

# "Quand l'Esprit s'emmêle" d'Alexandra Faisy : un essai de développement personnel, à la fois bouleversant et inspirant, qui aide à mieux traverser les épreuves de la vie

## *Déconstruire pour reconstruire*

Ce qui bouleverse à la lecture de l'essai "[Quand l'Esprit s'emmêle](#)" d'Alexandra Faisy, c'est qu'il s'agit d'abord d'un cheminement personnel pétri de sincérité. Au commencement de ce livre est la douleur d'un deuil, suivi d'une prise de conscience de l'unité et l'unicité de l'existence, puis de la mise en place d'une méthode pour arriver à se révéler et conquérir ses rêves.

La publication de cet ouvrage est la preuve concrète que tous nos rêves peuvent se réaliser puisqu'écrire et publier un livre sur sa propre histoire faisait partie des rêves d'Alexandra.

Depuis, il y en a eu d'autres. Chacun pourra les découvrir au fil de cet essai qui a le mérite de s'appuyer sur un corpus de livres iconiques en développement personnel, de Lise Bourbeau à Frédéric Lenoir en passant par Eckhart Tollé et Jacques Salomé.

L'auteure cite ses sources et nous livre ainsi cet essai magistral qui est aussi un condensé de bibliothèque, ouvert et inspirant pour tous.



# Un livre qui conjugue entrepreneuriat et développement personnel

"Quand l'Esprit s'emmêle" est le premier livre de développement personnel publié par La Sirène aux Yeux Verts. Il inaugure cette nouvelle collection, aux couleurs de soleil et de feu, et sera le premier d'une longue série sur le sujet.

La maison d'édition a été séduite par l'approche d'Alexandra Faisy, une entrepreneuse ambitieuse, spécialisée dans le coaching des entrepreneurs et des managers. À travers l'écriture, elle a mis des mots sur sa douleur, elle l'a extériorisée jusqu'à devenir observatrice de sa situation et de ses comportements, afin de structurer son cheminement.

C'est aussi ce qui fait la force de ce livre qui n'est :

- Ni un énième guide à l'usage des entrepreneurs en herbe : Dale Carnegie, Napoleon Hill ou encore plus récemment Tony Robbins ont déjà largement fait ce travail ;
- Ni un ouvrage générique de développement personnel qui prétend réinventer la roue.

*"Je n'ai pas de leçons à vous donner. Juste un parcours, un cheminement, des lectures inspirantes, des réflexions et des outils à vous partager, à partager avec celles et ceux qui comme moi, ont eu, ont, ou auront peut-être, un jour, un genou à terre" souligne l'auteure."*

## Une préface signée par Martin Latulippe

Martin Latulippe est conférencier, auteur à succès et coach de renommée mondiale.

Dans la préface, il écrit notamment à propos d'Alexandra :

"Offrant à présent son aide dans le monde du développement personnel comme coach, formatrice et numérologue, entre autres, elle permet aux gens de développer leurs ressources personnelles et professionnelles afin de devenir la meilleure version d'eux-mêmes, tout en continuant ce travail sur elle-même qu'elle a entrepris à un moment de sa vie où la souffrance et le deuil lui paraissaient insurmontables.

Sans prétendre qu'ils deviennent surmontables, les prises de conscience que nous faisons nous permettent de les apprivoiser et d'apprendre à vivre différemment. Son parcours de vie et son partage sont tout à fait légitimes.

Il y a quelque chose de puissant à tirer de *Quand l'esprit s'emmêle*, dans un but que je chéris chaque jour : devenir un meilleur humain pour assurer de meilleurs demains."

## Extrait

"J'étais terrassée, hébétée, anéantie, perdue, submergée, déstabilisée, foudroyée et en même temps, portée par une force invisible, par la promesse que je lui avais faite de continuer à vivre, de continuer à rire.

J'étais envahie de questions existentielles : quel est le sens de la vie ? Pourquoi sommes-nous sur terre ? À quoi ça rime tout ça ?

Maman m'appelait son petit soldat, toujours debout, toujours courageuse, qui n'a « pas froid aux yeux ». Mais à ce moment-là, le petit soldat, il avait les « jambes en coton ». Il avait perdu au moins un pied du tabouret, il était au bord du précipice.

Il fallait que je choisisse la direction que j'allais donner à ma vie. J'avais, sans le savoir en ces termes, en tout cas à ce moment-là, à exercer ma RESPONSABILITÉ c'est-à-dire à choisir de créer ma vie selon mes désirs et mes besoins et à en assumer les conséquences.

J'avais deux issues, soit je me laissais happer par cette furieuse envie d'aller me coucher, de rester sous ma couette et de laisser s'éteindre cette petite flamme, la flamme de la vie, de l'envie, soit j'allais chercher de l'aide et je trouvais le moyen de faire de cette épreuve, une opportunité de grandir et de donner un nouveau tournant à ma vie.

Qu'avais-je à apprendre au travers de cette expérience si douloureuse ? Ça ne pouvait pas être pour rien, quel message devais-je en tirer ? Quelle était ma mission ? Quel était le sens de la vie ? De ma vie ?"

