

Raphaëlle Giordano, écrivaine : des romans pour cultiver le bonheur d'être soi

## NEWS

CULTURE

Monday, June 2, 2025

# Raphaëlle Giordano, écrivaine : des romans pour cultiver le bonheur d'être soi

Autrice et artiste, Raphaëlle Giordano s'est imposée en quelques années comme une figure incontournable du roman de développement personnel en France. Le 12 juin prochain à 19h30, elle fera escale à la médiathèque de Vélizy-Villacoublay pour échanger sur son dernier roman *Et ils vécurent heureux malgré tous leurs enfants* (2024). Pour *Les Chos*, elle s'est confiée sur son approche artistique, portée par une énergie contagieuse. Inspirez, une vague d'optimisme s'apprête à vous emporter !

Melania Avanzato



## La sensibilité comme boussole

Née en 1974, Raphaëlle Giordano grandit à Paris où elle se passionne très tôt pour les mots, l'art et la psychologie - héritage transmis par sa mère, psychologue. La création a toujours été dans mon ADN. Depuis toute petite, j'ai un imaginaire foisonnant, difficile à canaliser, nous

confie Raphaëlle Giordano. Diplômée de l'école Estienne, elle débute sa carrière dans la communication, avant de se tourner naturellement vers le coaching en créativité - qui allie ses deux passions art et développement personnel.

Hypersensible, elle vit tout de manière intense, notamment dans le milieu professionnel. Je ne savais pas encore gérer mes émotions et le monde du travail m'a un peu secouée. Je l'ai trouvé violent et peu humain, se souvient-elle. L'aube de ses 30 ans, un burn-out l'oblige à ralentir. Après une période difficile, ses doutes se transforment en tremplin créatif. C'est ce qui m'a redonné l'élan pour écrire. Cette sensibilité, qui était hier une faiblesse, est devenue une force.

Pour écrire, Raphaëlle Giordano s'isole dans sa chambre, sanctuaire de silence, pour un esprit bouillonnant. Très réceptive aux énergies, elle aime aussi marcher en forêt pour nourrir ses réflexions. Elle travaille longuement les thèmes, les idées à véhiculer, puis viennent les personnages, l'histoire...

## Une plume qui fait du bien

Ses romans mêlent émotions, introspection et outils de transformation personnelle, dans un ton à la fois bienveillant et drôle. C'est une double promesse : une narration légère qui embarque, et un fond plus profond qui questionne, nous explique Raphaëlle Giordano.

Amour, confiance en soi, charge mentale, relations toxiques, quête de sens, parentalité? elle explore des sujets profondément ancrés dans les préoccupations actuelles. J'ai envie de donner des clefs à mes lecteurs pour mieux traverser l'existence, mais sans tomber dans des romans pesants, explique-t-elle. Mes livres abordent des thèmes sérieux, mais toujours teintés de fantaisie.

Son premier roman, Ta deuxième vie commence quand tu comprends que tu n'en as qu'une, publié en 2015, est un phénomène éditorial : plus de 2 millions d'exemplaires vendus, traduit dans plus de 30 langues. L'histoire de Camille, une trentenaire qui semble tout avoir pour être heureuse, mais qui se sent pourtant vide, insatisfaite, bloquée dans une routine sans saveur. Elle rencontre Claude, "routinologue", qui va l'aider à changer sa perception du quotidien. Un récit accessible, lumineux et porteur d'optimisme.

## Son dernier ouvrage, une ode à la parentalité



Nous sommes tous l'enfant de quelqu'un : c'est par cette phrase que Raphaëlle Giordano introduit le thème central de son dernier roman, celui de la parentalité dont elle explore avec finesse les pièges : la comparaison, la pression sociale, les doutes, la peur de mal faire? et cette responsabilité immense qui accompagne le fait de devenir parent.

Elle nous plonge dans le quotidien d'Andréa, une mère aimante, mais à bout de souffle, prise en étau entre une adolescente en crise, un mari qui s'éloigne, et une routine devenue pesante. Lorsqu'elle tombe sur une annonce de casting pour une émission de télé-réalité - la "Darons Academy" - elle y voit l'occasion inespérée de reprendre pied.

Avec tendresse et humour, ce roman met en lumière les défis de la parentalité moderne tout en dramatisant les imperfections. Il n'y a pas de parents parfaits, seulement des parents acceptables. Et c'est déjà très bien, résume l'auteure avec dérision.

Dix ans après son premier roman, Raphaëlle Giordano continue ainsi de rencontrer son public et une communauté de lecteurs fidèles. Les succès s'enchaînent : *Le jour où les lions mangeront de la salade verte* (2017), *Cupidon a des ailes en carton* (2019), *Le bazar du zèbre et pois* (2021), *Le spleen du pop-corn qui voulait exploser de joie* (2023), et le dernier *Et ils vécurent heureux malgré tous leurs enfants* (2024).

Raphaëlle Giordano n'écrit pas simplement des livres : elle propose des outils de vie. Avec elle, le roman devient un levier de changement intérieur. Un dernier mot pour conclure ? Il n'y a rien de mal à être positif. C'est même, dans notre monde un peu assombri, une forme de courage.

Rencontre et dedicaces avec Raphaëlle Giordano  
Jeudi 12 juin à 19h30 à la médiathèque

Sur inscription [en cliquant ici](#)

