

De: **Ligue des Optimistes** info@liguedesoptimistes.fr
Objet: La Lettr'Optimiste - L'année du déclic
Date: 15 janvier 2018 10:05
À: slarive@icloud.com

LD

Voici votre Lettr'Optimiste du jour

Bonne lecture !



Ligue des Optimistes de France

Une inspiration positive pour un optimisme en action

L'année du déclic

Charlotte Savreux
L'ANNÉE DU
DÉCLIC
Et si c'était la vôtre... ?



50 personnalités
ouvrent le champ des possibles à
66 millions de Français

Balland

L'année du déclic de Charlotte Savreux

Ce livre revient sur l'itinéraire inattendu de cinquante personnalités vers "leur" réussite. 50 parcours qui trompent toutes les attentes et prouvent combien rien n'est jamais figé, limité, et combien tout est alors possible, pour tous. On connaît le versant sud de leur réussite, mais connaît-on aussi bien le versant nord, le cheminement parfois douloureux qui les a menées vers la lumière et qui rend leur victoire d'autant plus belle et exemplaire ?

Jusqu'au boutistes, ressorts insubmersibles, perchistes de l'ascenseur social, ou P.D.G « Petits devenus Grands », elles ont connu des premiers pas chaotiques dans la vie ou des réussites suivies de revers, quand la vie bascule et vole en éclats. Mais en quête de reconnaissance, par instinct de survie, par conviction, avec le grain de folie de l'insouciance, elles ont eu la puissance du déclic pour réorienter leur trajectoire et sublimer leur vie en s'accomplissant là où on ne les attendait pas, au-delà même de leurs espérances.

Comment ont-elles changé la donne ?

Qu'ont-elles appris et compris au fil du voyage ?

Chacun l'explique avec ses mots, sa nature, son vécu, au tempo de ses succès et de ses épreuves. Mais tous vont vous inspirer, vous interpeller, vous dérouter et vous offrir LE déclic pour vous accompagner au coeur de votre histoire. En misant sur la dynamique de l'exemplarité, ce livre offre une pluralité de parcours de vie et une diversité de perspectives pour faire écho à l'histoire de chaque lecteur.

Artistes, chefs d'entreprise, politiques, résolument optimistes, parce qu'ils refusent de vivre dans une époque déprimée, partagent ici leur enthousiasme, leur expérience de la vie et les convictions qui ont guidé leur parcours pour permettre à chacun de décrocher sa victoire et à notre société d'être plus prospère, joyeuse et dynamique.

Parce qu'une société plus forte, plus bienveillante, est la somme des engagements individuels...

Extrait :

FLORENCE SERVAN-SCHREIBER

Sa devise : « *Le bonheur, c'est être amoureux de sa propre vie* » Saint Augustin.

1er principe de vie : oser le « far-west »

Pratiquer le « Far West », c'est s'attaquer à de nouveaux territoires et exprimer sa curiosité en allant là où peu des gens décident d'aller.

Cela implique de briser ses chaînes, de sortir des sentiers battus pour aller au-delà de sa zone de confort, et même si cela attise nos peurs, le bénéfice secondaire de ce mode de fonctionnement est de n'avoir aucun regret.

Le plus angoissant dans la vie n'est pas d'avoir osé et de s'être trompé, mais de se reprocher de ne pas y être allé.

.../...

2e principe de vie : trouver sa place

Le bonheur, c'est d'être à « sa » place, car quand on la trouve, on ne ressent plus l'effort investi et on réussit alors tout ce qu'on fait.

Tous, nous avons un potentiel immense, bien plus grand qu'on ne l'imagine, à condition de détecter ce que j'appelle ses « supers pouvoirs ».

Malheureusement, pour découvrir son élément naturel, nous partons trop souvent de l'inutile, et de ce que nous n'aimons pas faire, or tout l'enjeu est de partir du meilleur, ce qui nous rend heureux et nous intéresse pour faire émerger le meilleur de nous-

même

même.

Si corriger ses défauts utilise de l'énergie, réveiller ses qualités nous en donne.

Illustration :

A partir du moment où j'ai décidé de suivre la voie de la psychologie positive, tout a été simple, comme si j'attendais cela depuis toujours. Simple mais pas sans efforts. Ma grand-mère disait toujours : « L'effort ne se voit pas », elle avait raison, mais il est pourtant bien là, même quand on trouve sa place et que l'énergie investie ne coûte pas. Moi qui me suis vécue paresseuse, j'abats depuis cinq ans une quantité de réalisations. On me perçoit comme une femme sérieuse et persévérante, mais de toutes mes qualités, celle qui me permet d'en faire autant aujourd'hui est la fantaisie. M'astreindre à rester assise pour écrire un livre de psychologie positive était auparavant impensable, mais lorsque j'ai envisagé de l'appeler *3 kifs par jour*, tout est devenu possible et je l'ai écrit.

En m'autorisant à exprimer ma créativité devenue désormais ma signature, cela m'a permis d'être pleinement heureuse et de gagner ma vie.

Quand on prend le risque d'être soi, on en tire toujours de formidables bénéfices.

3e principe de vie : ça va bien se passer...

La vie est parfois dure, et certaines situations sont difficiles à vivre, notamment quand nous peinons à imaginer et à définir les perspectives de notre devenir. Ce sont les pires moments d'une vie.

Pour changer la donne et transformer la réalité, il faut déjà l'accueillir avec lucidité. Être heureux, c'est aussi accepter de ne pas l'être tout le temps, mais garder en tête que tout va bien se passer et se terminer car rien ne dure jamais, le bonheur comme le malheur.