## Portrait d'Alexandra Faisy, coach en développement personnel



Après 18 ans passés en entreprise, dont 4 dans le monde du conseil et 14 ans dans un groupe international en tant que Manager et Directrice opérationnelle, Alexandra Faisy a souhaité donner une nouvelle orientation à sa carrière professionnelle en se consacrant au développement des ressources personnelles et professionnelles de chaque individu.

Confrontée au même moment dans sa vie personnelle à la maladie et à la perte d'un être cher, elle s'est lancée dans une démarche à la rencontre d'elle-même, de ses valeurs, de ses croyances, de ses besoins, de ses peurs, de ses forces et de ses faiblesses. Le coaching et le développement personnel l'ont accompagné tout au long de ce chemin.

Elle a fondé le cabinet [Kpital Humain](#) et la Kpital Humain Coaching box en qualité de coach professionnelle, personnelle, parentale et scolaire certifiée, praticienne en bilan de compétences et formatrice.

## À propos de la maison d'édition La Sirène aux Yeux Verts

la Sirène  
aux yeux Verts

ÉDITIONS

Éditeur professionnel pour les nouveaux écrivains et les professionnels, La Sirène aux Yeux Verts éditions a déjà deux ans d'existence.

Cette maison d'édition dynamique a à son actif 10 ouvrages publiés et de nombreux projets en cours. Elle s'est également ouverte à la publication de premiers romans en fonction de ses coups de cœur, notamment pour faciliter la visibilité des nouveaux écrivains souvent en mal d'éditeur.

Sa force ? Être **une maison d'édition...**

... **Agile**, puisqu'elle offre une multitude de services d'accompagnement à l'écriture et à la visibilité, en fonction des besoins de chaque projet.

... **et Connectée**, car elle s'appuie sur une infrastructure d'impression à la demande pour la publication de ses livres et leur référencement sur toutes les librairies en ligne, en France et bientôt à l'international. Elle considère également que les réseaux sociaux sont un média important pour la visibilité des auteurs.

Son credo : faire de l'édition autrement, en dehors des circuits traditionnels, avec des services spécifiques dédiés à la promotion du livre auxquels les auteurs doivent contribuer.

## Nathalie Philippe, une fondatrice engagée



*"On dit que "les paroles s'envolent et les écrits restent". À l'heure où tout est référencé sur la toile, la prise de parole écrite est toute aussi importante que les interventions orales. C'est forte de cette conviction et de mon expérience en communication institutionnelle que j'ai créé La Sirène aux Yeux Verts éditions."*

Nathalie Philippe est copywriter, auteur et spécialiste en communication éditoriale.

Elle a longtemps travaillé dans la proximité des éditeurs français. Nathalie a ainsi notamment :

- Animé une revue de promotion des littératures francophones pendant 10 ans ;
- Mis en place et piloté des programmes d'aide à l'édition et à la cession de droits en faveur des éditeurs étrangers. Une belle expérience vécue au sein de l'Institut français.

Elle est aussi un auteur prolifique ayant à son actif trois ouvrages publiés (un roman et deux essais) et bientôt un recueil de poésie. En parallèle, elle a déjà été, à plusieurs reprises, directrice de collection pour des maisons d'édition confidentielles.

Nathalie a eu l'idée de La Sirène aux Yeux Verts lorsqu'elle faisait de la communication éditoriale pour les entreprises. En effet, certains clients lui ont fait part de leur désir d'être publiés, soit pour raconter leur propre parcours, soit parce qu'ils avaient déjà un projet dormant au fond de leurs tiroirs.

*""Je pense que l'écriture est d'abord une histoire d'amour et que publier un livre relève souvent d'un fantasme inassouvi. C'est aussi une certaine peur larvée du dévoilement, comme un gouffre à franchir... C'est justement pour aider les auteurs à franchir toutes ces barrières qu'est née La Sirène aux Yeux Verts éditions. Elle a vocation à mettre en lumière celles et ceux qui ont une histoire, un rêve, un message... quelque chose à transmettre.""*

## Informations pratiques

"Quand l'Esprit s'emmêle" d'Alexandra Faisy

- Éditeur : La Sirène aux Yeux Verts
- Sortie : Février 2023
- EAN13 : 9782382960158
- Nombre de pages : 128
- Dimensions : 13.5 x 21.5 cm
- Prix : 19 €

## Pour en savoir plus

Découvrir le livre : <https://lasireneauxyeuxverts.com/auteur/alexandra-faisy/>

Demande d'accès au service de presse numérique pour le lire via la plateforme Netgalley : <http://netgal.ly/P7yu10>

Site web : <https://lasireneauxyeuxverts.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/editionslasireneauxyeuxverts>

Instagram : [https://www.instagram.com/la\\_sirene\\_aux\\_yeux\\_verts](https://www.instagram.com/la_sirene_aux_yeux_verts)

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/la-sirène-aux-yeux-verts-éditions/>

## Contact Presse

Nathalie Philippe

Téléphone : 07 83 46 56 36

Email : [nathaliephilippe60@gmail.com](mailto:nathaliephilippe60@gmail.com)