

mes amours, le sport, les études, le travail, mon mariage, mes enfants ; ainsi que les choses négatives : la solitude, l'ennui, le manque d'argent, les dettes, ma maison, les huissiers, la trahison, l'adultère, les hommes mariés, les licenciements, les fous rires, les pleurs, etc.

Comme vous pouvez le deviner, la colonne « négatif » était beaucoup plus longue que la colonne « positif ». Alors, je me suis concentrée sur toutes ces choses négatives qui empoisonnaient ma vie et j'ai dit : « JE NE VEUX PLUS d'ennui d'argent, JE NE VEUX PLUS rencontrer des hommes mariés, JE NE VEUX PLUS d'un travail ennuyeux. »

Et vous savez ce qui est arrivé ? J'avais toujours des problèmes d'argent, je rencontrais toujours des hommes déjà pris, et je m'ennuyais toujours dans mon travail.

POURQUOI ?

J'ai encore cherché cette explication autour de moi, à travers mes amis qui eux avaient une vie des plus épanouie. Je ne comprenais pas. Qu'y avait-il chez moi qui n'allait pas ? Où était le problème ? Comment m'en sortir ?

LE CHANGEMENT

Alors que je m'étais résignée à subir ma vie, puisque cela était mon destin, je retrouve sur un réseau social bien connu dont je tairais le nom une ancienne collègue de travail avec qui je n'avais pas de lien particulier à l'époque.

Cette jeune femme, toujours souriante, à l'apparence un peu « folle », avait une vie, qui pour moi était des plus banale qui soit. Cependant, dans nos différentes discussions, elle avait toujours un discours positif. Elle n'arrêtait pas de me répéter « JE CROIS EN MOI, la vie me donnera ce que je souhaite ». Cela me faisait rire, je lui disais : « Sois plus réaliste ma belle, notre société d'aujourd'hui n'est faite que de galères ». Elle m'a répondu : « Il faut toujours croire en ses rêves et se donner les moyens pour qu'ils deviennent réalité. Un vainqueur n'abandonne jamais ! »

J'ai souri, mais ses paroles ne quittaient pas mon esprit. Je me surprisais souvent à les entendre vous savez cette petite voix au fond de nous qui nous répète souvent « Ne fais pas ça, tu n'y arriveras pas, laisses tomber ». Eh bien, cette petite voix s'est mise à me répéter la phrase de mon amie. Car maintenant je peux dire qu'elle est mon amie, car elle m'a fait découvrir l'autre façon de voir les choses, elle a changé ma vie.

Alors j'ai observé comment mon amie vivait, ce qu'elle aimait, comment elle réagissait aux différentes situations. Je me suis surprise à être plus souriante, plus insouciant à son contact. Quel était son secret ? Je

n'osais pas lui poser la question directement, alors j'ai mené l'enquête. Je la voyais tout oser, tout tenter, tout souhaiter et tout avoir.

Tenez un exemple tout récent : elle postule pour un poste d'assistante commerciale dans une multinationale à 600 mètres de son domicile. Elle y croit dur comme fer, me dit que c'est le poste de sa vie, qu'elle doit être au top pour son entretien. Le jour J arrive, l'entretien se passe bien, mais elle reste en lice avec une autre postulante. La réponse tombe quelques jours plus tard, elle n'est pas retenue pour ce poste. « Ce n'est pas grave » me dit-elle, « cela veut dire que je trouverai mieux. » Les semaines passent, elle reçoit un appel téléphonique de cette même société : un poste d'assistante de direction se crée, son curriculum vitae correspond au profil ; si cela l'intéresse, elle doit passer les entretiens. Chose faite, elle attend deux jours en me répétant : « Je sais pourquoi je n'ai pas eu le premier poste, c'est celui-ci que je veux. » Elle a obtenu le poste, parce qu'elle est compétente bien sûr, mais parce qu'elle a cru en ELLE et qu'elle a osé. Certains auraient dit « Ils n'ont pas voulu de moi la première fois, pourquoi j'y retournerais ? C'est de leur faute s'ils ne m'ont pas sélectionné, ils n'ont pas su reconnaître mon potentiel », etc.