Même si la courbe est parfois longue, la spirale profonde, on se remet toujours de tout. Et les chercheurs l'ont scientifiquement identifié : nous sommes « auto-nettoyants », « auto-réparables », tous sans exception.

Il n'y a donc aucun raccourci à la vie, aucun moyen d'éviter les difficultés, et ce serait d'ailleurs inintéressant car sans apprentissages, ni évolution.

Illustration :

Si j'aime autant la psychologie positive, c'est qu'elle m'a permis de me confronter à ma part la plus sombre : ma nature pessimiste. Elle a été ma thérapie, ma réparation. Aujourd'hui, je gère les périodes de turbulence en souffrant, en grinçant des dents, mais je m'en accommode de mieux en mieux car j'ai compris que la roue tourne. A force d'être tombée et de m'être remise de douloureux chagrins, j'ai acquis la force de l'expérience et appris que je pouvais désormais compter sur moi.

Après mon premier licenciement, j'ai vécu le pire moment de ma vie. Je n'avais plus envie de rien. Absence de désir, de perspective, j'ai fait une dépression, et c'est ma créativité, que j'ai osé exprimer pour la première fois de ma vie, qui m'a sauvée. J'ai appris la couture, fabriqué des rideaux, je me suis même auto-proclamée « ridologue », et quand j'ai demandé à mes parents féministes et intellectuels de m'offrir pour mes 30 ans une machine à coudre, ils m'ont regardée comme si j'avais contracté une maladie grave.

Que mes difficultés aient été amoureuses, professionnelles, familiales ou parentales, mon meilleur antidote a toujours été la curiosité. Elle m'a permis d'apprendre autre chose, de regarder ailleurs, et de réorienter l'angle de mon regard.

Je dois beaucoup à ces périodes de transition « bousculantes », elles m'ont offert l'élan du renouveau.

“L'année du déclic” de Charlotte Savreux (Balland)

PROCHAINS ÉVÉNEMENT OPTIMISTES :

- Lab des Optimistes le 26 janvier de 10h à 12h : “La communication positive s’apprend-elle ?”

Jamais les citoyens comme les consommateurs n’ont été mieux informés. Jamais ils n’ont eu le sentiment d’être aussi peu entendus. La société moderne sur-informe mais sous-communique. Quels sont les ressorts d’une communication positive et efficace ? Rencontre animée par Thierry Saussez, créateur du Printemps de l’Optimisme vendredi 26 janvier de 10h à 12h à La Maison du Management, 8 villa Guizot 75017 Paris

Participation ouverte à tous, gratuite pour les adhérents de la Ligue des Optimistes de France et de la Maison du Management, 100 € ht pour les non-adhérents.

Inscription indispensable et réservée aux 50 premières demandes à l’adresse suivante : inscription@liguedesoptimistes.fr

Cliquez ici pour en savoir plus : [Lab des Optimistes le 26 janvier de 10h à 12h : “La communication positive s’apprend-elle ?”](#)

- 3e Dîner des Optimistes à Neuf-Brisach le vendredi 2 février à 19h sur le thème « *La Magie de l’Optimisme* » avec le brillant jazzman Eric Roumestan au restaurant Les Remparts à Neuf Brisach.

Venez partager une soirée positive avec d’autres optimistes, rencontrer des personnes positives et faire le plein d’énergie !

Cliquez ici pour en savoir plus : [3e-diner-optimistes-a-neuf-brisach-2-fevrier/](#)

- Dîner des Optimistes à Nantes le 29 Mars 2018 à partir de 19h au restaurant l’Insula au 47 rue de la Tour d’Auvergne, 44200 Nantes.

Venez partager un agréable dîner entre optimistes, entrecoupé d’animations sur les thèmes de l’optimisme et du bonheur.

Participation (apéritif, repas, boissons, animations...) : 30€ par personne

Cliquez ici pour en savoir plus : [diner-optimistes-a-nantes-29-mars-2018/](#)

ADHÉREZ À LA LIGUE DES OPTIMISTES DE FRANCE

Nous avons besoin de vous ! Rejoignez l’association pour soutenir notre mouvement, diffuser nos idées et bénéficier des bonus réservés aux adhérents ([cliquez ici pour voir comment faire](#)).

Merci d’avance pour votre soutien !

L’article [L’année du déclic](#) est apparu en premier sur [Ligue des Optimistes de France](#).

Si vous avez manqué les "Lettr'Optimiste" précédentes...

[Le Printemps de l’Optimisme 2018 est annoncé !](#)

[2018, année des bonnes résolutions, année de l’optimisme](#)

[Un projet optimiste autour du monde : Fries On Tour](#)

[In memoriam subridenti](#)

[Soyez optimiste, c’est bon pour votre carrière !](#)

www.liguedesoptimistes.fr

Partagez la Lettr'Optimiste



[Suivez-nous sur Twitter](#) | [Rejoignez-nous sur Facebook](#) | [Faire suivre à un ami](#)

[Ce message ne s'affiche pas correctement ? Cliquez ici pour le voir dans votre navigateur](#)

Actus et exclusivités positives... Seulement pour les optimistes !

Adresse de la Rédaction

Lettr'Optimiste - Yves de Montbron
Printemps de l'Optimisme
92-98 Boulevard Victor Hugo
Clichy 92210
France



Ligue des Optimistes de France

[Add us to your address book](#)

[Se désabonner](#) | [Mettre à jour mes informations](#)

Copyright © 2018 Printemps de l'Optimisme, Tous droits réservés.

