

FLORENCE CATHERINE

UNE VIE PARMI
D'AUTRES

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
simply-crowd.com qui ont permis à ce livre
de voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 9791042518271

Dépôt légal : octobre 2025

PREMIÈRE PARTIE

Chapitre 1

*Nul ne peut atteindre l'aube
sans passer par le chemin de la nuit.*

Khalil Gibran (poète et peintre libanais)

Julie se hâte dans les rues de Bordeaux.

Ce matin, malgré le mauvais temps de février, elle avait décidé de ne pas prendre le bus, mais de marcher. Elle progresse d'un bon pas, évacuant ainsi le stress de la première fois.

La quinquà, à la silhouette longiligne, affronte les bourrasques de vent et la pluie battante qui glisse sur son imperméable gris. La capuche relevée protège son épaisse chevelure bouclée, hormis quelques mèches rebelles bien décidées à s'échapper.

— Finalement, les transports en commun auraient été une bonne idée, regrette-t-elle.

Elle consulte sa montre et accélère l'allure. Quelques minutes plus tard, elle s'arrête devant une porte, vérifie la plaque du thérapeute et pénètre à l'intérieur du bâtiment.

Une pièce, joliment décorée, emplit d'une musique douce en bruit de fond, l'accueille.

Enfin, à l'abri des intempéries, Julie apprécie l'ambiance chaleureuse. Une secrétaire la fait patienter en indiquant des fauteuils.

La nervosité de Julie s'évanouit tandis qu'elle se remémore le chemin parcouru depuis deux ans. Raison de sa présence ici.

Face à l'échec de son mariage, elle s'était sentie totalement perdue, la dépression en compagne de vie. Le bon petit soldat était à terre.

Tout s'était enchaîné très vite, trop vite : l'annonce du divorce à la famille, les amis, la vente de la maison, le partage des biens. De nombreuses années volaient en éclat en un claquement de doigts.

Le couple qu'elle formait avec Paul était loin d'être satisfaisant, Julie en était bien consciente, mais elle supportait la situation. La sécurité financière et le confort dont elle jouissait, lui faisait accepter une solitude intérieure grandissante.

Julie soupire.

Ne pas être mère restera le plus grand regret de son existence.

Paul ne se sentait pas l'âme d'un père, sa carrière professionnelle était la priorité. Il n'y avait pas de place pour un enfant qui aurait grignoté le temps des loisirs, empêché des sorties et des voyages.

Julie avait accepté, docilement, lâchement aussi, se raccrochant davantage à son travail.

Trouver un nouveau toit n'avait pas été simple non plus. Elle ne se projetait sur aucun appartement visité : pas d'extérieur, trop bruyant, trop petit, trop grand, bref, elle trouvait toujours un défaut l'empêchant de s'engager.

Alors que Julie ne s'y attendait plus, le coup de cœur s'était produit en pénétrant dans le jardinet d'une petite maison située à Mérignac. Dès le portillon passé, un flash l'avait scotchée : elle s'était vue, allongée sur un bain de soleil, un livre à la main, le visage illuminé par un sourire qu'elle ne connaissait plus.

L'intérieur de l'habitation avait fini de la séduire. Toutes les pièces étaient décorées avec goût. Immédiatement, Julie s'était sentie chez elle et avait fait une proposition d'achat.

Aujourd'hui, sa maison est devenue son cocon, son refuge.

Au moment où Julie était le plus vulnérable et très seule, Solène entrait dans sa vie. Collègue, dans un premier temps, cette petite brune de trente ans, pétillante et curieuse, était

vite devenue l'amie indispensable, celle à qui Julie confiait ses échecs, ses tourments, son mal-être. Solène écoutait attentivement toute la négativité, la culpabilité que déversait Julie. Elle savait que son amie avait besoin de décharger la noirceur qui l'habitait pour s'en libérer définitivement.

Solène, portée par la spiritualité, profitait de cette amitié naissante pour insuffler, à petite dose, les bienfaits de la méditation, la sagesse du chamanisme ou encore la clairvoyance médiumnique.

La vie après la mort était aussi largement abordée. Julie écoutait, ni hostile ni convaincue. Parfois, une pensée fugace insinuait que son amie était un peu perchée.

Elle, qui avait grandi au sein d'une famille athée, restait dubitative face à ce discours audacieux et novateur.

Pourtant, au fil des semaines, les paroles de Solène faisaient leur chemin, insidieusement. Julie se surprenait à trouver réconfortante l'idée que la mort ne soit qu'un passage. Le corps mourait, mais l'âme poursuivait sa quête.

Le déclic s'était produit au bureau alors que les deux amies prenaient un café. Solène avait proposé à Julie de l'accompagner à une séance de méditation.

