

# SUR LE CHEMIN DE LA CONFIANCE

Marc PANOR

Copyright © 2020 Marc PANOR

ISBN-13: 979-10-359-3309-8

Dépôt légal : 11/2020

Achevé d'imprimer en France

## ***Dédicace***

Je dédicace ce livre à tout ceux qui se reconnaîtront

dans cette citation:

*« À toi qui doutes ou qui penses que la confiance n'est accessible  
qu'aux autres »*



## ***Préface***

La confiance en soi n'est pas une chose innée. C'est ce que j'ai pu apprendre sur le chemin de ma vie. Si vous m'aviez croisé il y a quelques années, vous auriez connu un jeune garçon qui doutait de tout, qui avait peur du regard des autres et qui disait oui à tout et à tous, de peur d'être rejeté.

Mais je vous rassure, ça... c'était avant ! Aujourd'hui, je ne suis plus le même. Ce que je pensais inaccessible l'est désormais.

Si j'ai écrit et vous dédie cet ouvrage, c'est afin de vous donner les clés de ce changement et vous montrer que ce bouleversement positif que j'ai connu l'est tout aussi possible pour vous.

Je n'ai point la prétention de me présenter comme psychologue, psychiatre, médecin ou autre. Vous ne trouverez pas d'études ou de propos scientifiques dans cet ouvrage mais une approche avec des mots simples accompagnée de quelques anecdotes de vie.

Ce livre parlera donc à la plupart d'entre vous.

J'espère que cela vous aidera à changer la vision que vous avez de vous-même et vous permettra de faire un pas de plus sur le chemin de la confiance en soi.

Sur le chemin de la confiance

PARTIE UN  
L'INCONSCIENCE



## ***Au commencement***

Qui n'a jamais rêvé, un court instant, se réveiller devant une vaste étendue d'eau turquoise avec des températures tropicales ? Un ciel tellement bleu et aucun nuage à l'horizon.

Une brise venant nous chatouiller l'oreille. Le chant des oiseaux qui nous berce alors que nous nous sommes allongés dans un petit pâturage verdoyant.

Une vue extraordinaire sur les monts couleur émeraude révélée par les rayons du soleil.

Quant à la mer, irréelle, magnifiée par un dégradé de bleu qui nous laisse sans voix...

Cela s'apparente à un rêve pour beaucoup d'entre nous. Je fais partie de ceux qui ont eu la chance de grandir dans sur cette merveilleuse île des Caraïbes.

Je suis né à Madinina, la belle île aux fleurs.

Durant mon enfance, je ne me rendais pas bien compte à quel point j'étais privilégié, et ceci pour deux raisons.

La première c'est que j'étais né d'un des coins les plus paradisiaques de ce monde et ne connaissais pas encore d'autres endroits. L'innocence.

Et la seconde, mais je m'en suis aperçu hélas un peu trop tard, c'est l'avantage ultime que l'on a lorsque l'on est enfant (dans la plupart des cas). L'insouciance.

Nos seuls “PROBLEMES”, si je puis dire, étaient :

- “À quoi vais-je jouer tout à l'heure ? Avec qui ?”