

# ACTEURS

## Comment surfer sur la vague du succès

CÉLINE RENAUD

CEO et Fondatrice **JMC LUTHERIE**

**Alors, avec cette nouvelle année, avez-vous aussi pris de bonnes résolutions? Voici les miennes:**

- passer plus de temps intense avec ma famille et mes amis
- aller plus dehors, bouger plus, manger plus sainement
- écrire un livre
- travailler avec encore plus d'efficacité

Comment me direz-vous peut-on travailler avec encore plus d'efficacité alors qu'on pense déjà être extrêmement efficace? C'est à-dire que je veux être dans le flow, le sentir et tenter d'y rester. Vous l'avez sûrement vécu cette différence entre travailler dur sur quelque chose qui n'aboutit pas, appeler plusieurs fois un prospect qui ne répond jamais, faire une

présentation pour concourir à un prix que l'on ne reçoit pas ou encore travailler sur un business plan pour lequel on n'arrive pas à lever des fonds...

Une petite voix intérieure me disait alors que cela ne servait à rien mais j'ai continué car ma tête me disait: «Vas-y! Tu ne vas pas t'arrêter là!».

Alors que d'autres fois, on travaille dur et on achève tellement de choses qu'en regardant en arrière, on est soi même étonné de toutes les choses achevées ... comme 300 conférences «Dégustations de son» données en une année, plus autant de rendez-vous privés et bien sur mon travail d'entrepreneure.

On pourrait appeler cela aussi l'intuition. Pour moi, c'est que je surfe sur la vague du succès, le flux. Et j'adore cette sensation, j'y

suis addictive. Je suis dépendante de cette énergie galvanisante. Et c'est bien cela que je souhaite plus encore en 2018. Et moins de travail... acharné. La limite n'est

d'ailleurs pas toujours claire entre acharnement ou entêtement et ténacité.

Alors comment faire pour y arriver? Trouver du ressourcement. Physique déjà et j'ai l'immense chance de pouvoir chausser mes baskets et partir directement courir dans la célèbre Forêt du Risoud. Il est également important de se ressourcer émotionnellement. Ensuite, se ressourcer au

niveau de l'âme, se réaliser, se connecter. Peindre, échanger ou écrire comme en ce moment. Avec le temps, j'ai développé des techniques pour passer très vite

de l'état d'épuisement complet à un état de bien-être et à être prête pour la prochaine étape, le prochain rendez-vous ou encore la prochaine

conférence. Comment? En me connaissant très bien, en reconnaissant exactement quelle est ma formule pour plonger et ainsi trouver des astuces et les combiner entre elles pour arriver à m'en sortir très vite.

D'ailleurs, c'est similaire à la préparation avant d'entrer sur scène: respirer profondément, se centrer, se concentrer, activer ses muscles et se caresser en tapotant tout le corps pour se chauffer et faire circuler son énergie...

Et chauffer sa voix, trouver sa voix profonde... Ou plutôt devrais-je écrire sa voie. Oui, trouver sa voie et écouter notre petite voix intérieure pour être dans notre mission... Et surfer sur la vague de notre vie. Je vous invite tous sur mon surf! Excellente année 2018 remplie d'aventures merveilleuses et lumineuses. ■



PHILIPPE WOODS