

Nadia
Pocal

La
solution
n'est pas
en toi

Roman



2024

JEUDI 20 MAI

Clara Humbert se redressa dans son lit. Il était six heures et le réveil sonnait à tue-tête. Une journée banale commençait. Seul fait notable, elle souffrait d'un léger mal de tête certainement dû au cocktail de trop de la veille.

– Mmmh! Merci, Tania, d'avoir insisté pour reprendre un dernier verre, murmura-t-elle.

Elle secoua la tête. Elle n'avait pas le temps de s'attarder. C'était l'heure de son rituel matinal. Il fallait qu'elle enchaîne plusieurs activités dans un temps relativement court, si elle ne voulait pas arriver en retard au bureau.

Elle savait que les premiers moments de sa journée détermineraient le déroulement des heures suivantes. Elle l'avait lu dans l'un de ses livres favoris : *Les Clés de la réussite*. Comme conseillé dans celui-ci, elle avait instauré une routine bien rodée pour se mettre dans les meilleures dispositions, dès le matin : un peu d'activité physique, de la pensée positive et un exercice de visualisation. Quand on veut réussir sur tous les plans, on s'en donne les moyens. Ce n'était pas plus compliqué. Grâce à cela, elle partait au travail totalement détendue.

Elle bondit hors de son lit et empoigna son tapis de yoga. Elle commença à enchaîner les postures tout en réfléchissant. Prendre soin de sa santé, maintenir sa silhouette tout en s'exerçant à s'ancrer dans le présent, c'était la magie du yoga.

Clara le pratiquait depuis des années. Elle était fière d'avoir adopté cette habitude. Pendant que d'autres peinaient à se lever en geignant, elle bâtissait son futur. Elle investissait en elle. Grâce à cela, elle s'épanouissait toujours plus et devenait chaque jour une meilleure version d'elle-même. Sa séance terminée, elle se dirigea vers la salle de bain et se planta devant le miroir :

– Je suis maître de ma vie.

– Je suis capable d'atteindre des niveaux de succès extraordinaires.

– Je suis ma meilleure chance de réussir.

– Je suis sereine et positive tous les jours.

Rien de tel qu'une série d'affirmations positives pour développer le bon état d'esprit. Cela l'avait beaucoup aidée ces dernières années. Elle avait eu grand besoin de ce travail sur elle-même, car elle considérait avoir mal débuté dans la vie. Elle avait grandi dans une famille modeste. Ses parents étaient ouvriers. Ils travaillaient énormément pour toucher des salaires médiocres. En tant que fille unique, elle n'avait pas manqué du nécessaire, mais elle n'avait pas non plus bénéficié de tout ce qu'elle aurait souhaité. Elle avait été une adolescente timide et terriblement mal dans sa peau. À quinze ans, Clara n'éprouvait aucune confiance en elle. Elle se cachait derrière de gros pulls informes. Elle

rencontrait des difficultés scolaires et avait peu d'amis à qui parler.

Heureusement, vers ses vingt ans, elle avait compris que, si elle ne se bougeait pas pour réaliser ses rêves, personne ne le ferait à sa place. Elle s'était engagée à prendre sa vie en main. Elle avait décidé de s'attaquer à chacun des domaines de son existence et de ne pas s'arrêter tant qu'elle ne serait pas satisfaite du résultat. Elle avait commencé par son apparence physique. Elle s'était mise au sport et avait appris à se mettre en valeur. Puis elle avait bossé dur, obtenu une bourse et réussi brillamment ses études en finances à la Haute École de Gestion.

Elle avait alors pris de la distance avec ses parents. Ils n'approuvaient pas vraiment son ambition. Elle, à l'inverse, ne comprenait pas qu'ils n'aient jamais visé plus haut. Ils avaient une conception si limitée du monde. Elle avait préféré les côtoyer moins souvent de peur qu'ils ne la ralentissent. Elle s'était ensuite penchée sur sa personnalité et s'était découvert un intérêt marqué pour le développement personnel. Elle avait lu plusieurs ouvrages sur le succès et la motivation et surtout, elle les avait mis en pratique. Cela faisait toute la différence. Grâce à cela, elle avait développé une bonne estime d'elle-même et était devenue une jeune femme épanouie et sûre d'elle. Elle avait décroché un super poste dans une société fiduciaire¹ et s'était installée dans un bel appartement dans les hauteurs de la ville

¹ En Suisse « une fiduciaire » désigne un établissement s'occupant de l'organisation commerciale, comptable, administrative et fiscale pour le compte de sociétés privées.

de Neuchâtel. Elle mettait tout en œuvre pour créer la vie qu'elle voulait et ses efforts payaient. Avec cette manière d'agir, elle en était persuadée, elle allait se construire une vie toujours plus extraordinaire.

Clara se regarda dans la glace. Elle avait le sourire aux lèvres. Elle aimait se remémorer son parcours. Se souvenir d'où elle venait ne donnait que plus d'éclat à sa réussite actuelle. Elle s'attarda sur son reflet : ses traits étaient fins et réguliers. Elle était plutôt jolie, mais elle ne sortirait pas sans une bonne session de maquillage.

Elle ne mettait jamais les pieds dehors sans être tirée à quatre épingles. « On ne sait jamais sur qui on va tomber dans la journée. Je pourrais rencontrer mon âme sœur aujourd'hui même », se disait-elle. Une bonne préparation intérieure comme extérieure lui permettait de toujours paraître sous son meilleur jour. Et puis, elle avait pris goût à prendre soin d'elle. Elle inspira profondément. Une odeur de crème à la lavande, de mascara et de fond de teint emplit ses narines. Les senteurs de produits de beauté suffisaient à la mettre de bonne humeur.

Ses soins terminés, elle se plaça face à sa penderie afin de sélectionner une tenue élégante et d'y accorder des accessoires de choix. Elle vérifia le résultat dans la glace. Ses longs cheveux tombaient en cascade sur ses épaules. Elle était vêtue sobrement d'un chemisier beige et d'une jupe tailleur noire. « Très classe. » Elle était mise en valeur sans ressembler pour autant à un pot de peinture. Que demander de plus ? Ce jeudi s'annonçait prometteur.