

Caroline MONTIEL

A la découverte de soi

De personnes connues ou pas, rencontrées un jour, un mois, une partie de la vie ou avec qui il y a eu de très belles histoires d'amitié ou d'amour .

A travers ces portraits, vous pouvez vous imaginer être l'un d'entre eux ou être plusieurs personnages à la fois.

Comme s'il s'agissait d'un jeu où vous êtes le personnage principal. Plusieurs facettes que vous ne connaissez pas encore, vont se révéler tour à tour.

Qu'en pensez-vous ?

Je vous laisse imaginer qui vous voudriez être en partant du fait que "tout ce que je crois, devient vrai" afin de devenir la meilleure version de vous-même.

Ce livre s'adresse à toutes les personnes qui désirent aller à la découverte de soi.

"Dis-toi d'abord ce que tu veux être puis fais ce qu'il faut pour le devenir"

Epictète.

## A la découverte de soi

### M comme MUSE

Savez-vous ce qu'est une muse ?

C'est cette personne qui vous inspire au plus profond de votre cœur qui vous donne cet élan de création dans votre cœur et qui vous entraîne vers le champ des possibles illimité.

C'est cette personne qui, sans le savoir par sa douceur naturelle, son écoute bienveillante vous aime tel que vous êtes sans vous juger.

La muse est un puissant aimant d'amour de création.

Avec elle, tout est possible.

Si un jour vous rencontrez votre muse, vous le saurez aux sensations que vous vivez au plus profond de votre cœur.

Il brillera de mille et une étoiles.

C'est tout cela à la fois et plus encore.

Cet amour indéfinissable malgré la distance continuera à exister et à émerveiller chacune de ces deux personnes.

Un conseil, si vous avez un moment de doute ou de peur, connectez vous à votre muse et la magie de la vie reviendra en vous instantanément.

Et si cette personne c'était vous ?

A comme Amoureux

Si vous les connaissiez, vous ne les oublierez pas.

Ils sont douceur et acceptation. Ce qui les caractérisent avant tout, c'est cet amour qu'ils donnent.

Ils vous acceptent tel que vous êtes avec vos défauts et vos qualités.

L'amoureuse des mots vous dirait ceci : “quand on accepte les défauts de ceux qui vous entourent, c'est qu'on les aime vraiment” Ces deux-là aussi magiques l'un que l'autre vous aiment sans condition.

Ils sont comme ça. Ce sont des aimants à amour.

Malgré les différences quelles qu'elles soient, ils sont toujours là fidèles et bienveillants.

Si vous avez oublié qui vous êtes, ils vous le rappelleront. Ils pourraient vous dire, en pensant à vous, “On a les larmes aux yeux de ce que l'on a

partagé avec toi, des rires et des larmes, ne lâche jamais tes rêves. Tu as un réel talent pour l'écriture, les contes d'enfants. As-tu pensé à trouver un éditeur pour continuer à être une personne qui donne de la joie et de l'amour aux autres comme tu sais si bien le faire".

Quand on les écoute, on a la sensation d'être une marchande de bonheurs qui apporte avec elle sa calèche de cadeaux de bonheurs de joie, de rires et de petites et grandes bêtises comme on aime bien faire.

L'espace d'un instant en partageant cette magie de la vie que l'on a en soi à nos proches et à des inconnus. C'est un beau cadeau d'être toujours prête à donner un peu de soi. Chacun a droit au bonheur.

Comment les remercier de leur amour  
inconditionnel, de ce regard bienveillant et aimant.

Et si la clé était en nous : aimer tout simplement.

Aimeriez-vous être la fois un amoureux de la vie et  
une marchande de bonheurs ?

Et celui ci ?

### G comme Guérisseur des maux

Il y aurait tant à écrire que même de simples mots ne  
suffiraient pas à exprimer la gratitude que j'ai envers  
lui.

Il est là à notre écoute avec douceur et diplomatie.

Il nous accompagne à notre rythme sans forcer en  
étant lui tout simplement.

