

Bonjour,

Quand j'étais petite, je voulais déjà faire des tas de choses. Je me souviens que je disais souvent que je voulais être maîtresse, écrivain (à l'époque, nous ne féminisions pas encore tous les métiers), jardinier, danseuse, chanteuse et naturaliste.

Je m'aperçois aujourd'hui que je fais un peu tout ça mais pas forcément dans ma vie professionnelle (à part l'enseignement et encore, l'objectif et le public ont sérieusement été twistés).

Et bizarrement, en relisant mes listes de "bilans" et "d'objectifs de vie" que j'établis tous les ans depuis plus de 15 ans (généralement entre Noël et le jour de l'an), je m'aperçois que ce qui me rend heureuse aujourd'hui, ce qui fait que je me sens complète, à ma place sur terre, n'a pas bougé d'un iota depuis mon enfance : chanter et danser, écrire et lire, vivre proche de la nature et des animaux, transmettre ce que je sais.

Vu de cette façon, ça paraît simple la vie ! Mais vous savez bien que non, ce n'est pas si simple. Finalement nous sommes très peu à avoir le loisir de choisir comment vivre (et que gagner la liberté de le faire peut se révéler difficile et tenir peu dans le temps). Les pressions sociétales mais aussi, ne le cachons pas, les choix que nous faisons pour soutenir notre famille nous ont parfois amenés sur des chemins que nous n'apprécions pas forcément.

A certains moments de la vie, il est salutaire de faire un point pour se reconnecter non pas avec nos rêves d'enfant (c'est joli les rêves mais souvent ça ne cadre pas bien avec la réalité) mais avec nos aspirations profondes, avec ce qui nous a fait et ce qui nous fait toujours vibrer (sauf qu'on a oublié).

Mon travail de coach consiste justement à vous aider à réaligner votre boussole intérieure avec des exercices pratiques et concrets, avec des petits défis réguliers, des actions qui vous porteront vers plus de satisfaction quotidienne (et pourquoi pas, osons le dire, vers plus de bonheur de vivre).

Je ne peux décemment pas vous promettre que je vous aiderai à marcher sur la lune (domaine du rêve). Par contre, je peux vous épauler pour trouver des solutions réalistes afin de vous reconnecter avec votre passion pour l'espace, dans votre vie réelle.

Et si vous décidiez de vous faire un très beau cadeau de Noël cette année, celui de vous occuper de vous et de votre vie. Il y a quelques années, la publicité disait "parce que vous le valez bien". Et c'est bien vrai que vous le valez bien.

Vous ne vous sentez pas la force, le courage, l'énergie, les compétences de faire ce travail en solo. [Faites appel à moi.](#)

J'espère que cette newsletter vous a plu et que vous serez encore plus nombreux et nombreuses à me lire dans les prochains mois.

N'oubliez pas d'encourager vos proches à [s'inscrire](#).

En attendant vendredi, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie