



JOUR 13 : J’Y ARRIVE PAS

Bonjour chère fabuleuse, et bienvenue au jour 13 de ton programme « Quand maman va, tout va ! » Tu es presque arrivée aux 2/3 du programme : félicitations ! Tu fais partie des courageuses qui osent remettre en question leur manière de penser ; tu ressens certainement déjà des changements dans ton quotidien ; sinon, ils ne sauraient tarder !

Est-ce qu’il t’arrive de dire « J’y arrive pas. » ? Moi, ça m’arrive tout le temps !

« J’y arrive pas. », c’est ma petite phrase fétiche quand j’en peux plus.

“J’y arrive pas”

“J’y arriverai jamais”

“Je devrais y arriver pourtant”

“Je suis la seule à pas y arriver ou quoi ?”

Un jour que je disais “J’y arrive pas”, je me suis demandée : “Arriver à quoi ?”

“Ben je sais pas, y arriver quoi ! Tu m’emmerdes avec tes questions !” (aperçu réaliste de mon dialogue intérieur)

Sérieusement : arriver à quoi ? Arriver où ?

Arriver à tout faire bien ? Arriver à être heureuse ? Arriver au top ? Arriver à la perfection ?

À force de me gâcher des journées entières en râlant sur mon incapacité à “y arriver”, je commence tout doucement à comprendre.

Arriver à quoi ? J’ai toujours 2 options :

Option 1 : arriver à destination, là où je contrôle la situation, là où je gère, là où je suis heureuse

24/7, là où tout le monde m'aime, là où je suis 100% fière de moi, là où tout va bien dans le meilleur des mondes. Bref, n'arriver nulle part, puisque ce genre de destination n'existe pas en ce bas-monde. Quand on s'approche du but, on réalise qu'il y a un nouvel objectif, caché juste derrière. L'histoire sans fin...

Option 2 : arriver à profiter du paysage. Parvenir à apprécier le chemin, puisqu'au final, il n'y aura jamais de ligne d'arrivée.

Toi qui regardes cette vidéo, j'ai une mauvaise nouvelle pour toi : tu n'y arriveras jamais !

Tu n'arriveras jamais à tout faire, ni à tout être. Et si tu parviens à deux doigts de la perfection, il y aura toujours quelque chose (ou quelqu'un) pour tout gâcher.

Ce qui compte, ce n'est pas d'atteindre une ligne d'arrivée fictive, puisqu'elle ne cesse de s'éloigner. Même si tu arrives quelque part, il y aura toujours un nouvel objectif à atteindre...

Ce qui compte, c'est d'apprendre à aimer la route, puisque jusqu'à la fin, on sera en route.

Alors si tu veux "y arriver" :

- cesse d'attendre la journée parfaite où tu seras une mère parfaite, mariée à un parfait prince charmant, dans un château parfait.
- commence par t'arrêter au bord du chemin pour contempler le charme votre vie ordinaire et pas toujours très glamour : un tas de linge mouillé, un autre en train de sécher, du lait renversé sur les pages d'un livre, un peu de transpiration sous les bras pour ne pas arriver en retard à l'école, un peu de réconfort quand on s'est trompée...
- commence à dire merci pour toutes ces choses-là

« Y arriver », c'est accepter qu'on est en route, qu'on a le droit d'apprendre, et qu'on a le droit de se tromper et qu'on a le droit d'avoir une vie qui ne tourne pas toujours rond.

Mon défi pour toi aujourd'hui, c'est de noter non pas 3, mais 10 choses pour lesquelles tu éprouves de la gratitude :

« Merci pour ma maison, mon job, mes enfants, mes amis... Et même merci pour le linge à laver, les enfants qui se réveillent la nuit... Merci pour toutes ces choses ordinaires, qui me font parfois me sentir vulnérable, mais qui sont ma vie. »

Dans cette vidéo, on a vu que ce qui compte, ce n'est pas d'arriver à faire les choses, c'est surtout d'arriver à aimer sa vie telle qu'elle est aujourd'hui.

Alors voilà ce que tu vas faire dès que la vidéo sera terminée :

1. Lire le RECAP, qui s'affichera juste après
2. Noter dans ton carnet tes 3 MERCI du jour
3. Noter la phrase du jour sur un POST IT et l'afficher dans ta maison
4. DEFI : écrire 7 mercis de plus, pour arriver à 10 mercis aujourd'hui !

Bonne journée chère fabuleuse et à demain !