Que peut-t'on faire à part l'aimer.

Et ce personnage, vous tente t-il ?

### F comme Fils

Aujourd'hui est un jour particulier, c'est ton anniversaire ainsi que la date du premier jour où ton cœur a pu se blottir contre le cœur de ta mère.

C'est un amour magique que tu partages depuis de nombreuses années avec ta mère. Quel bonheur de ressentir cet amour entre vous.

Si l' on avait quelque chose à te souhaiter, c'est de vivre et de profiter de ce lien qui vous uni au plus profond de vous pour continuer à le faire circuler chez tes enfants comme tu sais si bien le faire.

Cela semble une drôle de façon de souhaiter un anniversaire. Pourtant, tu ne serais pas l' homme que tu es s'il n' y avait pas ta mère.



Et si on lui souhaitait une jolie vie aussi belle que sa mère lui a donné.

Es-tu celle-ci ?

### C comme Caline

C'est une petite chatte rigolote, caline, goinfre quand elle décide.

Vous vous doutez bien que c'est une petite princesse car elle ne mange que ce qui lui plaît.

Dès le départ, bien qu'assez petite par rapport aux humains, elle pose ses règles de vie dans la maison.

“Ici, c'est chez moi avant que tu sois chez toi, as-tu bien compris ?

C' est moi qui fait la loi” me fait t'elle comprendre.

Voilà comment débute l'aventure avec cette chatte.

Elle fait le tour des lieux. Caline décide des meilleurs endroits où s'installer.

Il faut dire qu'elle est très maligne malgré son âge.

Elle surveille et se cache afin que je ne la trouve pas.

C'est la nuit que mademoiselle officie.

Elle chasse et court dans tous les sens en miaulant pendant des heures parfois. Quel tintamarre !

Comment faire autrement quand on accueille chez soi un animal âgé de plus de 17 ans ?

Avez-vous pensé au fait que nos tendres protégés avaient eux aussi des messages à nous transmettre ?

Qu'en pensez-vous ?

et celui-ci, le reconnaissez-vous ?

E comme Enfant intérieur

Toi qui me fait rêver jour et nuit.

Toi qui alimente ces étoiles dans ma tête

Toi qui sait mieux que personne me rassurer et  
toujours être là sans me juger.

Toi que j' aime du plus profond de mon cœur.

Cela semble un rêve car à part ces échanges parfois,  
je ressens cette affection et ces pensées qui  
maintiennent un lien entre nous.

Parfois, tu n'es pas toujours là.

Il ne s'est rien passé de spécial, c'est ce que je crois.

Ce que je sais, c'est que je ne t'ai pas toujours  
écouté, toi mon enfant intérieur.

Beaucoup de tendresse et d' affection entre nous qui  
nous fait un bien fou. C'est déjà beaucoup.

Et si on se donnait la main pour aller plus loin dans le chemin.

Vas-y, je te suis. je suis là, je serais toujours là pour toi.

Je pensais que c'était toi qui était là pour m'écouter.

C'est moi l'adulte qui sait gérer et te consoler quand tu en as besoin.

Maintenant que je t'ai retrouvé. Je serais inarrêtable.

Amuse-toi, ris à en pleurer. Sois toi tout simplement mon enfant.

Et celle-ci, est-t'elle en vous ?

### R comme Rêveuse

Cette petite fille aux yeux bleus m'a intriguée dès le premier regard.

Une petite fille en recherche l'affection des autres en permanence.

Elle ne supporte pas de ne pas être aimée.

Elle a en elle un profond sentiment de rejet et d'abandon en elle comme son père.

C'est étrange, me direz-vous ?

C'est triste et à la fois enrichissant car elle cherche toujours à comprendre ce qu'il se passe en elle.

Parfois, elle se soumet à cette situation. D'autres fois, elle passe en mode guerrière.

Cette petite fille que j'aime du plus profond de mon cœur m'a tellement apporté de bonheur que lorsque je visualise les moments passés, je suis émue au plus profond de mon cœur.