— Je fais partie d'un groupe depuis cinq ans maintenant. Nous nous retrouvons tous les mercredis soir. Tu verras Cédric est top pour guider et les participants sont adorables. Nous sommes devenus amis au fil du temps. Je suis sûre que tu apprécieras et rencontrer de nouvelles têtes te fera le plus grand bien !

Julie s'était laissé tenter et avait donc rencontré huit méditants. Accueillie avec bienveillance, elle s'était sentie en confiance.

Quelques minutes plus tard, allongée sur un tapis, elle constatait que son corps comme son esprit se détendaient. Guidée par la voix douce et chantante de Cédric, Julie avait découvert le lâcher-prise. Des pensées parasites traversaient son esprit pour s'en aller aussi vite qu'elles étaient arrivées, laissant place à la sérénité.

À ce souvenir, bien que toujours dans la salle d'attente, son être tout entier se détend.

Depuis l'initiation, Julie n'avait manqué aucune séance, impatiente de retrouver ses nouveaux amis et l'apaisement procuré par la méditation.

Julie ne se contentait plus de méditer une fois par semaine. Elle pratiquait chez elle, tous les jours.

Internet lui avait fait découvrir de nombreuses guidances et vidéos de personnes éveillées à la spiritualité. Des paroles emplies de sagesse, de bon sens avaient fait écho en elle pour permettre de commencer un travail personnel. Maintenant, Julie essayait de penser différemment, plus positivement.

Lentement, elle remontait la pente, retrouvait une motivation et un bien-être depuis longtemps perdus.

Mue par l'intérêt récent pour la spiritualité et le développement personnel, Julie parcourait aussi les rayons des librairies et des bibliothèques.

Solène n'était finalement pas si excentrique. Nombreux étaient les ouvrages sur le sujet, nombreux étaient les lecteurs désireux d'apprendre et de comprendre comment ouvrir, devant eux, une voie de bonheur et de paix.

Julie ne se contentait plus d'écouter Solène. Les amies conversaient longuement lors de promenades dans la nature ou autour d'un verre. Elles passaient beaucoup de temps ensemble pour le plus grand plaisir de Julie qui reprenait goût en la vie.

Dans sa recherche de bien-être, l'océan avait été un allié inattendu. À son contact, Julie retrouvait une énergie perdue. Marcher en front de mer ou sur la plage, respirer les embruns et entendre les vagues s'écraser sur les rochers, lui procuraient une quiétude inégalable.

Jamais Julie ne se lassait de contempler l'immensité bleue sans cesse en mouvement.

— L'être humain ne peut vivre sans la nature et pourtant il la néglige bien trop souvent. Nous nous croyons si supérieurs que nous passons à côté de l'essentiel, détruisant tout sur notre passage.

Perdue dans ses pensées, Julie ne voit pas l'homme debout devant elle qui la fixe de ses yeux noirs perçants.

Pas très grand, une calvitie prononcée surplombe un visage rond où la bonhomie domine. Il attend patiemment. Julie revient au moment présent, confuse.

— Entrez, je vous prie.

L'homme désigne une porte ouverte sur une pièce, qui, comme la première, est propice à la détente.

— Asseyez-vous s'il vous plaît.

Julie s'exécute et commence timidement à exprimer les motivations de la consultation. Le thérapeute l'écoute consciencieusement.

— Voilà, euh, je suis arrivée à un moment de ma vie où j'ai envie de comprendre pourquoi, sans cesse, je suis confrontée aux mêmes schémas répétitifs. Enfant déjà, j'essayais de donner le meilleur, à mes parents tout d'abord, à mes amis par la suite, puis à mes professeurs. J'ai toujours cherché l'appréciation de tout le monde jusqu'à m'oublier. Mon mariage s'est soldé par un divorce, il y a deux ans maintenant. Pourtant, pendant des années, je m'efforçais d'être la femme parfaite, me pliant en quatre pour mon mari, acceptant bien plus que je n'aurais dû. Le ciel m'est tombé sur la tête quand Paul m'a appris son intention de divorcer.

Monsieur Alphonse opine de la tête, un sourire d'encouragement aux lèvres. Julie, après une courte pause, continue :

— À l'époque, ma vie professionnelle était impactée également. Les collègues profitaient de ma euh, gentillesse on va dire. Il était difficile pour moi de dire non. Je prenais une charge de travail qui n'était pas la mienne, mais je n'osais pas refuser. Au moment du divorce, j'étais si mal qu'il m'a fallu un arrêt de travail, trois mois loin de l'entreprise. À mon retour, je savais que je n'étais plus à ma place, mais je m'accrochais. La surcharge de travail s'est accentuée en même temps que ma souffrance physique et mentale. Pourtant, je persévérais dans le déni jusqu'au jour où le directeur m'a convoqué. Là, il m'a clairement reproché que je n'étais pas assez productive, pas assez souriante. Les griefs s'accumulaient et me laissaient sans voix. J'écoutais abasourdie.

