

Bonjour,

Et voilà, toutes les bonnes choses ont une fin ! Je suis rentrée chez moi après 1 gros mois de voyage. Si cela vous intéresse, vous pouvez aller regarder [mon petit bilan en vidéo ici](#).

Le sujet du jour est un peu un de mes gimmicks personnels. J'y reviens souvent parce qu'il est, selon moi, une des clés de toutes les modifications importantes que j'ai successivement appliquées à ma vie. Et ce "secret", j'aimerais le partager avec vous parce que je sais qu'il permet d'avancer plus facilement sur son chemin. J'en ai déjà parlé il y a longtemps dans cette newsletter mais il me paraît tellement essentiel que je veux vraiment vous convaincre d'y réfléchir encore et de le mettre en pratique.

Mais avant, permettez-moi de vous poser une question : lorsque vous vous lancez dans un nouveau projet, une nouvelle activité, un changement de vie quelconque, préférez-vous recevoir une liste de peurs infondées et irrationnelles ou un ensemble de conseils avisés et pragmatiques ? Bien évidemment, cette question est rhétorique et vous avez tout.es opté pour la deuxième option. Intuitivement, tout le monde sait bien que les peurs empêchent de se mettre en mouvement alors que les conseils permettent de progresser en sécurité.

Sauf que... Bizarrement dans la vie réelle (et pas celle que l'on fantasme dans sa tête), la plupart des gens que je croise choisissent la première alternative. Face à une difficulté inédite, un problème nouveau à résoudre ou une idée originale à concrétiser, des personnes tout à fait rationnelles par ailleurs vont prêter l'oreille à des individus (de leur entourage professionnel ou personnel mais aussi parfois à des personnes qu'ils ou elles ne connaissent pas du tout) qui n'ont jamais rencontré la difficulté, le problème ou l'idée en question ! C'est fou non ?

Très souvent, nous prenons l'avis de nos proches (et de nos moins proches) comme argent comptant alors même qu'ils et elles n'ont parfois jamais été placés dans les circonstances qui sont les nôtres. Alors évidemment, on se dit que ce qu'ils et elles nous transmettent ne sont que des mots et que nous saurons nous en distancer le cas échéant. Mais c'est faux. Notre environnement imprègne nos pensées, abreuve insidieusement notre motivation et notre volition.

Par ailleurs, c'est peut-être aussi parfois un effet de notre propre besoin de réassurance. En sélectionnant intuitivement des paroles et des individus qui valident nos peurs, nous entravons nous-mêmes notre progression et nous pouvons justifier ce choix par une illusion d'objectivité (la preuve, bidule et machine pensent comme moi). Pour approfondir ce point, je vous renvoie à la NL # 117. Je ne dis pas que c'est une mauvaise chose (parfois, cela nous protège réellement) mais souvent ce n'est pas le cas et prendre des avis plus expérimentés pourraient nous aider à choisir de manière beaucoup plus rationnelle.

La plupart des gens qui n'ont pas réalisé quelque chose que vous souhaitez accomplir vous transmettent leurs peurs (dans le pire des cas) ou des conseils à côté de la plaque (dans le meilleur). Non pas qu'ils souhaitent vous voir échouer (bien au contraire) mais ils n'ont tout

---

simplement pas la moindre idée de comment vous aider. Alors ils font comme ils peuvent pour vous orienter vers la voie de la "sécurité" en vous mettant en garde contre des risques imaginaires voire totalement insensés. Ils ont entendu que... Il paraît que... La fille du voisin de la cousine de Mme Michot s'est retrouvée dans telle ou telle situation parce qu'elle a osé faire ci ou ça.

A chaque fois que j'ai voulu sortir de ma zone de confort et faire des choses qu'on ne faisait pas dans mon entourage, j'ai toujours recueilli les peurs de certains de mes proches : quand j'ai commencé à voyager seule à vélo, quand j'ai créé mon entreprise, quand j'ai acheté mon premier appartement pour le mettre en location, quand j'ai décidé de faire des études longues, quand j'ai écrit et publié mon premier livre... A chaque fois, des personnes qui m'aimaient pourtant profondément ont essayé de me dissuader de réaliser mes objectifs parce que c'était trop dangereux, trop difficile, trop instable financièrement et pour d'autres raisons qui paraissaient pourtant très objectives mais qui ne l'étaient pas. Heureusement, j'ai souvent sorti mes boules Quiès et me suis entourée d'autres personnes qui m'ont tenu des propos différents, soutenus par leur expérience réelle (et pas imaginaire) en la matière. Mais parfois malheureusement, j'ai écouté les peurs des autres et cela a complètement tué dans l'œuf mes projets. Je suis donc passée à côté de plusieurs très belles expériences de vie... Et je suis absolument certaine que cela vous est arrivé à vous aussi.

Alors je vous repose la question : face à un changement de vie que vous voulez entamer, vous préférez recevoir des peurs ou des conseils ?

Si vous optez sincèrement pour la deuxième solution, je peux vous accompagner parce que c'est mon métier et que je sais, pour l'avoir vécu moi-même, que pour réussir à négocier un virage (même petit) dans sa vie, il faut être bien entouré. Alors n'hésitez plus et [réservez un entretien diagnostique avec moi](#). Vous n'avez rien à perdre (c'est gratuit) et tout à gagner.

En attendant de vos nouvelles, je vous souhaite une très bonne semaine et vous retrouve vendredi prochain pour une nouvelle newsletter,

Marie