LE DÉCLIC

Je suis allée chez elle pour fêter cela. Une soirée des plus ordinaire, entourée d'amis autour d'une bonne table. Au cours de la soirée, je m'approche de sa bibliothèque et y découvre des livres sur le développement personnel. Je prends le premier sur l'étagère, le feuillette brièvement ; il est en anglais.

De retour à la maison, je cherche sur internet ce livre en français : il n'existe pas. Cependant, le film existe en version française. Presque machinalement, je clique sur la vidéo et là j'ai découvert « LE SECRET ». Ce film m'a fortement intriguée, le mot n'est pas trop fort. D'un coup, tout est devenu limpide dans mon esprit. Mais oui, voilà pourquoi rien ne change dans ma vie. En pensant à ce que je ne veux plus, je l'attire.

Je deviens alors boulimique d'internet et de ses trésors sur le développement personnel. Je découvre ce monde qui regorge d'enseignements, de conseils, de visions de la vie qui me submergent de bien-être. Je découvre les différentes techniques comme la PNL, la pensée positive, la méditation, la relaxation, la confiance en soi, l'attraction et encore bien d'autres. Un vrai trésor !

Lire me direz-vous, c'est très bien, mais cela a-t-il changé quelque chose à ma vie ? Non. Alors je me pose toujours cette même question, pourquoi ? Tout ce que je lis est vrai, me correspond, me donne tout ce que j'attends de la vie, mais rien ne change.

Mon amie, elle, a tout ce qu'elle désire et pourtant elle lit les mêmes choses que moi, pourquoi cela fonctionne sur elle et pas sur moi ? Elle me répond « la réponse est en toi ».

Alors j'ai continué à lire des articles, à acheter des livres, à surfer sur le net, toujours rien. Jusqu'au moment où je tombe sur un blog : LE blog qui me donne la clé. Lire et comprendre c'est bien, mais si vous voulez observer du changement dans votre vie, il faut appliquer tout ce que vous venez de lire. Effectivement, la réponse était en moi. J'ai donc suivi à la lettre ce que me conseillait cette personne sur son blog.

J'ai pris un carnet dans lequel j'ai écrit tout ce que je voulais voir se réaliser dans ma vie personnelle et professionnelle. Je me suis alors mise à me projeter dans ces situations, à les vivre, à les ressentir. Je me suis vue faire le travail idéal, dans les moindres détails, tout y était : les formes, les couleurs, les odeurs, le lieu, les personnes, absolument tout. J'ai fait la même chose pour l'homme idéal, l'argent, le bien-être.

Tous les jours, à chaque fois que j'y pense, je visualise une situation dans laquelle je me sens bien, je ressens toutes ces émotions. Cela ne dure parfois que quelques minutes, mais cela suffit à me mettre dans un état de bien-être intérieur, beaucoup plus efficace que certains médicaments.

Mes pensées deviennent de plus en plus positives, ma vision des choses change de jour en jour, parfois même d'heure en heure.

La vie met sur ma route des gens que je n'aurais jamais rencontrés auparavant. Des personnes qui m'apprennent beaucoup sur moi-même, avec lesquelles je partage mes expériences, comme je suis en train de le faire en ce moment.

Je continue de lire, de me documenter, de pratiquer, de me former également. J'avance à grands pas vers ce que je souhaite le plus au monde : être moi.

Je me suis inscrite à une formation sur le développement personnel et la relaxation, afin d'aller chercher encore un peu plus loin au fond de moi, les ressources nécessaires.

J'ai appris que rien de ce qui se passe dans ma vie n'arrive par les autres, par l'extérieur. Tout ce que j'ai traversé c'est parce que, certainement inconsciemment, je l'ai souhaité.

LA PRATIQUE

Ce bonheur que je découvre aujourd'hui, tout le monde peut y accéder. Ce bonheur intérieur n'a rien à voir avec le monde extérieur, qui certes est bien réel, avec ses défauts et ses qualités. Je n'occulte pas ce qui se passe autour de moi, mais je m'améliore de l'intérieur et je partage. En