— Julie, vous avez cinquante et un ans, c'est peut-être le moment de penser à vous, d'avoir du temps pour autre chose que le travail... Vous avez des petits enfants ?

— Cinquante et un ans... oui, bien sûr. Non, pas de petits-enfants (il ne sait même pas que je n'ai pas d'enfant !). Vous êtes en train de me virer ?

— Tout de suite les grands mots ! Ne soyez pas si négative Julie ! Avec le DRH, nous avons bien réfléchi et, pour votre bien, nous avons pensé qu'une rupture conventionnelle de contrat serait une bonne alternative, qu'en pensez-vous ?

— Ai-je vraiment le choix ?

— Disons que c'est la meilleure solution pour tout le monde. Vous partez avec une prime non négligeable tout de même et vous avez du temps pour penser à votre avenir.

— Vous croyez que je vais retrouver un emploi ? Passé la cinquantaine, on ne vaut plus rien sur le marché du travail.

— Positif Julie ! Pensez positif !

— Facile à dire...

— Bon, on fait comme ça ?

Un an après, des trémolos sont toujours présents quand Julie évoque son licenciement.

Évidemment, elle ne retrouve pas de poste équivalent. Elle effectue des missions de secrétariat en tant qu'intérimaire. Rien de très motivant, mais le salaire lui permet de vivre décemment.

Julie se souvient d'une phrase que sa grand-mère aimait répéter :

— On n'a jamais vu un coffre-fort suivre un corbillard.

Julie en avait fait la douloureuse expérience auprès de Paul. Ils vivaient aisément, sortaient beaucoup, toujours entourés d'amis, voyageaient pour combler le sentiment d'un vide sans cesse grandissant. En apparence, ils avaient tout pour être heureux, mais heureux, ils ne l'étaient pas !

— Depuis ma séparation, ou plutôt grâce à ma rencontre avec Solène, une collègue devenue une amie indéfectible, je travaille sur moi et j'arrive à la conclusion que, peut-être,

découvrir des vies antérieures m'aiderait à comprendre ce que je dois changer. Connaître ma mission de vie me permettrait de savoir si je suis sur la bonne voie.

— En effet, Julie, des patients trouvent des réponses par l'hypnose régressive. D'autres pas et repartent assez déçus, car ils mettent beaucoup d'espoir dans cette expérience.

— Tout comme moi, j'imagine, répond doucement Julie. Mais pour être totalement honnête, je suis curieuse aussi... curieuse de savoir ce que mon âme a vécu. Dissiper aussi, le peu de doute qu'il me reste au sujet de la réincarnation.

— Très bien... Il est légitime de se poser la question de la vie après la mort. Chacun a son opinion et il est important de la respecter. Certains sont convaincus qu'une fois le corps mort, c'est le néant. D'autres hésitent à croire à un après, car, malgré de nombreuses recherches, c'est un sujet qui divise les scientifiques. Néanmoins, beaucoup de personnes ont vécu une expérience de mort imminente (EMI). Les récits sont édifiants. Ces personnes, sous anesthésie, ont relaté qu'elles flottaient au plafond, tout en regardant leur corps allongé, endormi sur la table d'opération, l'esprit en dehors. Elles racontent des faits passés pendant l'intervention, dans un autre étage de l'hôpital et parfois très loin, dans une autre ville, un autre pays. Ces faits ont été corroborés.

— C'est impressionnant et si intéressant ! Dire qu'il y a peu encore, j'étais sceptique et pensais que Solène était illuminée ! Aujourd'hui, je crois vraiment que nous sommes plus que ce corps qui ne sert qu'à véhiculer notre âme.

— Vous prêchez un convaincu, Julie. J'anime des conférences sur ce thème, si vous le souhaitez, je vous donne la prochaine date ?

— Avec grand plaisir, répond Julie, totalement détendue.

— Maintenant, je vais vous expliquer le déroulement de la séance. Nous verrons comment vous réagirez... La première fois, c'est toujours l'inconnu. L'esprit peut jouer des tours. Je suis là pour que le processus se déroule parfaitement. Vous ne craignez rien, Julie, vous êtes spectatrice, un peu comme au cinéma... en mieux, car vous pouvez découvrir différentes scènes, aller et venir comme bon vous semble. Vous n'avez

pas de limite. Et surtout, vous avez le pouvoir de tout arrêter à tout moment.

Julie s'allonge sur le canapé.

— Nous allons faire émerger une incarnation qui peut vous aider dans votre problématique de vie actuelle. Pensez fort à ce que vous voulez éclaircir dans votre existence.

Après un court arrêt, Monsieur Alphonse reprend d'une voix grave et calme :

— Fermez les yeux. Cinq : visualisez un escalier. Quatre : descendez lentement, marche après marche. Trois : traversez l'épais brouillard. Deux : des portes se trouvent de chaque côté. Un : une porte s'ouvre, franchissez-la.