueline Kelen** a publié de nombreux ouvrages, dont une dizaine aux éditions Albin Michel, parmi lesquels *L'Esprit de solitude*, *Divine blessure*, *Les Amitiés célestes* et *Une robe de la couleur du temps*.

Frédérique Pons ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02
frederique.pons@albin-michel.fr